МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ СТАВРОПОЛЬСКОГО КРАЯ
ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
КРАЕВОЙ ЦЕНТР РАЗВИТИЯ ТВОРЧЕСТВА ДЕТЕЙ
И ЮНОШЕСТВА имени Ю.А. Гагарина

Принята с дополнениями
на заседании
методического совета
от 04.09.2020 года
Протокол № 1

УТВЕРЖДАЮ
Директор ГБУ ДО КЦРТДиЮ
_____ Г.В.Найденко

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА
социально-педагогической направленности

«Я – Лидер!»

Возраст обучаемых 12 - 16 лет
Срок реализации 1 год

Автор - составитель:
Подшивалова Наталия Викторовна
педагог дополнительного образования

г. Ставрополь
год разработки программы 2012

Пояснительная записка

Сегодня большое значение в самореализации человека приобретают его индивидуально-личностные характеристики. Позитивные социокультурные явления открывают широкие перспективы для свободного жизненного самоопределения личности в социуме.

Не секрет, что современное общество предъявляет к нам все более высокие требования. Все более ценными становятся такие характеристики человека, как целеустремленность, ответственность, решительность, которые в своей совокупности формируют лидерские качества и активную жизненную позицию.

Провозглашённая в 2010 году Д.А. Медведевым Национальная образовательная инициатива «Наша новая школа», поставила перед отечественным педагогическим сообществом конкретные стратегические цели. Инклюзивному образованию, при этом, была отведена особая роль: новая школа - это школа для всех. В частности, было продекларировано положение о том, что в любой образовательной организации будет обеспечиваться успешная социализация детей с ограниченными возможностями здоровья, детей-инвалидов, детей, оставшихся без попечения родителей, находящихся в трудной жизненной ситуации. Будут учитываться социальные и психофизиологические особенности детей.

Данное положение нашло своё отражение и в позиции мирового сообщества: включающее образование – это шаг на пути достижения конечной цели – создания включающего общества, которое позволит всем детям и взрослым, независимо от пола, возраста, этнической принадлежности, способностей, наличия или отсутствия нарушений развития, участвовать в жизни общества и вносить в нее свой вклад.

При разработке программы автор руководствовался следующими нормативными документами:

Конституцией Российской Федерации.

«Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации» - Законом Российской Федерации, принят Государственной Думой 3 июля 1998 года.

Федеральным Законом «Об образовании в Российской Федерации» № 273-ФЗ от 29 декабря 2012 года.

«О защите детей от информации, приносящей вред их здоровью и развитию».

Национальной образовательной инициативой «Наша новая школа» (Утверждена Д.Медведевым 04 февраля 2010 года, Пр-271)

Указами Президента Российской Федерации:

«О мерах по реализации государственной политики в области образования и науки»;

«О национальной стратегии действий в интересах детей на 2012-2017 годы» указ № 761 от 01.06.2012.

Распоряжениями Правительства Российской Федерации:

«Концепция развития дополнительного образования детей» от 4 сентября 2014 года №1726-р;

«Основы государственной молодежной политики Российской Федерации на период до 2025 года» от 29 ноября 2014 года №2403-р;

«О Концепции Федеральной целевой программы развития образования на 2011 - 2015 годы» - Распоряжение Правительства РФ от 7 февраля 2011 г. N 163-р;

«О государственной программе Российской Федерации «Доступная среда» на 2011 - 2015 годы» - Постановление Правительства РФ от 17 марта 2011 г. №175

Приказом Министерства образования и науки РФ от 29 августа 2013 года №1008 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам».

Актуальность программы обусловлена необходимостью формирования позитивного социального опыта растущего человека, его гражданского становления. Лидерские качества становятся особенно актуальными для любого человека в современной политической, социальной обстановке, которая сложилась в нашей стране. В решение задач социального становления подростка большое значение имеет стимулирование лидерства. Через лидеров реализуется управленческий механизм, таким образом, лидеры занимают ключевые позиции в органах школьного самоуправления. Следовательно, сегодня необходимо рассматривать вопрос о воспитании не только лидеров-организаторов, но и лидеров-взаимодействия. Главное для лидера – взаимодействия создать условия для действия других. В настоящее время проблема развития эмоционально-волевой сферы детей, воспитывающихся в условиях социальной депривации, чрезвычайно актуальна.

Для решения задач связанных с наработкой социальных компетенций, нами была разработана и реализуется дополнительная общеразвивающая программа "Я-лидер!", для воспитанников социального приюта.

Отличительными особенностями программы является то, что она реализуется не только с несовершеннолетними, попавшими в трудную жизненную ситуацию, но так же и с детьми с ОВЗ. Анализ литературы показывает, что в условиях интернатного учреждения многие личностные характеристики формируются так, что адекватная социализация развивающейся личности существенно затрудняется. Можно сказать, что практически все психические и личностные особенности детей, воспитывающихся в приюте, обусловлены теми условиями, которые характеризуют жизнь каждого ребенка в учреждении интернатного типа. Существующая там специфическая система межличностных отношений, организации жизнедеятельности, досуга и образовательного процесса

оказывает огромное влияние на развитие эмоциональной и личностной сфер воспитанника. Важнейшую роль в формировании специфических особенностей детей-сирот играют социальные условия их развития, и прежде всего социальная депривация.

У детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей, проявляются деформация личности, искажения в формировании самосознания, спровоцированные нереализованной потребностью в любви, привязанности и признании. Именно это приводит к возникновению серьезных проблем в сфере эмоционального развития. Помимо этого дети, воспитанники социального приюта не редко имеют ограниченные возможности здоровья, такие как: расстройства поведения и общения; нарушения слуха и зрения; речевые дисфункции; дефекты опорно-двигательного аппарата; отсталость умственного развития; задержку психического развития; комплексные нарушения.

Вследствие дефектов развития у детей с ОВЗ проявляется недостаточная сформированность психологических предпосылок к овладению полноценными навыками учебной деятельности. Возникают трудности формирования познавательных и учебных умений (планирование предстоящей работы, определения путей и средств достижения учебной цели; контролирование деятельности, умение работать в определенном темпе).

Тем ни менее, Выготский Л.С. отмечал необходимость включать детей с ограниченными возможностями здоровья в различную социально значимую деятельность, направленную на формирование детского опыта.

Реализация дополнительной общеразвивающей программы "Я-лидер!" осуществляется с несовершеннолетними воспитанниками ГКУСО «Ставропольский социальный приют для детей и подростков «Росинка», при этом цикличность пребывания несовершеннолетних в приюте в среднем 4-5 месяцев. Для успешного освоения программы 100% набранного контингента обучающихся, была разработана курсовая программа «Я-лидер!». Программа предусматривает развитие лидерских способностей и активной жизненной позиции молодых людей и разработана на 72 часа (в период полугодия). В год 144 часа, программу проходят 2 группы, так как часть детей выбывает из приюта и набирается новая группа воспитанников.

Дополнительная общеразвивающая программа "Я-лидер!" относится к социально-педагогической направленности: в ней создаются условия для социальной практики подростка в его реальной жизни, накопления нравственного и практического опыта; происходит раскрытие коммуникативного потенциала не только «нормотипических» детей, но и детей с ограниченными возможностями здоровья; расширяется палитра поведенческого репертуара.

Программа предполагает обогащение навыками межличностного общения среди детей «группы риска» (зачастую имеющих проблемы со здоровьем), расширение представления о себе и приобретение умений совместной и индивидуальной деятельности в освоении программы.

Программа призвана не только обучать основам межличностного общения, но и способствовать вербализации эмоциональных переживаний, открытости в общении, спонтанности. Содействует социализации детей с проблемами в развитии.

Новизна программы обусловлена тем, что в ней активно используются приёмы и методики психологического тренинга.

Социально-психологическая дезадаптация подростков в приюте выражается в широком спектре личностных деформаций. У них искажено нравственное сознание - понятие о добре и зле, ограничен круг потребностей. Примитивный характер носят интересы. Они живут не по нормам, принятым в обществе как нравственные, а по правилам, действующим в группе, к которой они прибились на улице. Они ценят физическую силу, изворотливость, злость, власть над другими, бесцеремонность, умение найти выход из любого положения, приспособиться к любым условиям, держать язык за зубами. Необходимо обратить внимание и на различия в психофизиологическом статусе детей воспитывающихся в семье и детей «социальных сирот» (имеющих большой спектр ограниченных возможностей здоровья)

Исходя из вышеописанного, в данной программе представлена такая форма работы, которая позволила в творческом открытом пространстве социально-приемлемого общения не только развивать коммуникативные способности детей, но и одновременно прорабатывать психологические проблемы и затруднения детей, как с нормальным психофизическим развитием, так и детей с ограниченными возможностями здоровья (через отыгрывание чувств и переживаний, групповое взаимодействие).

Выбор тренинговой формы работы обоснован тем, что такая форма дает возможность создать условия достаточно замкнутого, постоянного совместного общения в течение достаточно длительного времени. Подростки оказываются в различных ситуациях взаимодействия со сверстниками и взрослым, волей-неволей участвуют в новых для них формах общения. Тем самым они проще усваивают новые, конструктивные формы поведения, учатся поддержке, доверию, актуализируют для себя новые пути развития, познания себя, научаются видеть и анализировать свои личностные качества с точки зрения их полезности для самореализации и достижения жизненных целей. Такая форма организации деятельности также позволяет подросткам увидеть со стороны те свои личностные особенности, которые ранее не замечались или им не уделялось достаточного внимания, и, получив обратную связь от других ребят, скорректировать их через опробование и освоение новых форм поведения.

Развитие лидерства - это целенаправленное формирование и углубление соответствующих качеств и навыков, путем обучения и самообучения. Для развития лидерства используется ряд нижеследующих процедур:

* выработка личной мотивированности, устойчивого желания быть социально активным, уверенности в себе, готовности принимать решения и

брать на себя ответственность, последовательности и упорства в реализации общих целей, осознания собственной силы, веры в достижение цели, энтузиазма и т. п. Эта группа качеств характеризует различные параметры активности лидера.

* развитие индивидуальных интеллектуальных и нравственных лидерских качеств. К таким качествам относятся, прежде всего, профессиональная компетентность, порядочность (честность, соблюдение общепринятых нравственных норм), без которой, как правило, трудно, а то и совсем невозможно завоевать авторитет, развитый интеллект, проявляющийся в аналитичности, быстроте понимания сути проблемы, гибкости ума, предусмотрительности, умении планировать и ставить цели, и т. д.;

* обеспечение социальной компетентности лидера и его доброжелательности в отношениях с членами группы. Это предполагает культуру общения, умение ясно и четко выражать мысли, корректно выслушивать коллег, давать советы, внимательность, уважение достоинства других людей, умение понимать их, проникаться их заботами и проблемами, оказывать им поддержку и т. п.;

* приобретение умения и навыков быстро и правильно оценивать ситуацию, знать и учитывать особенности, интересы, запросы и ожидания всех членов группы. Не менее важна для лидерства и правильная оценка ситуации, своих сил и возможностей группы. Без этого успех групповой деятельности недостижим.

В процессе занятий учебная группа, согласно целям и задачам, может делиться на подгруппы, на работу в парах или используется одновременная работа со всей группой. Задания выполняются таким образом, чтобы был виден вклад каждого учащегося, что очень важно при включении в группу детей с ограниченными возможностями здоровья, при формирование внутригруппового доверия, развития эффективных межличностных взаимоотношений.

Применение групповых технологий позволяет развивать социальные навыки:

- оказание взаимной поддержки участникам группы и позволяет решать общие проблемы;
- дает возможность наблюдать результаты своих действий и их влияние на окружающих;
- позволяет осваивать новые роли, а также наблюдать, как модификация ролевого поведения влияет на взаимоотношения с окружающими;
- повышает самооценку и ведет к укреплению личной идентичности;
- развивает навыки принятия решений.

В программе активно используются игровые тренинговые технологии, как средство, обладающее активизирующими и интенсифицирующими деятельность учащихся.

В программе достаточно успешно применяются здоровьесберегающие технологии, позволяющие педагогу добиться наибольшей эффективности

обучения с наименьшим причинением вреда психическому и физическому здоровью обучающихся. Для решения поставленных задач рассматриваются цели, принципы здоровьесберегающего обучения, ориентированного на самореализацию учащегося.

Здоровьесберегающая технология, по мнению В.Д. Сонькина, - это:

- условия обучения ребенка (отсутствие стресса, адекватность требований, адекватность методик обучения и воспитания);
- рациональная организация учебного процесса (в соответствии с возрастными, половыми, индивидуальными особенностями и гигиеническими требованиями);
- соответствие учебной и физической нагрузки возрастным возможностям ребенка;
- необходимый, достаточный и рационально организованный двигательный режим.

Здоровьесбережение является одним из подходов в личностно - ориентированном обучении. Для повышения умственной работоспособности детей, предупреждения преждевременного наступления утомления и снятия у них мышечного статического напряжения, проводятся физкультпаузы, эмоциональная разрядка, зарядка для глаз, минутки для шутки, обязательная рефлексия.

Программа ориентирована на создание каждому ребенку условий для максимальной самореализации как личности. Реализуясь как личность, подросток будет чувствовать себя эмоционально здоровым, что не менее важно, чем физическое здоровье.

При составлении программы были учтены особенности физиологического (половое созревание, «гормональная буря»), психологического (изменения в интеллектуальной, эмоциональной сферах; формирование самосознания и мировоззрения), социального (общения со сверстниками и противоположным полом) развития подростка.

В программе использованы игры и упражнения ранее апробированные для работы с подростками «группы риска».

Цели программы:

Развитие лидерских способностей, активной жизненной позиции и межличностного общения детей с различным состоянием здоровья.

Задачи программы:

Программа направлена на решение следующих задач:

Образовательные задачи:

1. Обучение вербальным и невербальным формам уверенного поведения.
2. Обучение способам преодоления конфликтов, снятие страхов и повышение уверенности в себе.
3. Обучение способам преодоления трудностей и решения проблем.

Воспитательные задачи:

4. Воспитание уверенности в себе через отреагирование негативных эмоций.

5. Способствовать преодолению синдрома «базового недоверия к миру», у подростков с негативным семейным опытом.
6. Способствовать созданию условий для открытого доверительного общения, восприятия информации, творческой атмосферы работы в группе (в условиях наличия в группе детей с ОВЗ).
7. Помогать формировать открытые, доверительные, доброжелательные отношения с коллективом.

Развивающие задачи:

8. Развитие у молодых людей коммуникативных умений и способностей, лидерских качеств, позволяющих строить продуктивные межличностные отношения, работать в команде единомышленников.
9. Развитие личностных ресурсов, способствующих формированию адекватной самооценки.
10. Развитие своего внутреннего мира (мыслей чувств, переживаний), позитивного отношения к себе, критической самооценки и позитивного отношения к возможностям своего развития.
11. Развитие навыков установление контактов, общения, игрового партнерства и сотрудничества.

Концептуальные основы программы (принципы):

- Принцип гуманизма: признание подростка субъектом воспитания; опора на позитивное в нем; понимание, сострадание и помощь ему; подросток живет, а не готовится к жизни (подросток - личность);
- Принцип разнообразия: психофизиологические и возрастные особенности;
- Принцип равенства и сотрудничества: все члены коллектива занимают равные положения;
- Принцип культуросообразности: основан на общечеловеческих ценностях, на нормах национальной культуры и региональных традициях;
- Принцип открытости и доступности: все участники могут принимать участие в самоуправлении;
- Принцип добровольности: добровольное и самостоятельное решение подростка в выборе видов деятельности;
- Принцип создания ситуации успеха для каждого подростка (вне зависимости от состояния здоровья и личностных качеств).

Структура программы:

Программа предполагает работу с заинтересованными подростками в возрасте от 12 до 16 лет, желающими получить навык и опыт конструктивного взаимодействия с другими людьми. Занятия проводятся в коллективе с группой 8-12 человек, желательно чтобы в группе было равное количество девушек и юношей.

Сроки реализации:

Программа рассчитана на 4,5 месяцев (18 занятий), частота проведений занятий 1 раз в неделю по 4 часа.

Формы занятий:

- групповая;
- подгрупповая (для углубленной проработки психологических затруднений).

Учебно-воспитательный процесс имеет свои конкретные характерные черты: осуществляется воспитанниками в свободное от основной учебы время, добровольность, инициативность и активность всех участников (обучающихся, педагогов), направлен на развитие индивидуально-психологических способностей обучающихся, носит неформальный и комфортный характер для всех его участников.

Программа может успешно применяется для детей с проблемами опорно-двигательного аппарата, слабослышащих детей, с задержкой психического развития, с умственной отсталостью легкой степени тяжести, проблемами социальной адаптации, эмоционально-волевой неустойчивостью, тревожностью, заниженной самооценкой, низкой работоспособностью, нарушениями познавательной деятельности, коммуникации, поведения.

Оценка эффективности программы.

Прямыми критериями оценки результатов прохождения тренинга служит успешное освоение навыков конструктивного взаимодействия, развитие лидерских способностей, реализация личностного потенциала: (социальная активность, умение формулировать отстаивать свою точку зрения, организация коллективной деятельности, навыки выхода из конфликтных ситуаций, принятие социально-психологических процессов во всём их многообразии)

Косвенными критериями служат: создание стабильного коллектива (группы), заинтересованность участников в выбранном виде деятельности, развитие чувства ответственности и товарищества, а в конечном итоге воспитание личности с активной жизненной позицией.

Участие во внутрицентровских, городских, краевых конкурсах, выставках и мероприятиях показывает уровень социальной активности учащихся.

С целью определения эффективности программы проводится тестирование подростков (вводный срез и итоговое тестирование). Используются опросники: «Личная конфликтность», Анкета «Самооценка себя в группе», методика самооценки лидерских качеств «Лидер ли ты?» Н.Г. Калузаевой.

Ожидаемые результаты и способы определения их результативности

№ п п	Наименование раздела	Прогнозируемый результат	Способ определения	Формы подведения итогов
1	Цикл № 1. Личностное самоопределение	Учащийся должен иметь представление о правилах поведения в группе и знать свои личностные особенности. У учащегося должны быть развиты навыки самоанализа и уверенности в себе и своих силах. Должны быть сформированы представления о сильных и слабых сторонах своей личности, раскрыты важные качества, для эффективного межличностного взаимодействия.	дискуссия	Анкетирование опрос
2	Цикл № 2. Раскрытие ресурсов для развития лидерских качеств.	Учащийся должен уметь: самостоятельно или с помощью педагога выполнить задания теста для определения уровня «Личной конфликтности», «Самооценки себя в группе», лидерских качеств «Лидер ли ты?» Н.Г. Калузаевой. Учащийся должен владеть навыками эффективной коммуникации (С.Л. Рубинштейн, Дейл Карнеги). Психотехниками снижающими напряжение. Развивать персональные умения анализировать свои	Психолого-педагогический анализ результатов тестирования и анкетирования	Опрос, тестирование

		личностные качества.		
3	Цикл № 3. Обеспечение социальной компетентности лидера	У участников должно сформироваться достаточный уровень доверия к занятиям, педагогу, другим участникам учебно-воспитательного процесса. Учащийся должен знать: способствовать формированию эмпатии, доверительных отношений, отработать навыки эффективного взаимодействия. Должно происходить развитие способности к взаимопониманию.	Психолого-педагогический отзыв; Психолого-педагогическая поддержка	Занятие с педагогами и учащимися. Индивидуальные консультации
4	Цикл № 4. Развитие чувства принадлежности к группе и умения сотрудничать.	Учащийся должен иметь прояснённую внутреннюю позицию, сформированные навыки высказывания собственного мнения и принятия обратных связей. Учащийся должен знать свои личностные особенности и закрепить дружеские отношения в группе. Накопить: разнообразные поведенческие стратегии поведения. Учащийся должен уметь: актуализировать личностные ресурсы, закрепить пройденный материал, снять психоэмоциональное напряжение, обогатить сознание позитивными, эмоционально окрашенными образами личности.	Педагогическое наблюдение, участие учащегося в общественной жизни, самооценка учащегося. Психолого-педагогическая поддержка	Презентация и самопрезентация личности, индивидуальная и коллективная рефлексия

Программа состоит из 4 циклов занятий. **Первый цикл** посвящен познанию своего внутреннего мира и личностному самопознанию. **Второй**- раскрытию внутренних ресурсов для развития лидерских качеств. **Третий** - развивает способность к взаимопониманию и социальной компетентности лидера. На занятиях **четвертого цикла** развиваются чувства принадлежности к группе и умения сотрудничать.

Исходя из целей и задач, сформированных в программе используются следующие методы работы:

- Групповая работа;
- Мозговой штурм;
- Ролевая игра;
- Беседа;
- Лекция.

Программа предполагает возможность дальнейшего расширения. Знания, умения и навыки, полученные при прохождении тренинга «Я-лидер!», имеют продолжение в реальной жизни, в будущей социальной востребованности молодежи.

Ожидаемые результаты.

По итогам деятельности участников программы предполагается, получить следующие результаты:

- Развить самосознание личности, терпимость к различным людям и жизненным обстоятельствам;
- Стимулировать расширение поведенческого репертуара подростка;
- Развить у подростков навыки сотрудничества и партнерства;
- Развить организаторские способности подростков;
- Сформировать умение самостоятельно принимать решение, отстаивать свою жизненную позицию, жить и работать в коллективе;
- Развить умение управлять собой, самоанализировать, убеждать и организовывать других людей;
- Подготовить молодых людей для успешной реализации себя в социально-значимых видах деятельности: вожатые, ведущие и участники концертных программ, экскурсоводы.

Тематический план

№ п/п	Наименование тем занятий	Часы		
		теория	прак-ка	всего
1	**Вводное занятие:** Ознакомление с психолого-педагогической программой «Я-лидер!»	1	1	2
Цикл № 1. Личностное самоопределение				
2	Ценность моей и твоей личности	1	1	2
3	Развитие навыков самоанализа.	-	2	2
4	Особенности различных темпераментов	-	2	2
5	Сильные и слабые стороны личности	2	2	4
6	Границы личности: собственные ценности	2	2	4
7	Самооценка и адекватный уровень притязаний.	-	4	4
Цикл № 2. Раскрытие ресурсов для развития лидерских качеств.				
8	Развитие интереса к партнеру по общению.	2	2	4
9	Индивидуальные особенности человека	-	2	2
10	Развитие навыков аргументации	1	1	2
11	Расширение репертуара межличностного взаимодействия.	1	1	2
12	Взаимодействие и взаимовлияние	-	2	2
Цикл № 3. Обеспечение социальной компетентности лидера				
13	Развитие способности к взаимопониманию	1	1	2
14	Толерантная личность	1	1	2
15	Я и группа: толерантность к себе. Чувство собственного достоинства	-	4	4
16	Я и группа: толерантность к себе и другим. Самопознание.	-	4	4
17	Эффективное общение.	-	2	2
18	Учимся сочувствию	-	2	2
19	Границы толерантности	-	2	2
Цикл № 4. Развитие чувства принадлежности к группе и умения сотрудничать.				
20	Конфликтные ситуации. Их разрешение.	2	2	4
21	Развитие навыков эмоциональной устойчивости	1	1	2
22	Доверительные отношения	2	2	4
23	Как добиться успеха?	2	4	6
24	Учимся сотрудничеству	2	2	4
25	**Заключительное занятие:** Обобщение курса «Я-лидер!»	1	1	2
	Всего	22	50	72

Содержание программы

Вводное занятие

Ознакомление с психолого-педагогической программой «Я-лидер!»

Цель: знакомство с участниками группы, создание атмосферы «безопасности» в группе.

Задачи: знакомство с особенностями работы в тренинговой группе, развитие навыков самоанализа и уверенности в себе и своих силах.

Содержание теоретической части:

Общее знакомство с психолого-педагогической программой тренинга «Я-лидер!», с качествами необходимыми человеку с активной жизненной позицией.

Содержание практической части:

Упражнение «Знакомство», Упражнение «Моё умение»

Необходимое оборудование: бумага для записей и выполнения заданий, ручки

Цикл № 1. Личностное самоопределение

Ценность моей и твоей личности

Цель: раскрытие важных качеств, для эффективного межличностного взаимодействия.

Задачи: активизация процессов рефлексии, дальнейшее самораскрытие, самопознание

Содержание теоретической части:

«Я концепция» общие понятия; беседа на тему: «Приятный собеседник»

Содержание практической части:

Упражнение «Принятие себя», Упражнение «Паутина», Упражнение «Дружеское интервью», Упражнение «Послание самому себе», Упражнение «Аплодисменты по кругу»

Необходимое оборудование: листы бумаги, цветные карандаши, клубок ниток.

Развитие навыков самоанализа.

Цель: активизация процесса самопознания

Задачи: активизация процессов рефлексии, дальнейшее самораскрытие, самопознание, развитие навыков познания своего внутреннего «Я»

Содержание теоретической части:

беседа на тему: «Формирование знаний о своем «Я» и его самопринятие»

Содержание практической части:

Упражнение «Презинтация друг друга», Упражнение «Я в лучах солнца», Упражнение «Дружеское интервью», Упражнение «Я хочу, Я могу»

Необходимое оборудование: листы бумаги, цветные карандаши, фломастеры.

Особенности различных темпераментов

Цель: актуализация знаний о разновидностях темперамента

Задачи: повышение самопонимания, осознание своих индивидуальных особенностей

Содержание теоретической части:

беседа на тему: «Типы темперамента»-классификация

Содержание практической части:

Упражнение «Комплимент», Упражнение «Под микроскопом», Упражнение «Обратная сторона медали», Упражнение «Я центр воли»

Необходимое оборудование: листы бумаги, ручки, цветные карандаши, фломастеры, магнитофон и аудиозаписи.

Сильные и слабые стороны личности

Цель: развитие самосознания

Задачи: обучение тому, как находить в себе не только сильные, но и слабые стороны; осознание ограничений своих индивидуальных особенностей.

Содержание теоретической части:

Лекция «Индивидуальные особенности», беседа на тему: «Принимаю ответственность на себя»

Содержание практической части:

Упражнение «Круг силы», Упражнение «Мнение», Упражнение «Каким меня видят окружающие».

Необходимое оборудование: листы бумаги, ручки, цветные карандаши, фломастеры, магнитофон и аудиозаписи

Границы личности: собственные ценности

Цель: раскрытие важных качеств, активизация процессов рефлексии

Задачи: активизировать роль ценностей, прояснение Я-концепции».

Содержание теоретической части:

Лекция «Индивидуальные особенности», сущность понятий «мотивы», «ценностные ориентации» Условия их формирования

Содержание практической части:

Упражнение «Мои ценности», Упражнение «Начальник-подчиненный», Упражнение «Я такой».

Необходимое оборудование: листы бумаги, ручки, цветные карандаши, фломастеры, магнитофон и аудиозаписи

Самооценка и адекватный уровень притязаний.

Цель: повышение интереса к самому себе с точки зрения особенностей личности

Задачи: воспитать возможность адекватно воспринимать предъявляемые требования в соответствии с самооценкой своих способностей

Содержание теоретической части:

Формирование самооценки. Влияние самооценки на уверенность в своих способностях. Адекватный уровень притязаний.

Содержание практической части:

Экспресс-тест «Ваша самооценка», Упражнение «Самый-самый», Упражнение «Мечтать не вредно».

Необходимое оборудование: листы бумаги, ручки.

Цикл № 2. Раскрытие ресурсов для развития лидерских качеств.

Развитие интереса к партнеру по общению.

Цель: развитие коммуникативных навыков

Задачи: развивать умения эффективно общаться

Содержание теоретической части:

Навыки эффективной коммуникации (С.Л. Рубинштейн, Дейл Карнеги). Психотехники снижающие напряжение.

Содержание практической части:

Упражнение «Испорченный телефон», Упражнение «Иностранец и переводчик», Упражнение «Стенка на стенку».

Необходимое оборудование: листы бумаги, ручки.

Индивидуальные особенности человека

Цель: закрепление благоприятного отношения к себе и другим

Задачи: развивать умение анализировать свои личностные качества

Содержание теоретической части:

Навыки эмпатического принятия.

Содержание практической части:

Упражнение «Мы с тобой одной крови», Упражнение «Иностранец и переводчик», Упражнение «Подчеркивание общности».

Необходимое оборудование: листы бумаги, ручки.

Развитие навыков аргументации

Цель: развитие навыков эффективного взаимодействия

Задачи: расширение поведенческого репертуара

Содержание теоретической части:
Ознакомление с техниками ведения беседы.
Содержание практической части:
Упражнение «Метод двусторонней аргументации», Упражнение «Испорченный телефон», Упражнение «Ассоциации».
Необходимое оборудование: листы бумаги, ручки.

Расширение репертуара межличностного взаимодействия.
Цель: развитие взаимопонимания
Задачи: отработка навыков эффективного взаимодействия
Содержание теоретической части:
Беседа «Способы восприятия информации», Лекция «Следование и лидирование»
Содержание практической части:
Упражнение на глазодвигательные паттерны, техника «развитие визуализации», техника «Развитие звуковой системы представления», упражнение «Групповой портрет», упражнение «Один и вместе»
Необходимое оборудование: листы бумаги, ручки, аудиозаписи.

Взаимодействие и взаимовлияние
Цель: развитие эффективности взаимодействия и взаимовлияния
Задачи: Развитие навыков установление контактов, общения, игрового партнерства и сотрудничества. Отслеживание динамики внутренних процессов, снятие зажимов.
Содержание теоретической части:
Беседа «Влияние и манипуляция», лекция «Метафоры», беседа «Доступ к бессознательным процессам»
Содержание практической части:
Упражнение «Круг совершенства», Упражнение «Совпадение и несовпадение», Упражнение «Метафоры и влияние».
Необходимое оборудование: листы бумаги, ручки.

Цикл № 3. Обеспечение социальной компетентности лидера

Развитие способности к взаимопониманию
Цель: развитие взаимопонимания
Задачи: способствовать формированию эмпатии, доверительных отношений, отработать навыки эффективного взаимодействия.
Содержание теоретической части:
Беседа «Совпадение и несовпадение», Лекция «Ключи доступа»
Содержание практической части:

Упражнение «Гадалка», Упражнение «Я прошу у вас прощение», Упражнение «Биография прохожего».

Необходимое оборудование: листы бумаги, ручки.

Толерантная личность

Цель: формирование ценностно-нормативных представлений подростков

Задачи: развитие терпимости по отношению к другим точкам зрения

Содержание теоретической части:

Ознакомление подростков с понятием «толерантность»

Содержание практической части:

Упражнение «Чем мы похожи», техника «Комплименты», упражнение «Что такое толерантность»

Необходимое оборудование: листы бумаги, ручки, аудиозаписи.

Я и группа: Чувство собственного достоинства

Цель: показать функциональную роль чувства собственного достоинства в системе самоотношения личности

Задачи: развитие навыков ведения позитивного внутреннего диалога

Содержание теоретической части:

Беседа «Отношение к себе и толерантность»

Содержание практической части: Упражнение «Самопрезинтация», техника «Неуверенный-уверенный-самоуверенный», упражнение «Нобелевская премия»

Необходимое оборудование: ватман, фломастеры.

Я и группа: Самопознание.

Цель: развитие взаимопонимания

Задачи: формирование навыков точного межличностного восприятия

Содержание теоретической части:

Беседа «Способы восприятия информации», Лекция «Следование и лидирование»

Содержание практической части:

Упражнение «Это здорово!», техника «Порадуй меня», техника «Я-высказывания / Ты - высказывания»

Необходимое оборудование: листы бумаги, ручки.

Эффективное общение.

Цель: осознание стереотипов поведения различных групп

Задачи: развитие навыков толерантного общения

Содержание теоретической части:

Беседа «Каковы преимущества толерантного общения»

Содержание практической части:
Упражнение «Угадай цвет по жесту», Упражнение «Карта нетерпимости», Упражнение «Групповая картина». Упражнение «Паутина предрассудков».
Необходимое оборудование: листы бумаги, ручки.

Учимся сочувствию
Цель: развитие у подростков способности к пониманию, сопереживанию и сочувствию
Задачи: развитие способности концентрироваться на мыслях другого человека
Содержание теоретической части:
Беседа «Будь внимательным», «Сочувствие в нашей жизни»
Содержание практической части:
Упражнение «Ванька-Встанька», Упражнение «Пойми меня», техника «Глаза в глаза», Упражнение «Войти в роль беженца». Групповая рефлексия.
Необходимое оборудование: листы бумаги, ручки.

Границы толерантности
Цель: развивать социальное восприятие
Задачи: помочь понять и почувствовать границы толерантного поведения
Содержание теоретической части:
Беседа «Всеобщая декларация прав человека», обсуждение вопросов, касающихся нарушения прав человека и человеческого достоинства.
Содержание практической части:
Упражнение «Успей вставить слово», упражнение «Кодекс толерантности», упражнение «Суд присяжных», упражнение «Круг обратной связи»
Необходимое оборудование: листы бумаги, ручки, аудиозаписи.

Цикл № 4. Развитие чувства принадлежности к группе и умения сотрудничать.
Конфликтные ситуации. Их разрешение.
Цель: развивать бесконфликтное поведение
Задачи: изучение своей личной конфликтности
Содержание теоретической части:
Беседа «Стратегии избегания конфликтных ситуаций», Мозговой штурм в командах «Выходы из конфликтных ситуаций».
Содержание практической части:
Упражнение «На лбу написано», упражнение «Коробка переживаний», упражнение «Ковер мира», упражнение «Любовь и злость»
Необходимое оборудование: листы бумаги, ручки.

Развитие навыков эмоциональной устойчивости

Цель: развивать навыки эмоциональной устойчивости

Задачи: обучение навыкам саморегуляции

Содержание теоретической части:

Беседа «Эмоциональная устойчивость в нашей жизни».

Содержание практической части:

Упражнение «Что я люблю делать?», упражнение «Путешествие», упражнение «Приятные воспоминания», упражнение «Я справился!», упражнение «Невидимые помощники»

Необходимое оборудование: листы бумаги, ручки.

Доверительные отношения

Цель: развивать навыки доверительных отношений

Задачи: прояснение внутренней позиции, формирование навыков высказывания собственного мнения и принятия обратных связей, стимуляция поведенческих изменений

Содержание теоретической части:

Беседа «Влияние и манипуляция», лекция «Коммуникация»

Содержание практической части:

Упражнение «Круг совершенства», упражнение «Совпадение и несовпадение», упражнение «Глубокое погружение», упражнение «Доверяй».

Необходимое оборудование: мультимедиа.

Как добиться успеха?

Цель: развивать уверенное поведение

Задачи: прояснение лидерских позиций, актуализация способностей.

Содержание теоретической части:

Беседа «Я- лидер!»

Содержание практической части:

Упражнение «Круг силы», упражнение «Копилка хороших поступков», упражнение «Вспомни успех!», упражнение «Хвасталки», упражнение «Достижение цели»

Учимся сотрудничеству

Цель: развивать навыки групповой работы

Задачи: обучение приемам успешного сотрудничества

Содержание теоретической части:

Беседа «Сотрудничество!».

Содержание практической части:

Упражнение «Небоскреб», упражнение «Трио, упражнение «Распускающийся бутон», упражнение «Рисунок в два этапа», упражнение «Один и вместе»

Необходимое оборудование: листы бумаги, ручки, карандаши, фломастеры

Заключительное занятие:

Обобщение курса «Я-лидер!»

Цель: актуализация личностных ресурсов, закрепление представлений участников о своей уникальности

Задачи: закрепить пройденный материал, снять психоэмоциональное напряжение, обогатить сознание позитивными, эмоционально окрашенными образами личности, закрепить дружеские отношения между членами группы.

Содержание теоретической части:

Обсуждение перспективных целей для реализации себя как лидера (пошаговая проработка перспектив своей реализации - вожатые, экскурсоводы). Обсуждение плана действий для успешной самореализации.

Содержание практической части:

Упражнение «Что же у нас получилось», упражнение «Чемодан», упражнение «Автобиография», упражнение «Круг обратной связи»

Ритуал прощания, получение обратной связи от участников тренинга.

Необходимое оборудование: листы бумаги, ручки, аудиозаписи.

Материально-техническое оснащение

Просторное, звукоизолированное помещение оборудованное креслами и несколькими столами;

Мультимидийное оборудование;

Стенды постоянные и сменные;

Аудиомагнитофон;

Ватманы, бумага, карандаши, фломастеры, ручки.

Методическое обеспечение программы

Периодические издания: журналы «Школьный психолог», «Справочник педагога-психолога»; набор аудиозаписей для использования в тренинговых упражнениях; раздаточный материал «Памятки для подростков»

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

Для педагога:

1. Бурно М.Е. «О характерах людей» М.: Академический Проект,2012
2. Гордеева Т.О. «Психология мотивации достижения» М.: Смысл; ИЦ «Академия», 2016
3. Горбушина О. «Психологический тренинг». Из-во «Питер», М, 2012
4. Кон И.С. Психология юношеского возраста (проблемы формирования личности) Учебное пособие для студентов пед.институтов- М., 1997.
5. Тренинг лидерства – http://rl54.ru/ckfinder/userfiles/files/Kipnis%20liderstvo.doc
6. Лепешова Е.М. «Развитие личности школьника» М.: Генезис.2017
7. Медведев Д.А. Наша новая школа. Национальная образовательная инициатива // Выступление президента РФ на торжественной церемонии открытия Года учителя в России // Российская газета, февраль 2010.
8. Менчинская Е.А. Основы здоровьесберегающего обучения в начальной школе: Методические рекомендации. – М.: Вентана-Граф, 2010
9. Митина Л.М Психология развития конкурентоспособной личности -М Воронеж,2013
10. Мудрик А.В. Введение в социальную педагогику.- М.,1997.

Для родителей:

11. Мухина В.С. «Феноменология развития и бытия личности».- М-Воронеж, 1999
12. Обухова Л.Ф. Детская психология: теория, факты, проблемы-М., 1995
13. Социология молодежного досуга. http://bubook.net/book/450-sociologiya-molodezhnogo-dosuga-uchebnoe-posobie-surtaev-vya/8-22-specifika-molodezhnogo-dosuga.html
14. Филиппова Г.Г «Как обучить искусству общения» // Классный руководитель.- 2011- №8
15. Фоппель. К. Сплоченность и толерантность в группе. М, Генезис. 2006
16. Бенбега Т.Н. «Психология в цитатах и афоризмах» Мозырь.: 2006

Для детей:

17. Лутошкин А.Н. Как вести за собой , https://studfiles.net/ Малкина-Пых И.Г.
19. Возрастные кризисы. http://psihomed.com/vozrastnyie-krizisyi/
18. Орлов Ю.М. Самопознание и самовоспитание характера-М., 1987
19. Дендеберя Е.В. Как поднять самооценку. Серия «Психологический практикум» - Ростов на Дону: Феникс, 2013.
20. Хочу быть лидером Выпуск 2. – Новгород, изд-во ООО «Педагогические технологии», 2013
21. Цукерман Г.А., Мастеров Б.М. Психология саморазвития. http://fb.ru/post/book-reviews/2015/9/11/1544