

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Майская средняя общеобразовательная школа №15»

| | | |
|--|--|--|
| <p>Согласовано: на заседании ПС</p> <p>Протокол № 4 А от 30.04.2024 г.</p> | <p>Согласовано: Управляющим Советом</p> <p>Протокол № 3 от 25.03.2024 г.</p> | <p>Утверждаю:</p> <p>Директор МБОУ «Майская СОШ №15</p>  <p>Ильин В.С. /</p> <p>Приказ № 03-02-114/А от 02.05.2024 г.</p> |
|--|--|--|

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА
ЛЕТНЕЙ ИНТЕНСИВНОЙ ШКОЛЫ**

«Давайте дружить»

Направленность программы: социально-гуманитарной

Уровень программы: базовый

Возраст обучающихся: 7-12 лет

Срок реализации программы: 1 год

Составитель:

Педагог дополнительного образования:
Мартынова Анна Александровна

Майское
2024

1. КОМПЛЕКС ОСНОВНЫХ ХАРАКТЕРИСТИК ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩЕЙ ПРОГРАММЫ.

1.1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа интенсивной школы «Давайте дружить» для 1-4 класса составлена в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования, требованиями к результатам освоения начальной образовательной программы основного общего образования, фундаментальным ядром содержания начального общего образования, примерной программой по психологии.

Предлагаемая рабочая программа реализуется в учебно-методическом пособии, созданном кандидатом психологических наук О.В.Хухлаевой.

Программа разработана на основе и в соответствии с федеральными государственными требованиями к содержанию, структуре и условиям реализации дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы.

Программа направлена на формирование и сохранение психологического здоровья младших школьников, успешную социализацию и адаптацию детей в обществе.

Настоящая программа разработана в соответствии с:

- Федеральным Законом Российской Федерации от 29.12.2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;

- национальным проектом «Образование»: утвержден протоколом № 10 от 03.09.2018 г. президиума Совета при Президенте РФ по стратегическому развитию и проектам;

- Государственной программой «Развитие образования»: утверждена постановлением Правительства РФ от 26.12.2017 г. № 1642;

- Концепцией развития дополнительного образования детей до 2030 года: утверждена распоряжением Правительства Российской Федерации от 31.03.2022 г. № 678-р;

- Приоритетным проектом «Доступное дополнительное образование для детей»: утвержден протоколом № 11 от 30.11.2016 г. президиума Совета при Президенте РФ по стратегическому развитию и приоритетным проектам;

- Порядком организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам: утвержден приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 09.11.2018 г. № 196;

- Порядком применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ: утвержден приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 23.08. 2017 г. № 816;

- Методическими рекомендациями по проектированию

дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы) (письмо Минобрнауки России от 18.11.2015 г. № 09-3242);

- Санитарно-эпидемиологическими требованиями к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи СП 2.4.3648-20: утверждены Постановления Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 г. № 28;

- Положением о системе единого ведения программно-методической документации педагогов дополнительного образования при организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным общеразвивающим программам в муниципальном бюджетном общеобразовательном учреждении «Майская средняя общеобразовательная школа №15»: утверждено приказом муниципального бюджетного общеобразовательного учреждения «Майская средняя общеобразовательная школа №15» от 02.05.2024 г. № 03-02-114/А.

Направленность (профиль) программы

Направленность. Предлагаемая общеобразовательная общеразвивающая программа интенсивной школы «Давайте дружить» имеет социально – гуманитарную направленность и способствует сохранению психологического здоровья младших школьников. Программа ориентирована на социальную адаптацию детей (в том числе детей с ОВЗ), способствует развитию интереса ребёнка к познанию собственных возможностей, учит находить пути и способы преодоления трудностей, формирует коммуникативные навыки, способствует установлению атмосферы дружелюбия, учит умению распознавать и описывать свои чувства и чувства других людей. Всё это в комплексе повышает ресурсы психологического противостояния негативным факторам реальности и создаёт условия для полноценного развития личности ребёнка, основой которого как раз и является психологическое здоровье, предполагающее, по мнению большинства ведущих исследователей в этой области, наличие динамического равновесия между индивидом и средой. Поэтому ключевым критерием формирования психологического здоровья ребёнка является его успешная адаптация к социуму.

Новизна и актуальность

Новизна общеразвивающей программы интенсивной школы «Давайте дружить» предполагает новый индивидуальный инструмент педагога, в котором он определяет наиболее оптимальные и эффективные для детей определенного возраста (в том числе для детей с ОВЗ) содержание, формы, методы и приемы организации образовательного процесса с целью получения результата, соответствующего требованиям стандарта. Педагог может внести коррективы во все структурные элементы программы с учетом особенностей своего образовательного учреждения и особенностей, обучающихся конкретной возрастной группы.

Актуальность предлагаемой программы определяется запросами со стороны детей, родителей и педагогов, основанных на анализе социальных проблем адаптации и социализации, обучающихся в современном обществе. Именно данная программа повышает ресурсы психологического противостояния негативным факторам реальности и создаёт условия для

полноценного развития личности ребёнка, основой которого как раз и является психологическое здоровье, предполагающее, по мнению большинства ведущих исследователей в этой области, наличие динамического равновесия между индивидом и средой.

Отличительные особенности программы

Отличительной особенностью данной дополнительной общеобразовательной программы заключается в том, что она реализуется в летний период, являясь краткосрочной интенсивной школой, ориентированной на сохранение психологического здоровья младших школьников, на социальную адаптацию детей (в том числе детей с ОВЗ). В данной программе, построенной в виде психологических занятий с младшими школьниками расставлен акцент на формирование у них следующих приоритетных направлений:

- осознание себя с позиции школьника;
- умение адекватно вести себя в различных ситуациях;
- умение различать и описывать различные эмоциональные состояния;
- способность справляться со страхами, обидами, гневом;
- умение отстаивать свою позицию в коллективе, но в то же время дружески относиться к одноклассникам;
- умение справляться с негативными эмоциями;
- стремление к изучению своих возможностей и способностей;
- успешная адаптация в социуме.

Адресат программы

Программа предназначена **Обучение** по дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе интенсивной школы «Давайте дружить» **предназначена для категории обучающихся 1-4 классов** (в том числе детей с ОВЗ).

Возраст детей - 7-12 лет.

Наполняемость группы – 15 человек.

Срок реализации программы и объём учебных часов

Программа рассчитана на 1 год обучения: 12 часов, 3 раза в неделю по 1 часу.

Формы обучения

Форма обучения – очная; возможно применение дистанционных технологий.

Режим занятий

Занятия по программе проводятся с периодичностью 3 раза в неделю по 1 академическому часу. Продолжительность академического часа – 45 минут. Между занятиями перерыв – 15 минут.

1.2. Цель и задачи дополнительной общеобразовательной программы

Цель курса психологических занятий: формирование и сохранение психологического здоровья младших школьников через создание условий для их успешной адаптации к школьной жизни.

Задачи:

1. Мотивировать детей к самопознанию и познанию других людей. Пробудить интерес к внутреннему миру другого человека.
2. Учить детей распознавать эмоциональные состояния по мимике, жестам, голосу, понимать чувства другого человека.
3. Формировать адекватную установку в отношении школьных трудностей - установку преодоления.
4. Развивать социальные и коммуникативные умения, необходимые для установления межличностных отношений друг с другом и учителем.
5. Повышать уровень самоконтроля в отношении проявления своего эмоционального состояния в ходе общения.
6. Формировать терпимость к мнению собеседника.
7. Корректировать у детей нежелательные черты характера и поведения.
8. Расширять пассивный и активный словарь обучающихся.

Методы организации занятий

- репродуктивный;
- словесные методы обучения: лекция, объяснение, рассказ, чтение, беседа, диалог, консультация.
- методы практической работы;
- метод наблюдения: зарисовка, рисунки, фото-, видеосъемка, проведение замеров;
- методы проблемного обучения: эвристическая беседа: постановка проблемных вопросов; объяснение основных понятий, определений, терминов; создание проблемных ситуаций: постановка проблемного вопроса; самостоятельная постановка, формулировка и решение проблемы обучающимися: поиск и отбор аргументов, фактов, доказательств и др.;
- проектно-конструкторские методы: создание произведений декоративно-прикладного искусства; проектирование (планирование) деятельности, конкретных дел;
- игровой метод: игры: дидактические, развивающие, познавательные, подвижные, народные, компьютерные, на развитие внимания, памяти, глазомера, воображения; игра-конкурс, игра-путешествие, ролевая игра, деловая игра;
- наглядный метод обучения: картины, рисунки, плакаты, фотографии; таблицы, схемы, чертежи, графики; демонстрационные материалы;

В процессе изучения учебной темы, учащиеся выполняют творческие задания по карточкам, проводится контроль знаний, умений, навыков, диагностические игры.

1.3. СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

Учебный план

| № п/п | Название раздела, темы | Количество часов | | | Формы аттестации/контроля |
|-------|--|------------------|----------|-------|---------------------------------------|
| | | теория | практика | всего | |
| 1 | Знакомство. Введение в мир психологии. Я-школьник. Я умею управлять собой. | 1 | | 1 | Наблюдение |
| 2 | Я умею преодолевать трудности Я умею слушать других Я умею учиться у ошибки | 0,5 | 0,5 | 1 | Опрос, выполнение заданий, наблюдение |
| 3 | Я умею быть доброжелательным Я - доброжелательный Я умею быть ласковым | | 1 | 1 | Выполнение заданий, наблюдение |
| 4 | Я становлюсь сильным духом. Я умею делать задание вместе с другими Я умею слышать мнение другого | 1 | | 1 | Выполнение заданий |
| 5 | Я учусь решать конфликты Я умею разрешать конфликты | 1 | | 1 | Опрос, наблюдение |
| 6 | Знакомство. Введение в мир психологии Радость. Что такое мимика Радость. Как её доставить другому человеку. | 0,5 | 0,5 | 1 | Выполнение заданий, наблюдение |
| 7 | Жесты. | 1 | | 1 | Выполнение заданий, наблюдение |
| 8 | Радость можно передать прикосновением Радость можно подарить взглядом | | 1 | 1 | Опрос, выполнение заданий, наблюдение |
| 9 | Страх. Страх. Его относительность Как справиться со страхом. | 1 | | 1 | Опрос, выполнение заданий, наблюдение |
| 10 | Гнев. С какими чувствами он дружит? Как справиться с гневом? Может ли гнев принести пользу? Разные чувства. | | 1 | 1 | Выполнение заданий, наблюдение |
| 11 | Трудности первоклассника в школе, дома, на улице. Школьные трудности Домашние трудности | 1 | | 1 | Опрос, выполнение заданий, наблюдение |

| | | | | | |
|---|---|-----|-----|----|--|
| 1 | На улице (поведение и общение) | 0,5 | 0,5 | 1 | Опрос, выполнение заданий, наблюдение |
| 2 | В магазине (поведение в общественных местах) Диагностика УУД Итоговое занятие | | | | |
| | Всего | 7,5 | 4,5 | 12 | |

Содержание учебного плана программы

Раздел 1. Я школьник (5 часов)

Знакомство. Введение в мир психологии. Как зовут ребят моего класса. Зачем мне нужно ходить в школу. Я в школе. Мой класс. Какие ребята в моем классе. Мои друзья в классе. Мои успехи в школе. Моя «учебная сила».

Раздел 2. Мои чувства (7 часов)

Радость. Что такое мимика. Радость. Как ее доставить другому человеку. Жесты. Радость можно передать прикосновением. Радость можно подарить взглядом. Грусть. Страх. Страх. Его относительность. Как справиться со страхом. Страх и как его преодолеть. Гнев. С какими чувствами он дружит. Может ли гнев принести пользу. Обида. Разные чувства. Итоговое занятие.

1.4. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

| | Личностные | Метапредметные | Предметные |
|--------------|--|---|--|
| Знать | <ul style="list-style-type: none"> – о формах проявления заботы о человеке при групповом взаимодействии; - правила поведения в обществе, семье, со сверстниками; - правила игрового общения, о правильном отношении к собственным ошибкам, к победе, поражению. | <ul style="list-style-type: none"> - знать о ценностном отношении к своему душевному здоровью и внутренней гармонии; - иметь нравственно-этический опыт взаимодействия со сверстниками, старшими и младшими детьми, взрослыми в соответствии с общепринятыми нравственными нормами. | <ul style="list-style-type: none"> - осознавать собственную полезность и ценность; - основные способы психологического взаимодействия между людьми; - приемы повышения собственной самооценки; - осознание своего места в мире и обществе; |
| Уметь | <ul style="list-style-type: none"> - анализировать и сопоставлять, обобщать, делать выводы, проявлять настойчивость в достижении цели - налаживать контакт с | <ul style="list-style-type: none"> - планировать свои действия в соответствии с поставленной задачей - адекватно воспринимать предложения и оценку учителя, товарища, | <ul style="list-style-type: none"> - работать в группе, в коллективе - получать удовольствие от процесса познания -преодолевать возникающие в школе |

| | | | |
|------------------|--|--|--|
| | <p>людьми;</p> <p>- соблюдать правила игры и дисциплину;</p> <p>- правильно взаимодействовать с партнерами по команде (терпимо, имея взаимовыручку и т.д.).</p> <p>- выражать себя в различных доступных и наиболее привлекательных для ребенка видах творческой и игровой деятельности.</p> | <p>родителя и других людей</p> <p>- контролировать и оценивать процесс и результат деятельности;</p> <p>- договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности;</p> <p>- формулировать собственное мнение и позицию;</p> <p>- находить свое место в школьной жизни;</p> | <p>трудности</p> <p>- психологически справляться с неудачами;</p> <p>-осознавать и контролировать свое психологическое и эмоциональное состояние;</p> <p>-взаимодействовать с учителем и сверстниками;</p> <p>- адекватно анализировать собственные проблемы;</p> |
| Применять | <p>- быть сдержанным, терпеливым, вежливым в процессе взаимодействия;</p> <p>-подводить самостоятельный итог занятия;</p> <p>анализировать и систематизировать полученные умения и навыки.</p> <p>- знания и практические умения в области самоанализа и саморазвития</p> | <p>- полученные знания для преодоления различных страхов, в том числе страха перед учителем;</p> <p>- приобретенную информацию для установления дружественной атмосферы в классе, решения межличностных конфликтов;</p> | <p>- полученные знания для адекватного осознания причин возникающих у ребенка проблем и путей их решения;</p> <p>- полученный опыт для самореализации и самовыражения в разных видах деятельности;</p> <p>- через игровые роли и сказочные образы и осознавать собственные трудности, их причины и находить пути их преодоления;</p> |

Метапредметными результатами изучения курса является формирование универсальных учебных действий (УУД).

1 класс

Регулятивные УУД:

- овладевать навыками самоконтроля в общении со сверстниками и взрослыми;
- извлекать с помощью учителя необходимую информацию из литературного текста

- определять и формулировать цель деятельности на занятии с помощью учителя
- учиться осознавать свои трудности и стремиться к их преодолению
- строить речевое высказывание в устной форме

Познавательные УУД:

- уметь распознавать и описывать свои чувства и чувства других людей с помощью учителя
- учиться исследовать свои качества и свои особенности
- учиться рассуждать, строить логические умозаключения с помощью учителя

Коммуникативные УУД:

- учиться доверительно и открыто говорить о своих чувствах
- учиться работать в паре и в группе
- выполнять различные роли
- слушать и понимать речь других ребят
- осознавать особенности позиции ученика и учиться вести себя в соответствии с этой позицией.

2 класс

Регулятивные УУД:

- учиться отреагировать свои чувства в отношении учителя и одноклассников
- учиться прогнозировать последствия своих поступков
- определять и формулировать цель в совместной работе с помощью учителя
- учиться высказывать своё предположение в ходе работы с различными источниками информации.
- строить речевое высказывание в устной форме

Познавательные УУД:

- находить ответы на вопросы в различных источниках информации (текст, рисунок, фото)
- делать выводы в результате совместной работы в группе
- учиться графически оформлять изучаемый материал
- моделировать различные ситуации

- усваивать разные способы запоминания информации

Коммуникативные УУД:

- учиться позитивно проявлять себя в общении
- учиться договариваться и приходить к общему решению
- учиться понимать эмоции и поступки других людей
- овладевать способами позитивного разрешения конфликтов

3 - 4 класс

Регулятивные УУД:

- осознавать свои телесные ощущения, связанные с напряжением и расслаблением
- извлекать необходимую информацию из текста
- определять и формулировать цель в совместной работе
- учиться делать осознанный выбор в сложных ситуациях
- осознавать свою долю ответственности за всё, что с ним происходит
- реалистично строить свои взаимоотношения друг с другом и взрослыми
- планировать цели и пути самоизменения с помощью взрослого
- соотносить результат с целью и оценивать его.

Познавательные УУД:

- планировать свои действия в соответствии с поставленной задачей
- наблюдать, сравнивать по признакам, сопоставлять
- обогатить представление о собственных возможностях и способностях
- учиться наблюдать и осознавать происходящие в самом себе изменения
- оценивать правильность выполнения действий и корректировать при необходимости
- учиться моделировать новый образ на основе личного жизненного опыта
- находить ответы на вопросы в тексте, перерабатывать информацию
- адекватно воспринимать оценку учителя

Коммуникативные УУД:

- ориентироваться на позицию партнёра в общении и взаимодействии

- учиться контролировать свою речь и поступки
- учиться толерантному отношению к другому мнению
- учиться самостоятельно решать проблемы в общении
- осознавать необходимость признания и уважения прав других людей
- формулировать своё собственное мнение и позицию
- учиться грамотно задавать вопросы и участвовать в диалоге.

Средства формирования УУД: *словесные методы, методы проблемного обучения, метод погружения, метод проектов, метод наблюдения, метод экспериментальной психологии, анализ продуктов деятельности, анкетирование и др.*

4.2. КОМПЛЕКС ОРГАНИЗАЦИОННО – ПЕДАГОГИЧЕСКИХ УСЛОВИЙ.

4.2.1. КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК

| № П/П | ГОД ОБУЧЕНИЯ | ДАТА НАЧАЛА ЗАНЯТИЙ | ДАТА ОКОНЧАНИЯ ЗАНЯТИЙ | КОЛИЧЕСТВО УЧЕБНЫХ НЕДЕЛЬ | КОЛИЧЕСТВО УЧЕБНЫХ ДНЕЙ | КОЛИЧЕСТВО УЧЕБНЫХ ЧАСОВ | РЕЖИМ ЗАНЯТИЙ | СРОКИ ПРОВЕДЕНИЯ ПРОМЕЖУТОЧНОЙ ИТОГОВОЙ АТТЕСТАЦИИ |
|-------|--------------|---------------------|------------------------|---------------------------|-------------------------|--------------------------|--|--|
| 1 | 2023-2024 | 01.07.2024г. | 26.07.2024 г. | 3 | 12 | 12 | 3 раза в неделю по 1 часу Перерыв 15 минут | третья неделя июля |

4.2.2. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

Материально-техническое обеспечение

Для организации процесса обучения по программе используется учебный кабинет, светлое, просторное и проветриваемое помещение, соответствующее санитарно-гигиеническим требованиям.

При проведении занятий используется следующее оборудование и инвентарь:

| Перечень оборудования | |
|---|---|
| Техническое обеспечение | Мультимедийный проектор, экран |
| Мебель | 1. Столы для обучающихся – 8 шт.; 2. Стулья – 15 шт.; 3. Стол-тумба – 1 шт.; 4. Доска – 1 шт.; 5. Шкафы для хранения наглядных пособий, инструментов, оборудования, конструкторских материалов. |
| Художественные принадлежности | 1. Бумага для рисования формата А3 – 20 листов 2. Бумага для рисования формата А4 – 30 листов. 3. Карандаши простые – 10 шт. 4. Карандаши цветные – 4 упак. 5. Кисти в ассортименте – 12 наборов. 6. Краски акварельные – 5 шт. 7. Краски гуашь – 3 шт. |
| Информационно-коммуникативные средства | 1. Большая электронная энциклопедия (CD) 2. Аудиозаписи «Классическая музыка». |
| Учебно-методическая литература | 1. Методические журналы по изобразительному искусству. 2. Учебно-наглядные пособия. 3. Книги о художниках и художественных музеях, по стилям изобразительного искусства и архитектуры. |
| Наглядные пособия | 1. Схемы по правилам рисования предметов, растений, деревьев, животных, птиц, человека. 2. Таблицы по народным промыслам, русскому костюму, декоративно-прикладному искусству. 3. Образцы работ. |

Кадровое обеспечение

Реализацию программы осуществляет педагог дополнительного образования со средним или незаконченным высшим профессиональным педагогическим образованием, повышающий квалификацию в области психологии, прошедший соответствующую переподготовку.

4.2.3. ФОРМЫ АТТЕСТАЦИИ И ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ

Формы отслеживания и фиксации образовательных результатов:

Для успешной реализации учебного процесса используются групповые и индивидуальные занятия. Индивидуальные занятия необходимы для отработки важных моментов поведения и деятельности ребёнка, которые по тем или иным причинам он не усвоил в группе. Индивидуальные занятия являются продолжением групповой работы, т.к. помогают ребёнку более эффективно справиться со своими проблемами.

Формы предъявления и демонстрации образовательных результатов:

аналитический материал по итогам проведения психологической диагностики, аналитическая справка, диагностическая карта, входная, промежуточная, итоговая диагностика.

Оценочные материалы

Результаты вводной и итоговой диагностики фиксируются в *Диагностической карте результативности обучения.*

Диагностическая карта результативности обучения

| № | Ф.И. обучающегося | Время диагностики | Критерии оценки результатов(стартовый – 1 балл, базовый – 2 балла, продвинутый – 3 балла) | | | | | | |
|---|-------------------|-------------------|---|----------------------|--------------------------|---------------------------|--------------------------------|--------------------|----------------------|
| | | | Уровень знаний по предмету | Мотивация к обучению | Творческое самовыражение | Уровень самостоятельности | Взаимодействие со сверстниками | Культура поведения | Общий (средний балл) |
| 1 | | Вводн. | | | | | | | |
| | | Итог. | | | | | | | |
| 2 | | Вводн. | | | | | | | |
| | | Итог. | | | | | | | |

Критерии оценки результатов:

Стартовый уровень – критерий сформирован в незначительной степени;

Базовый уровень – критерий наблюдается периодически;

Продвинутый уровень – критерий проявляется всегда, ярко выражен эмоциональный настрой на деятельность.

В процессе реализации программы предусмотрен **промежуточный контроль** в виде устных опросов, педагогического наблюдения.

4.2.4. МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ

В основе программы лежит концепция развивающего обучения и заложен принцип «Обучая – развивай, развивая – воспитывай».

На занятиях используются различные методы обучения: словесные, наглядные и практические. Выбор и использование того или иного метода определяется содержанием занятия.

Формы и методы работы с детьми: метод демонстрации; игровой метод; метод ступенчатого повышения нагрузок; самостоятельная работа; индивидуальная работа; творческие задания и т.п.

Форма обучения по программе очная. В случае необходимости возможны занятия в заочной форме, с применением дистанционных технологий

При организации занятий применяются следующие их виды: лекции; практические занятия; выполнение самостоятельной работы;

Алгоритм образовательного процесса по программе включает 4 направления работы: организационное; учебное; воспитательное; диагностика.

4.2.5. РАБОЧИЕ ПРОГРАММЫ

Методические разработки занятий

Занятие 1. 1. Знакомство ведущего с группой и участников тренинга друг с другом. Обсуждается программа занятий, выявляются ожидания участников от данного курса, вырабатываются правила поведения на занятиях. Цель: установить в группе доброжелательную атмосферу.

2. Правила поведения участники могут устанавливать сами или воспользоваться теми, который предложит ведущий. Обычно это следующий набор:

- Искренность.
- Высказывание от своего имени (я-высказывание).
- Обсуждение того, что происходит непосредственно в группе в данный момент (правило «здесь и сейчас»).
- Уважение говорящего.
- Конфиденциальность.

В ходе организационной встречи члены группы сообщают о себе те сведения, которыми считают нужным поделиться, а так же то имя, которым бы хотели назваться. Цель: создание единых требований к проведению занятий.

3. «Волшебный остров». Дети садятся как им удобно, свет приглушается, включается картина со звуками пения птиц или шума воды, подключается аромолампа с маслом «Жасмин». Ведущий: «Сядьте удобно. Закройте глаза и представьте, что вы видите остров, который оказался волшебным. Каким вы его видите? Это может быть место, где вы уже однажды были, может видели на картинке или его нарисовало ваше воображение. Вы единственный человек в этом месте. Вас окружают растения, деревья, цветы, звери птицы. Вы видите чистый берег и воду. Погуляйте по этому острову, насладитесь его красотой... Захватите с собой прекрасные чувства, которые вы только что пережили. Откройте глаза. Вы всегда сможете вернуться на Волшебный остров сами, когда захотите». Цель: снятие внутреннего напряжения участников, часто возникающее при первом знакомстве, преодоление депрессивных состояний, расслабление.

Занятие 2. 1. Compliment. Каждое занятие начинается с ритуала приветствия. Участники настраиваются на совместную работу, говорят друг другу комплимент любого содержания. Цель: преодолеть скованность участников в начале занятия, приобрести навык видеть положительные качества окружающих.

2. «Счет». Упражнение из разряда «ледоколов», применяется в начале занятия для снятия внутреннего напряжения участников. Ведущий называет какое-либо число, не превышающее количество человек в группе. Названное количество участников встает. В выполнении упражнения необходимо добиться синхронности, участники не должны совещаться. Цель: сплочение группы путем совместного и одновременного выполнения упражнения.

3. «Знакомство». Участники тренинга сидят в кругу. По очереди они называют одну положительную и одну отрицательную черту своего характера. Другие участники могут задавать уточняющие вопросы. Задача ведущего – не допускать комментариев, которые могут разрушить доверительную атмосферу в группе. Цель: осознание участниками тренинга своих индивидуальных особенностей, знакомство с другими членами группы.

4. «Кто я?». Участники описывают себя в 10-ти кратких тезисах. Они могут сообщить о себе любые сведения, которые, по их мнению, составляют их индивидуальность. Каждая строка начинается одинаково: «Я -...». Далее следует та информация, которую человек хочет донести до сведения окружающих. После окончания работы участники могут сразу поделиться с окружающими результатом размышления, а могут начать анализ своих записей. Каждый пункт рассматривается по нескольким

параметрам: отрицательное или положительное высказывание, личное или социальное (сообщает ли участник о своей черте характера или называет свою социальную роль), прошлое – будущее – настоящее (к какому периоду в жизни человека относится данное высказывание). Цель: анализ собственных внутренних ресурсов и состояний, получение навыка анализа своих внутренних установок.

5. «Прощание». Участники, сидя в кругу, произносят в адрес рядом сидящего слова прощания и доброе пожелание. Цель: улучшение атмосферы в группе, закрепление положительного воспоминания о конце занятия.

Занятие 3. 1. «Комплимент». Ритуал приветствия.

2. «Знакомство». Каждый участник называет одно положительное и одно отрицательное событие, которое произошло с ним за день. Цель: анализ прошедшего дня, проговаривание возникших проблем, осознание положительных моментов прошедшего отрезка дня, информирование других членов группы о своей реакции на те или иные события.

3. «Первое впечатление». Участники группы описывают себя для незнакомого человека, которого предстоит встретить впервые в людном месте. Описать нужно свое поведение, местоположение, жесты, мимику. Группа обсуждает упражнение и делится первыми впечатлениями друг о друге. Цель: осознание своего внутреннего состояния через внешние признаки, развитие навыка «чтения» другого человека по внешним признакам, установление обратной связи между участниками тренинга, осознание своей способности узнавать характер человека при первом знакомстве.

4. «Образ». Участники под музыку должны представить себя в каком-либо образе (животного, растения, папуаса и т.д.), который бы соответствовал музыке, а затем необходимо изобразить его. Цель: осознание и выражение эмоционального состояния в движениях или позе.

5. «Глаза в глаза». Участники разбиваются на пары и в течение 3-5 минут внимательно смотрят в глаза друг другу, пытаясь представить, каким этот человек был в детстве. Затем все делятся впечатлениями и проверяют свои догадки. Цель: Установление межличностного контакта участников тренинга, получение обратной связи, возвращение к детским воспоминаниям, некоторые из которых могли стать причиной затруднений в настоящий момент.

6. «Прощание». Ритуал прощания.

Занятие 4. 1. «Комплимент». Ритуал приветствия.

2. «Цепочка ассоциаций». Один из участников, бросая мяч кому-то из группы, называет понятие, которое обозначает эмоциональное состояние человека или его личностное качество (доброта, обида и т.д.). Следующий, перебрасывая мяч дальше, называет свою ассоциацию на это понятие. Мяч может сделать один или несколько кругов. Цель: раскрытие внутреннего мира участников через ассоциации на значимые для них понятия, более глубокое проникновение во внутренний мир партнеров.

3. «Ассоциации». Один из участников становится ведущим, он выходит из комнаты, остальные загадывают кого-то из присутствующих. Вернувшийся ведущий может задать группе три вопроса, например: «Если бы этот человек был рыбой (животным, погодой и т.д.), то какой?» Участники по очереди дают свои ассоциации на загаданного человека, после чего ведущий должен угадать, о ком шла речь. Если попытка оказалась неудачной, он может задать еще один вопрос. Затем ведущий может смениться. Цель: получение обратной связи, развитие навыка размышлять о свойствах других людей, сравнивая их с другими объектами.

4. «Кем бы я был?». Участникам дается время на то, чтобы подумать и записать, кем бы они были, если бы не были людьми. Т.е. нужно найти такое явление или предмет, который в наибольшей мере отражает качества самого человека. Цель: осознание своих качеств, освобождение от шаблонных суждений о себе.

5. «Прощание». Ритуал прощания.

Занятие 5. 1. «Комплимент». Ритуал приветствия.

2. «Знакомство». Каждый участник рассказывает об одном событии, которое его возмутило, и об одном, которое вызвало восхищение. Цель: анализ собственный впечатлений от пережитого, информирование других членов группы о своих ценностных установках.

3. «Изобрази состояние». Ведущий готовит два набора карточек. В одном записаны эмоциональные состояния человека (радость, удивление, обида, усталость и т.д.), в другом – части тела человека (спина, голова, брови, пальцы и т.д.). Каждый из участников выбирает по одной карточке из каждого набора. Нужно изобразить выбранное состояние с помощью заданного средства. Цель: развитие навыка невербального общения.

4. «Скульптура». Один из участников становится «скульптурой», остальные – «скульпторами», которые «лепят» «скульптуру» в соответствии с ее предполагаемым внутренним миром. Затем тот, кто был в роли «скульптуры», делится своими ощущениями. Цель: получение обратной связи, анализ своего внутреннего состояния, выражаемого в мимике, позе и т.д.

5. «Рукопожатие вслепую». Одному из участников завязывают глаза и усаживают в центр комнаты. Остальные по очереди кладут свои ладони на его руки. Ведущий должен описать свое ощущение от этих рук и постараться угадать участника. Затем игроки меняются местами. Цель: установление более тесного межличностного контакта между участниками тренинга, получение обратной связи, развитие навыка анализировать свои ощущения от другого человека.

6. «Прощание». Ритуал прощания.

Занятие 6. 1. «Комплимент». Ритуал приветствия.

2. «Знакомство». Каждый участник называет одного положительного и одного отрицательного, с его точки зрения, героя. Цель: анализ своих ценностных ориентиров, информирование об этом других членов группы.

3. «Внимание другим». Участники образуют два круга – внешний (А) и внутренний (В). Каждый А дает положительную оценку какому-то качеству В. Тот повторяет сказанное А, принимая его точку зрения, и добавляет еще что-то по заданной схеме: «Кроме того, я еще...». Затем участники сдвигаются на одного человека, меняя партнера по общению, и продолжают упражнение до тех пор, пока не поговорят с каждым членом группы. После этого А и В могут поменяться местами. Цель: Развитие навыка позитивного мышления, принятия похвалы, обратная связь.

4. «Дамы и кавалеры». Участники сидят в кругу. Каждый выбирает себе «псевдоним», например, название животного. По очереди, объясняя свой выбор, участники сообщают псевдоним соседу, который затем делает комплимент. Цель: осознание своих внутренних качеств через ассоциацию, формирование позитивного мышления, изменение излишне критичности по отношению к себе.

5. «Автопилот». Участники размышляют о том, какими им хотелось бы стать: как себя вести, как относиться к себе и окружающим и т.д. В соответствии с этим каждый составляет программу для своего «автопилота» по определенной схеме, например: «Я уверен в себе; я доброжелателен». Когда программа готова, каждый участник читает ее вслух так, чтобы у присутствующих возникло убеждение, что этот человек именно таков. Цель: осознание своих устремлений, повышение уверенности в своих силах.

6. «Прощание». Ритуал прощания.

Занятие 7. 1. «Комплимент». Ритуал приветствия.

2. «Знакомство». Каждый участник называет качество, которое он любит в людях, и качество, которое не любит. Цель: осознание своих ценностных ориентиров и внутренних установок, сообщение об этом другим членам группы.

3. «Белая ворона». Выбирается водящий. Он задает какое-то действие (танцует, молчит, злится и т.д.). Остальные совершают прямо противоположное действие. Затем водящий меняется. Цель: осознание существующих противоположностей тому или иному действию, анализ своего поведения в ситуациях, в которых необходимо пойти против большинства.

4. «Диалог». Двум участникам предстоит разыграть ситуацию, в которой один должен убеждать, а другой отказываться. Например, один просит другого прийти к нему вечером, чтобы помочь отремонтировать полку (разобрать задачу, дошить платье и т.д.). Упражнение выполняется в течение определенного времени или до тех пор, пока один из участников не сдастся. Цель: формирование навыка отстаивания своих интересов, расширение репертуара средств, предназначенных для этого, анализ своего поведения в конфликтной ситуации.

5. «Сказка наоборот». Участники сидят в кругу. Один из них начинает рассказывать придуманную сказку, но с конца (например: «И жили они долго и счастливо»). Сидящий рядом придумывает то, что было до этого, повторяя финал. Следующий – то, что было перед этим, повторяя сказанное ранее, и так до начала. Последний рассказывает всю сказку целиком от начала до конца. Цель: развитие слуховой памяти, внимательного слушания партнера по общению.

6. «Прощание». Ритуал прощания.

Занятие 8. 1. «Комплимент». Ритуал приветствия.

2. «Знакомство». Каждый участник рассказывает об одном приятном и одном неприятном подарке, который он получил в жизни. Цель: анализ своего прошлого опыта общения, возможна смена отношения к полученным ранее подаркам, информирование группы о своих потребностях.

3. «Портрет». Каждый из участников выбирает себе «объект» и описывает его характер, привычки, т.е. «пишет» его психологический портрет. Листочки с записями отдают ведущему, который читает их вслух. Остальные пытаются угадать, о ком идет речь. Цель: выявление симпатий участников группы, получение обратной связи, развитие навыка анализа характера другого человека.

4. «Кто есть кто?». Участники письменно отвечают на вопросы ведущего. Листочки с записями ведущий собирает, а затем читает написанное вслух. Участники пытаются угадать, кто дал себе такую характеристику. Предлагаемые вопросы:

- Твоя любимая пословица или высказывание?
- Продолжи фразу: «Когда на меня кричат...»
- Чем бы ты занимался охотнее всего?
- На что тебе приятнее всего смотреть?
- Что бы ты охотнее всего слушал?
- Какое чувство ты бы переживал охотнее всего?

Цель: осознание своих качеств и пристрастий, развитие навыка анализа качеств окружающих через их поступки и привычки.

1. «Прощание». Ритуал прощания.

Занятие 9. 10. 1. «Комплимент». Ритуал приветствия.

2. «Знакомство». Каждый участник называет одно пожелание и одно «нежелание» для себя. Цель: осознание своих потребностей и, возможно, страхов, информирование об этом других членов группы.

3. «Контрабанда». Участники делятся на 2 группы. Одна из них – «контрабандисты», другая – «таможенники». Контрабандисты прячут у себя какой-то мелкий предмет. Задача «таможенников» – догадаться по внешним признакам и поведению «контрабандистов» у кого из них спрятан этот предмет. Цель: развитие навыков невербального общения.

4. «Козлятушки-ребятушки». Одна группа участников отгораживается от остальных, например, стульями. Это «козлятушки», которые сидят в «домике». Другая группа делится на «волков» и «коз». У них одинаковая задача: попасть в дом, для чего они могут использовать все способы убеждения. «Козлятушки» пускают в «дом» своих «соплеменников» и не пускают «волков». Цель: развитие навыков межличностного взаимодействия и невербального общения, расширение репертуара средств воздействия в процессе общения.

5. «Прощание». Ритуал прощания.

Занятие 11, 12. 1. «Комплимент». Ритуал приветствия.

2. «Знакомство». Каждый участник тренинга называет качество, которое он открыл в себе во время занятий. Цель: осознание произошедших изменений, пользы проведенных занятий.

3. «Встречные мнения». Один из участников выходит из комнаты, остальные рассуждают о его чертах характера и дают рекомендации. Все это ведущий записывает. Лист с записями отдают вернувшемуся участнику, из комнаты выходит следующий, и так до тех пор, пока все не получают свои «портреты» и рекомендации. Цель: получение обратной связи, развитие навыков анализа качеств другого человека.

4. «Вопрос-ответ». Каждый участник может задать вопрос любому члену группы. Цель: получение обратной связи, анализ своих внутренних установок.

5. «Прощание». Ритуал прощания с пожеланиями на будущее.

Приложение 2

Анкета «Наши отношения»

Цель: выявить степень удовлетворенности учащих различными сторонами жизни коллектива.

Инструкция: выберете то утверждение (из шести), которое совпадает с твоим мнением.

Первая серия

1. Наш класс очень дружный и сплоченный.
2. Наш класс дружный.
3. В нашем классе нет ссор, но каждый существует сам по себе.
4. В нашем классе иногда бывают ссоры, но конфликтным наш класс не назовешь.
5. Наш класс недружный, часты ссоры.
6. Наш класс очень недружный, трудно учиться в таком классе.

Вторая серия

1. У нас в классе принято нести ответственность друг за друга. Все мы боремся за искоренение недостатков.
2. В нашем классе недостойное поведение беспокоит большинство учащихся.
3. В нашем классе виновные в нарушении дисциплины осуждаются только активом класса.
4. Ученики нашего класса не обращают внимания на нарушение дисциплины.
5. Мы стараемся «не выносить сор из избы», чтобы никто не знал о нарушениях.
6. В нашем классе кто как хочет, так себя и ведет, мы не обращаем внимания ни друг на друга, ни на требования учителей.

Третья серия

1. В нашем классе принято помогать друг другу без напоминаний.
2. В нашем классе помощь оказывается только своим друзьям.
3. В нашем классе помогают только тогда, когда об этом просит сам ученик.
4. В нашем классе помощь оказывается только тогда, когда заставляет учитель.

5. В нашем классе не принято помогать друг другу.
6. В нашем классе отказываются помогать друг другу.

Обработка результатов

Первая серия определяет уровень взаимоприемлемости друг друга.

Вторая серия определяет уровень взаимоответственности.

Третья серия определяет уровень взаимопомощи.

Номера вопросов (уровни)

- 1,2 – высокий
- 3,4 – средний
- 5,6 – низкий

Тест «Оценка уровня общительности (тест В.Ф. Ряховского)»

Инструкция: вашему вниманию предлагается несколько простых вопросов. Отвечайте быстро, однозначно: «да», «нет», «иногда».

Тестовое задание

1. Вам предстоит ординарная или деловая встреча. Выбивает ли Вас ее ожидание из колеи?
2. Вызывает ли у Вас смятение и неудовольствие поручение выступить с докладом, сообщением, информацией на каком-либо совещании, собрании или тому подобном мероприятии?
3. Не откладываете ли Вы визит к врачу до последнего момента?
4. Вам предлагают выехать в командировку в город, где Вы никогда не бывали. Приложите ли Вы максимум усилий, чтобы избежать этой командировки?
5. Любите ли Вы делиться своими переживаниями с кем бы то ни было?
6. Раздражаетесь ли Вы, если незнакомый человек на улице обратится к Вам с просьбой (показать дорогу, назвать время, ответить на какой-то вопрос)?
7. Верите ли Вы, что существует проблема "отцов и детей" и что людям разных поколений трудно понимать друг друга?
8. Постесняетесь ли Вы напомнить знакомому, что он забыл Вам вернуть деньги, которые занял несколько месяцев назад?
9. В ресторане либо в столовой Вам подали явно недоброкачественное блюдо. Промолчите ли Вы, лишь рассерженно отодвинув тарелку?
10. Оказавшись один на один с незнакомым человеком, Вы не вступите с ним в беседу и будете тяготиться, если первым заговорит он. Так ли это?
11. Вас приводит в ужас любая длинная очередь, где бы она ни была (в магазине, библиотеке, кассе кинотеатра). Предпочитаете ли Вы отказаться от своего намерения или встанете в хвост и будете томиться в ожидании?
12. Бойтесь ли Вы участвовать в какой-либо комиссии по рассмотрению конфликтных ситуаций?
13. У Вас есть собственные сугубо индивидуальные критерии оценки произведений литературы, искусства, культуры и никаких чужих мнений на этот счет Вы не приемлете. Это так?
14. Услышав где-либо в кулуарах высказывание явно ошибочной точки зрения по хорошо известному Вам вопросу, предпочитаете ли Вы промолчать и не вступать в разговор?
15. Вызывает ли у Вас досаду чья-либо просьба помочь разобраться в том или ином служебном вопросе или учебной теме?
16. Охотнее ли Вы излагаете свою точку зрения (мнение, оценку) в письменной форме, чем в устной?

Оценка ответов

«да» – 2 очка, «иногда» – 1 очко, «нет» – 0 очков.

Полученные очки суммируются.

30-32 очко. Вы явно некоммуникабельны, и это Ваша беда, так как больше всего страдаете от этого Вы сами. Но и близким Вам людям нелегко. На Вас трудно положиться в деле, которое требует групповых усилий. Старайтесь быть общительнее, контролируйте себя.

25-29 очков. Вы замкнуты, неразговорчивы, предпочитаете одиночество, поэтому у Вас мало друзей. Новая работа и необходимость новых контактов если и не ввергают Вас в панику, то надолго выводят из равновесия. Вы знаете эту особенность своего характера и бываете недовольны собой. Но не ограничивайтесь только таким недовольством – в Вашей власти переломить эти особенности характера. Разве не бывает, что при какой-либо сильной увлеченности Вы приобретаете вдруг полную коммуникабельность? Стоит только встряхнуться.

19-24 очков. Вы в известной степени общительны и в незнакомой обстановке чувствуете себя вполне уверенно. Новые проблемы Вас не пугают. И все же с новыми людьми сходитесь с оглядкой, в спорах и диспутах участвуете неохотно. В Ваших высказываниях порой слишком много сарказма, без всякого на то основания. Эти недостатки исправимы.

14-18 очков. У вас нормальная коммуникабельность. Вы любознательны, охотно слушаете интересного собеседника, достаточно терпеливы в общении, отстаиваете свою точку зрения без вспыльчивости. Без неприятных переживаний идете на встречу с новыми людьми. В то же время не любите шумных компаний; экстравагантные выходки и многословие вызывают у Вас раздражение.

9-13 очков. Вы весьма общительны (порой, быть может, даже сверх меры). Любопытны, разговорчивы, любите высказываться по разным вопросам, что, бывает, вызывает раздражение окружающих. Охотно знакомитесь с новыми людьми. Любите бывать в центре внимания, никому не отказываете в просьбах, хотя не всегда можете их выполнить. Бывает, вспылите, но быстро отходите. Чего Вам недостает, так это усидчивости, терпения и отваги при столкновении с серьезными проблемами. При желании, однако, Вы можете себя заставить не отступать.

4-8 очков. Вы, должно быть, «рубаха-парень». Общительность бьет из Вас ключом. Вы всегда в курсе всех дел. Вы любите принимать участие во всех дискуссиях, хотя серьезные темы могут вызвать у Вас мигрень или даже хандру. Охотно берете слово по любому вопросу, даже если имеете о нем поверхностное представление. Всюду чувствуете себя в своей тарелке. Беретесь за любое дело, хотя не всегда можете успешно довести его до конца. По этой самой причине руководители и коллеги относятся к Вам с некоторой опаской и сомнениями. Задумайтесь над этими фактами.

3 очка и менее. Ваша коммуникабельность носит болезненный характер. Вы говорливы, многословны, вмешиваетесь в дела, которые не имеют к Вам никакого отношения. Беретесь судить о проблемах, в которых совершенно не компетентны. Вольно или невольно Вы часто бываете причиной разного рода конфликтов в Вашем окружении. Вспыльчивы, обидчивы, нередко бываете необъективны. Серьезная работа не для Вас. Людям – и на работе, и дома, и вообще повсюду – трудно с Вами. Да, Вам надо поработать над собой и своим характером! Прежде всего воспитывайте в себе терпеливость и сдержанность, уважительно относитесь к людям, наконец, подумайте о своем здоровье – такой стиль жизни не проходит бесследно.

Тест «Коммуникативные и организаторские склонности»

В.В. Синявский, В.А. Федорошин (КОС)

Цель: выявление уровня коммуникативных и организаторских склонностей обучающихся.

Инструкция: на каждый вопрос следует ответить «да» или «нет». Если вы затрудняетесь в выборе ответа, необходимо все-таки склониться к соответствующей альтернативе (+) или (-).

Текст опросника

1. Много ли у Вас друзей, с которыми Вы постоянно общаетесь?
2. Часто ли Вам удается склонить большинство своих товарищей к принятию ими Вашего мнения?
3. Долго ли Вас беспокоит чувство обиды, причиненное Вам кем-то из Ваших товарищей?
4. Всегда ли Вам трудно ориентироваться в создавшейся критической ситуации?
5. Есть ли у Вас стремление к установлению новых знакомств с разными людьми?
6. Нравится ли Вам заниматься общественной работой?
7. Верно ли, что Вам приятнее и проще проводить время с книгами или за каким-либо другим занятием, чем с людьми?
8. Если возникли какие-либо помехи в осуществлении Ваших намерений, то легко ли Вы отступаете от них?
9. Легко ли Вы устанавливаете контакты с людьми, которые значительно старше Вас по возрасту?
10. Любите ли Вы придумывать и организовывать со своими товарищами различные игры и развлечения?
11. Трудно ли Вы включаетесь в новую для Вас компанию?
12. Часто ли Вы откладываете на другие дни те дела, которые нужно было бы выполнить сегодня?
13. Легко ли Вам удается устанавливать контакты с незнакомыми людьми?
14. Стремитесь ли Вы добиваться, чтобы Ваши товарищи действовали в соответствии с Вашим мнением?
15. Трудно ли Вы осваиваетесь в новом коллективе?
16. Верно ли, что у Вас не бывает конфликтов с товарищами из-за невыполнения ими своих обязанностей, обязательств?
17. Стремитесь ли Вы при удобном случае познакомиться и побеседовать с новым человеком?
18. Часто ли в решении важных дел Вы принимаете инициативу на себя?
19. Раздражают ли Вас окружающие люди и хочется ли Вам побыть одному?
20. Правда ли, что Вы обычно плохо ориентируетесь в незнакомой для Вас обстановке?
21. Нравится ли Вам постоянно находиться среди людей?

22. Возникает ли у Вас раздражение, если Вам не удастся закончить начатое дело?
23. Испытываете ли Вы чувство затруднения, неудобства или стеснения, если приходится проявить инициативу, чтобы познакомиться с новым человеком?
24. Правда ли, что Вы утомляетесь от частого общения с товарищами?
25. Любите ли Вы участвовать в коллективных играх?
26. Часто ли Вы проявляете инициативу при решении вопросов, затрагивающих интересы Ваших товарищей?
27. Правда ли, что Вы чувствуете себя неуверенно среди малознакомых Вам людей?
28. Верно ли, что Вы редко стремитесь к доказательству своей правоты?
29. Полагаете ли Вы, что Вам не доставляет особого труда внести оживление в малознакомую Вам компанию?
30. Принимаете ли Вы участие в общественной работе в школе?
31. Стремитесь ли Вы ограничить круг своих знакомых небольшим количеством людей?
32. Верно ли, что Вы не стремитесь отстаивать свое мнение или решение, если оно не было сразу принято Вашими товарищами?
33. Чувствуете ли Вы себя непринужденно, попав в незнакомую Вам компанию?
34. Охотно ли Вы приступаете к организации различных мероприятий для своих товарищей?
35. Правда ли, что Вы не чувствуете себя достаточно уверенным и спокойным, когда приходится говорить что-либо большой группе людей?
36. Часто ли Вы опаздываете на деловые встречи, свидания?
37. Верно ли, что у Вас много друзей?
38. Часто ли Вы смущаетесь, чувствуете неловкость при общении с малознакомыми людьми?
39. Правда ли, что Вас пугает перспектива оказаться в новом коллективе?
40. Правда ли, что Вы не очень уверенно чувствуете себя в окружении большой группы своих товарищей? *Обработка результатов*

Коммуникативные способности - ответы "да" на следующие вопросы: 1, 5, 9, 13, 17, 21, 25, 29, 33, 37; и "нет" на вопросы: 3, 7, 11, 15, 19, 23, 27, 31, 35, 39.

Организаторские способности - ответы "да" на следующие вопросы: 2, 6, 10, 14, 18, 22, 26, 30, 34, 38; и "нет" на вопросы: 4, 8, 12, 16, 20, 24, 28, 32, 36, 40.

Подсчитывается количество совпадающих с ключом ответов по каждому разделу методики, затем вычисляются оценочные коэффициенты отдельно для коммуникативных и организаторских способностей по формуле:

$K = 0,05 \cdot C$, где K – величина оценочного коэффициента, C – количество совпадающих с ключом ответов.

Оценочные коэффициенты может варьировать от 0 до 1. Показатели, близкие к 1 говорят о высоком уровне коммуникативных и организаторских способностях, близкие к

0 – о низком уровне. Первичные показатели коммуникативных и организаторских способностей могут быть представлены в виде оценок, свидетельствующих о разных уровнях изучаемых способностей.

Коммуникативные умения

| Показатель | Оценка | Уровень |
|------------|--------|--------------------|
| 0,10-0,45 | 1 | I - низкий |
| 0,46-0,55 | 2 | II - ниже среднего |
| 0,56-0,65 | 3 | III - средний |
| 0,66-0,75 | 4 | IV - высокий |
| 0,76-1 | 5 | V - очень высокий |

Организаторские умения

| Показатель | Оценка | Уровень |
|------------|--------|--------------------|
| 0,20-0,55 | 1 | I - низкий |
| 0,56-0,65 | 2 | II - ниже среднего |
| 0,66-0,70 | 3 | III - средний |
| 0,71-0,80 | 4 | IV - высокий |
| 0,81-1 | 5 | V - очень высокий |

Анализ полученных результатов

Испытуемые, получившие оценку 1, характеризуются низким уровнем проявления коммуникативных и организаторских склонностей.

Испытуемым, получившим оценку 2, коммуникативные и организаторские склонности присущи на уровне ниже среднего. Они не стремятся к общению, чувствуют себя скованно в новой компании, коллективе; предпочитают проводить время наедине с собой, ограничивают свои знакомства; испытывают трудности в установлении контактов с людьми и при выступлении перед аудиторией; плохо ориентируются в незнакомой ситуации; не отстаивают свои мнения, тяжело переживают обиды; проявления инициативы в общественной деятельности крайне снижено, во многих делах они предпочитают избегать принятия самостоятельных решений.

Для испытуемых, получивших оценку 3, характерен средний уровень проявления коммуникативных и организаторских склонностей. Они стремятся к контактам с людьми, не ограничивают круг своих знакомств, отстаивают своё мнение, планируют свою работу, однако потенциал их склонностей не отличается высокой устойчивостью. Коммуникативные и организаторские склонности необходимо развивать и совершенствовать.

Испытуемые, получившие оценку 4, относятся к группе с высоким уровнем проявления коммуникативных и организаторских склонностей. Они не теряются в новой обстановке, быстро находят друзей, постоянно стремятся расширить круг своих знакомых, занимаются общественной деятельностью, помогают близким. Другим, проявляют инициативу в общении, с удовольствием принимают участие в организации общественных мероприятий, способны принять самостоятельное решение в трудной ситуации. Всё это они делают не по принуждению, а согласно внутренним устремлениям.

Испытуемые, получившие высшую оценку - 5, обладают очень высоким уровнем проявления коммуникативности и организаторских склонностей. Они испытывают потребность в коммуникативности и организаторской и активно стремятся к ней, быстро ориентироваться в трудных ситуациях, непринужденно ведут себя в новом коллективе, инициативны, предпочитают в важном деле или в создавшейся сложной ситуации принимать самостоятельные решения, отстаивают своё мнение и добиваются, чтобы оно было принято товарищами, могут внести оживление в незнакомую компанию, любят организовывать разные игры, мероприятия. Настойчивы в деятельности, которая их привлекает. Они сами ищут такие дела, которые бы удовлетворяли их потребность в коммуникации и организаторской деятельности.

4.2.6. СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

Для педагогов:

1. Кряжева, Н. Л. Развитие эмоционального мира детей [Текст]: популяр. пособие для родителей и педагогов / Н. Л. Кряжева. – Ярославль: Академия развития, 2012.
2. Лабиринт души [Текст]: терапевтические сказки / под ред. О. В. Хухлаевой, О. Е. Хухлаева. – 3-е изд. – М.: Академический Проект: Трикта, 2014.
3. Лютова, Е. К. Тренинг эффективного взаимодействия с детьми [Текст]/ Е. К. Лютова, Г. Б. Моница. – СПб. Речь, 2015.
4. Панфилова, М. А. Игротерапия общения [Текст]: тесты и коррекционные игры: практ. Пособие для психологов, педагогов и родителей / М. А. Панфилова. – М.: Издательство ГНОМ и Д, 2015.

Для обучающихся:

1. Хухлаева О.В. Тропинка к своему «Я»: уроки психологии в начальной школе (1 – 4). –М.: «Генезис», 2015.
2. Фатеева А.А. Рисуем без кисточки. – Ярославль: Академия развития, 2006.
3. Уотт Ф. Я умею рисовать. – М.: Росмэн, 2003.