

Муниципальное бюджетное учреждение
дополнительного образования
Центр дополнительного образования
Усть-Кутского муниципального образования

Рекомендована
методическим советом
МБУ ДО ЦДО УКМО
протокол № 6
«19» мая 2025 года

Утверждена приказом директора
МБУ ДО ЦДО УКМО
№ 147-од
«30» мая 2025 года



**Летняя дополнительная общеразвивающая программа
«КРУТО»**

для обучающихся: 9-13 лет
срок реализации: 10 дней
направленность: социально-гуманитарная
уровень сложности: вводный
вид программы: краткосрочная

Педагог-психолог, педагог дополнительного образования:
Мажеева Алёна Дмитриевна

Усть-Кут
2025

Комплекс основных характеристик программы Пояснительная записка

Настоящая дополнительная обще развивающая программа «ПРОФИ» разработана с учетом:

- Указа Президента Российской Федерации «О национальных целях развития Российской Федерации на период до 2030 года».
- Распоряжения Минпросвещения России от 08.09.2021 N АБ-33/05вн «Об утверждении методических рекомендаций о реализации проекта «Билет в будущее» в рамках федерального проекта «Молодежь и дети» (вместе с «Методическими рекомендациями о реализации проекта «Билет в будущее» в рамках федерального проекта «Успех каждого ребенка» в 2021 году») Концепция развития дополнительного образования до 2030 года (утверждена распоряжением Правительства РФ от 31.03.2022 № 678-р).
- Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам, утвержден приказом Министерства просвещения РФ от 27.07.2022 № 629.
- Приказа Министерства просвещения РФ от 03.09.2019 № 467 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей».
- Постановления Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 № 28 «Об утверждении СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи».
- Постановления Главного государственного санитарного врача РФ от 28.01.2021 № 2 «Об утверждении санитарных правил и норм СП 1.2.3685- 21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания».
- Приказа Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 22.09.2021 № 652н «Об утверждении профессионального стандарта «Педагог дополнительного образования детей и взрослых».
- Распоряжения Правительства Иркутской области № 460-рп от 04 июля 2019 года, «О внедрении целевой модели развития региональной системы дополнительного образования детей в Иркутской области».
- Устава МБУ ДО ЦДО УКМО (утверждён 27.05.2022г. с изменениями от 04.07.2022 г.).
- Программы развития МБУ ДО ЦДО УКМО на 2021 -2026 год.

Направленность программы социально-гуманитарная.

Уровень сложности вводный.

Актуальность: формирование полноценных граждан своей страны во многом зависит от того, что знают они о запросах общества, какую профессию изберут, где будут работать. Концепция развития дополнительного образования детей, утвержденной распоряжением Правительства РФ от 31 марта 2022 г. №

678-р, направлена на определение приоритетных целей, задач, направлений и механизмов развития дополнительного образования детей в Российской Федерации до 2030 года. В Концепции определены цели развития дополнительного образования детей, к которым относятся, создание условий для самореализации и развития талантов детей, а также воспитание высоконравственной, гармонично развитой и социально ответственной личности.

На первых занятиях с 9-классниками образовательных организаций Усть-Кутского муниципального образования в рамках дополнительной общеразвивающей программы (далее ДОП) «ПРОФИ» в ходе диагностики по методике Н.С. Пряжникова выявлено, что данные обучающиеся плохо знают мир профессий, либо плохо знают свои возможности. Это может привести к тому, что подростки выбирают профессию, не соответствующую их интересам и способностям, или же вовсе не могут определиться с выбором. Поэтому более раннее погружение в мир профессий с помощью ДОП «КРУТО» приведёт к более осознанному выбору профессионального учебного заведения и профессии в целом.

Анкетирование среди обучающихся 9-13 лет Усть-Кутского муниципального образования показало, что реализация профориентационной ДОП «КРУТО» в каникулярный период очень актуальна.

Концептуальная основа программы заключается в том, чтобы сформировать у группы детей представления о мире профессий, в том числе Усть-Кутского муниципалитета, профессиональных намерений и первоначальных ориентировок в различных сферах трудовой деятельности, получение первичных практических умений и навыков, которые могут оказывать влияние на предпрофильную подготовку и профессиональное самоопределение личности, через экскурсии, мастер-классы, профессиональные пробы, тренинги, настольные игры.

Отличительные особенности программы: данная программа краткосрочная, рассчитана на 30 часов, на 2 недели обучения.

Программа составлена на основе классификации профессий по Е.А. Климу, т.е. каждый день будет посвящен определенной группе профессий. Тем самым у обучающихся сложится понимание специфики профессий по всем пяти направленностям (человек-человек; человек-природа; человек-знаковая система; человек-техника; человек-художественный образ).

Благодаря реализации дополнительной общеразвивающей программы «КРУТО», обучающиеся в возрасте 9-13 лет смогут погрузиться в раннюю профориентацию. С помощью экскурсий, мастер-классов, тренингов, диалогов с представителями профессий Усть-Кутского муниципального образования, игр, профессиональных проб смогут расширить знания о мире профессий, определить свои сильные и слабые стороны, развить навыки будущего, получить первичные практические умения, которые в будущем могут оказать большое влияние на предпрофессиональную подготовку и профессиональное самоопределение личности.

Гибкость содержания позволяет адаптировать программу под разные форматы: от интенсивных лагерей до учебного года в школе. Все активности — интерактивные, вовлекающие обучающихся в живое взаимодействие. Через деловые игры, квесты, квизы, обсуждения и реальные мастер-классы они не просто получают информацию, а проживают опыт, который помогает лучше понять себя и окружающий мир профессий.

Программа органично встроена в контекст современности, включая знакомство с востребованными индустриями региона. Профпробы реализуются в связке с реальными задачами и специалистами, что приближает детей к осознанному выбору.

Каждый участник проходит через диагностический блок, практический блок, заполняет дневник и в завершении презентует мини-проект «Я и моя траектория». Программа направлена также на развитие универсальных компетенций: коммуникации, критического мышления, командной работы, самоорганизации.

Адресат программы. Программа для обучающихся 9-13 лет ОО УКМО «КРУТО», рассчитана на 30 часов, будет реализовываться на базе Усть-Кутского филиала областного государственного казенного учреждения «Кадровый центр Иркутской области», по адресу г. Усть-Кут, ул. Реброва-Денисова, дом 3.

Объем программы: 30 часов.

Форма обучения: очная.

Режим занятий: 30 часов, по 3 часа 10 дней в неделю, на протяжении 2 недель в соответствии СанПиН 2.4.3648-20.

Цель программы: формирование у группы детей представлений о мире профессий, в том числе Усть-Кутского муниципалитета, через экскурсии, мастер-классы, профессиональные пробы, тренинги, игры.

Задачи программы:

Обучающие

- расширить знания о мире профессий, рынке труда, востребованных профессиях в Усть-Кутском муниципалитете и не только;
- познакомить с классификацией профессий по Клинову, требованиями и условиями труда выбранной профессии, возможностями обучения.

Развивающие

- формировать осознание своих желаний и возможностей; осознание трудностей в достижении профессиональных целей и нахождения пути их преодоления;
- развивать гибкие навыки;
- сформировать познавательную активность, любознательность, интерес, самостоятельность;
- развивать навыки самопрезентации, коммуникации и командной работы;
- стимулировать развитие творческого подхода к решению задач, формированию и защите индивидуальных проектов;

- развивать навыки критического мышления и способности к самоанализу через рефлексию и обратную связь;

- развивать мотивацию к саморазвитию и обучению, формируя осознание важности выбора профессии для будущего.

Воспитательные

- формировать нравственное самовоспитание личности;

- помочь осознать интересы и сильные стороны;

- воспитывать у подростков ответственность за собственный выбор и будущее;

- способствовать развитию эмпатии и уважения к другим людям через взаимодействие в группе.

Содержание программы

№ п/п	Название раздела и тем	Основные узловые моменты	Часы
1 день	Введение. Знакомство.	Введение. Техника безопасности. Гренинг на сплочение. Пояснение модели А.А.Климова. Входная диагностика. Мультфильм «Каким стать». Знакомство с дневником обучающегося.	3
2 день	Направление «Человек-Человек» Данное направление подразумевает привлечение родителей. Экскурсия или открытый диалог с родителем- представителем профессии данного направления.	Экскурсия: ФГКУ 8 отряд ФПС по Иркутской области ПСЧ-30. Мультфильм про центр занятости. Диалог с представителем Усть-Кутского филиала областного государственного казенного учреждения «Кадровый центр Иркутской области». Заполнение дневника - рефлексия дня.	6
3 день		Экскурсия: Усть-Кутская районная больница. Тренинг «Я пойму тебя - как себя». Профпроба: оказание первой помощи. Работа с карточками «Человек-человек». Квест «Сыщик». Заполнение дневника - рефлексия дня.	
4 день	Направление «Человек-Техника»	Мастер-класс «Авиамоделирование». Экскурсия: ДЕПО Лена ТЧ-10 ВСЖД ООО «РЖД». Мультфильм «Профессия металлург». Работа с листами «Человек – Техника». Заполнение дневника - рефлексия дня.	6
5 день		Мастер-класс «Основы фотосъёмки на сотовый телефон». Игра «Инженерное мышление». Мультфильм «Кто такой мультиплликатор?». Мастер-класс: «Озвучивание мультфильма». Заполнение дневника - рефлексия дня.	
6 день	Направление «Человек-Знаковая система»	Экскурсия: Отдел по Усть-Кутскому району и Казачинско-Ленскому районам и г. Усть-Куту службы записи актов гражданского состояния Иркутской области. Игра «Морской бой». Заполнение дневника - рефлексия дня.	6

7 день		Работа с листами «Человек - Знаковая система». Занятие «Средства индивидуальной мобильности, правила передвижения». Игра «Карта профессий». Мультфильм «Профессия Архитектор». Разгадывание ребусов. Заполнение дневника - рефлексия дня.	
8 день	Направление «Человек-Художественный образ»	Экскурсия: Муниципальное предприятие «Телерадиокомпания «Диалог»» Усть-Кутского муниципального образования. Тренинг: развитие креативности. Мастер-класс «Таинство декупажа». Мультфильм «Профессия дизайнер». Батл скороговорок. Заполнение дневника - рефлексия дня.	3
9 день	Направление «Человек-Природа»	Экоуроки. Игра «ЭКО-борье». Экскурсия в филиал федерального бюджетного учреждения здравоохранения «Центр гигиены и эпидемиологии». Работа с листами «Человек-Природа». Заполнение дневника - рефлексия дня.	3
10 день	Защита мини-проекта «Я и моя траектория»	Защита мини-проекта «Я и моя траектория». Квиз-игра «Ура, я знаю!», совместно с командой родителей. Подведение итогов. Заполнение анкеты.	3

Комплекс организационно - педагогических условий

Учебно-тематический план

№ п/п	Наименование темы	Количество часов			Формы организации занятия, приемы	Форма аттестации (контроля)
		Всего часов	Тео рия	Пра кти ка		
1 день	Введение. Знакомство.	3	1	2	Тренинг, лекция, диагностика	
2 день	Направление «Человек-Человек»	3	0,5	2,5	Экскурсия, игра, диалог.	Заполнение дневника
3 день		3	0,5	2,5	Экскурсия, тренинг, профпроба, квест.	Заполнение дневника
4 день	Направление «Человек-Техника»	3	0,5	2,5	Мастер-класс, экскурсия, работа с листами.	Заполнение дневника
5 день		3	0,5	2,5	Мастер-классы, игра, фильм.	Заполнение дневника
6 день	Направление	3	1	2	Экскурсия, игра.	Заполнение дневника

7 день	«Человек-Знаковая система»	3	1	2	Работа с листами, игра, фильм.	Заполнение дневника
8 день	Направление «Человек-Художественный образ»	3	1	2	Экскурсия, мастер-класс, фильм.	Заполнение дневника
9 день	Направление «Человек-Природа»	3	1	2	Экскурсия, игра, экоуроки, работа с листами.	Заполнение дневника
10 день	Защита мини-проекта «Я и моя траектория»	3	2	1	Самопрезентация, квиз-игра, диагностика.	Защита мини-проекта
	Итого:	30	9	21		

Планируемые результаты

В результате усвоения программы «КРУТО»: будут иметь расширенное представление о мире профессий, практических умениях специалистов определенных профессий и специальностей, в частности Усть-Кутского муниципального образования. С помощью экскурсий и мастер-классов приобретут определенный опыт профессиональных действий и смогут применять на практике умения, полученные в ходе профессиональных проб. Благодаря тренингам, профориентационным играм «прокачают» навыки будущего.

ЛИЧНОСТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ:

- повысят самооценку и уверенность;
- развитие способности к саморазвитию и адаптации.

МЕТАПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ:

- научатся планировать, приобретут навыки анализа и самопрезентации, критического мышления;
- развитие способности работы в команде;
- развитие гибких навыков.

ПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ:

- изучат структуру современного рынка профессий;
- узнают требования и компетенции в разных отраслях.

Календарный учебный график 2024 – 2025 учебный год

Дата	Время	Тема дня
Понедельник 02.06		Введение. Знакомство.
Вторник 03.06	10:00-13:00	Направление «Человек-Человек»
Среда 04.06		Направление «Человек-Техника»
Четверг 05.06		Направление «Человек-Знаковая
Пятница 06.06		
Понедельник 09.06		

Вторник 10.06		система»
Среда 11.06		Направление «Человек-Художественный образ»
Четверг 12.06		Направление «Человек-Природа»
Пятница 13.06		Защита мини-проекта «Я и моя траектория»

Оценочные материалы

Формы аттестации и оценочные материалы

- Ежедневная рефлексия и записи в индивидуальных дневниках.
- Анализ результатов диагностики. Входной контроль в форме диагностики.
- Защита итогового мини-проекта «Я и моя траектория».
- Анкетирование, обратная связь участников и родителей.

По итогам завершения обучения по программе «КРУТО» обучающемуся вручается сертификат и подарок, а также формируется Сертификат о дополнительном образовании в личном кабинете пользователя электронной платформы Навигатор дополнительного образования Иркутской области.

Методическое обеспечение ДООП

№ п/п	Наименование раздела, темы	Наименование методического материала, автор, ссылка (при наличии)
1	Введение. Знакомство.	Анкета входной диагностики. Методическая разработка тренинга: «Будем знакомы». Методическая разработка занятия: «Классификация профессий». Методическая разработка дневника «Я и моя траектория».
2	Направление «Человек-Человек»	Методическая разработка тренинга: «Я пойму тебя - как себя». Методическая разработка квест игры «Сыщик». Разработка рабочих листов «Человек-человек».
3	Направление «Человек-Техника»	Две методические разработки мастер-классов. Разработка рабочих листов «Человек-техника».
4	Направление «Человек-Знаковая система»	Методические разработки игр: «Ребусы» и «Морской бой». Разработка рабочих листов «Человек-знаковая система».
5	Направление «Человек-Художественный образ»	Методическая разработка тренинга на развитие креативности. Методическая разработка мастер-класса. Разработка рабочих листов «Человек-художественный образ».
6	Направление «Человек-Природа»	Методическая разработка экоуроков и игры «ЭКО-борье». Разработка рабочих листов «Человек-природа».
7	Защита мини-проекта «Я и моя траектория»	Методическая разработка квиз-игры «Ура, я знаю!». Анкета «Как прошло твоё время?». Анкета для родителей.

Для качественной работы по данной программе каждый обучающийся будет обеспечен дневником «Я и моя траектория», который будет заполнять каждый день по завершению дня. Ведение такого дневника позволит проанализировать самого себя.

В работе педагогом будут использоваться **технологии** коллективной творческой деятельности, технология группового обучения, технология игровой деятельности.

По завершению программы ребята представлят мини-проекты самопрезентации «Я и моя траектория»

Алгоритм дня: орг. момент, практическая или теоретическая деятельность, рефлексия.

Иные компоненты

Условия реализации программы

Просторное помещение.

Проекционное оборудование, ноутбук, колонки, принтер.

Расходные материалы: бумага, фломастеры, карточки.

Методические разработки, настольные игры.

Возможность выездных мероприятий (по договорённости).

Кадровое обеспечение программы:

Руководитель программы.

Методист.

Педагоги дополнительного образования (воспитатели).

Приглашённые спикеры.

Список литературы

Для педагога:

1. Дубровина И.В. Возрастная и педагогическая психология: хрестоматия: учеб. В647 пособие для студ. Высш. учеб. заведений. – М.: Издательский центр «Академия», 2008. - 368 с.
2. Жгун Л.С. Ступени к будущей профессии. Методические рекомендации по организации деятельности по профессиональному самоопределению детей и молодежи в муниципальных общеобразовательных школах. – Черемхово, 2014
3. Иваненко К.С. Формирование профессионального самоопределения подростков. Методическое пособие. - Черемхово, 2014
4. Ильин Е.П. Психология общения и межличностных отношений. – СПб.: Питер, 2009. – 576 с.
5. Ильин Е.П. Дефференциальная психология профессиональной деятельности, - СПб.: Питер, 2009. – 423 с.
6. Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года (Распоряжение Правительства Российской Федерации от 31 марта 2022 года № 678-р).

Для обучающихся:

1. Ссылка на видео <https://drive.google.com/drive/folders/1-YkiwmEKmrf6hy0UuRCGds2ZQnhy7Ehw?usp=sharing>
2. ДНЕВНИК ОБУЧАЮЩЕГОСЯ по ДОП «КРУТО» «Я и моя траектория»
<https://docs.google.com/document/d/1KvhqsB5FmhZX11u4CSO0WPeqH8Ugd5B0/edit?usp=sharing&ouid=112287815599320371895&rtpof=true&sd=true>
3. Рабочие листы
<https://drive.google.com/drive/folders/1ghWfqI4h9ImDK1MGsjfLvzLy1iCqZEkn?usp=sharing>
4. Квиз-игра «Ура, я знаю!»
https://docs.google.com/presentation/d/14wvSkdDqvaz_o31dbtML64u_GQQJsDnK/edit?usp=sharing&ouid=112287815599320371895&rtpof=true&sd=true
5. Игра «Где логика?»
<https://docs.google.com/presentation/d/1e4vzuwAbM6qdRdiTrTxaBh7GAu6iCXHU/edit?usp=sharing&ouid=112287815599320371895&rtpof=true&sd=true>

Для родителей:

1. Опрос в гугл форме
<https://docs.google.com/forms/d/1DTvUEAHql2jwRKiEz7gyiNVK4j25kfRbuXYx46NXNos/edit>

Электронные ресурсы:

Ссылки на web-страницу:

1. Мультсериал «Навигатум: Калейдоскоп Профессий» <https://navigatum.ru/kp/>

Ссылки на сайт в целом:

1. Билет в будущее: [Электронный ресурс] URL: <https://bvbinfo.ru/>
2. Образовательный и научно-исследовательский проект «Навигатум»: [Электронный ресурс] URL: <https://navigatum.ru/>

Список приложений.

1. Приложение №1. Комплект контрольно-измерительных материалов.
2. Приложение №2. Методические материалы.

Комплект контрольно-измерительных материалов

Входной контроль.

Диагностика: анкета для обучающихся «Давай познакомимся».

Цель: знакомство с обучающимися, с их личностными особенностями.

«Давай познакомимся»

Дорогие ребята!

Просим вас ответить на предложенные вопросы нашей анкеты.

Меня зовут (Ф. И.) _____

Мне нравится, когда меня называют _____

Какой Я (написать прилагательные, которые меня характеризуют) _____

Дома в свободное время я увлекаюсь: танцами, литературой, прикладным творчеством, музыкой, пением, спортом, театром, туризмом, рисованием, журналистикой (нужно подчеркнуть), свой вариант _____

Мои ожидания от ДОП «КРУТО» (отметить выбранные варианты).

- а) получить новые знания;
- б) лучше понять и узнать себя;
- в) познакомиться с новыми людьми;
- г) познать мир профессий;
- д) что-то ещё (указать) _____

Ты общительный человек? (отметить выбранный вариант).

- а) да
- б) нет
- в) не знаю

Можешь ли ты попросить о помощи в сложной ситуации? (отметить выбранный вариант).

- а) да
- б) нет
- в) не знаю

У тебя чаще бывает хорошее настроение? (отметить выбранный вариант).

- а) да
- б) нет
- в) не знаю

Умеешь ли ты подчиниться решению коллектива, воспитателя? (отметить выбранный вариант).

- а) да
- б) нет
- в) не знаю

Уверен(а) ли ты, что твоя жизнь здесь пройдет весело и интересно? (отметить выбранный вариант).

- а) да
- б) нет
- в) не знаю

Я пришел сюда, чтобы (продолжи фразу) _____.

Итоговая аттестация.

Диагностика: анкета для обучающихся «Как прошло твоё время?»; анкета для родителей.

«Как прошло твоё время?»

Дорогие ребята!

Просим вас ответить на предложенные вопросы нашей анкеты.

-Что тебе понравилось за время проведенное на площадке?

-Что тебе не понравилось?

-С кем из ребят ты подружился (ась)?

-Какие из мероприятий понравились тебе больше всего? Почему?

-Было ли скучно?

-Что бы ты хотел(а) пожелать себе?

-Что бы ты хотел(а) пожелать другим ребятам?

-Что бы ты хотел(а) пожелать педагогам?

-Можно ли сказать, что ты чему-то научился(ась)?

Что для тебя было самым интересным?

А) Игры

Б) Спортивные мероприятия

В) Мастер-классы

Г) Посещение экскурсий

Д) Другое _____

Закончи предложения:

Я рад(а), что _____

Мне жаль, что _____

Я надеюсь, что _____

Твое имя, фамилия и автограф на память_____

Анкета для родителей

Просим вас ответить на предложенные вопросы нашей анкеты.

- 1) Оправдались ли ваши ожидания от прохождения ДОП «КРУТО»?
- 2) С каким настроением чаще всего возвращался ваш ребенок с ДОП «КРУТО»?
- 3) Как вы считаете, что больше всего понравилось вашему ребенку?
- 4) С какими трудностями вы столкнулись (проблемами)?
- 5) Записали бы вы своего ребенка еще раз на подобную программу?
- 6) Ваши рекомендации/пожелания?

Шаблон дневника-рефлексии

Цель: помочь обучающимся отслеживать свои ощущения, открытия и рост в течение всего времени прохождения ДОП «КРУТО».

Задачи:

- Способствовать самоанализу и осмыслению опыта
- Фиксировать важные моменты
- Использовать записи для подготовки итогового мини-проекта

Материалы: печатные тетради/шаблоны

Структура:

- Мои мысли и чувства сегодня?
- Что я узнал нового?
- Что получилось лучше всего?
- С какими трудностями я столкнулся сегодня?
- Что это говорит обо мне?

Форма работы:

- Заполнение в конце дня (рефлексия)
- Обсуждение выборочно на общих кругах
- Использование при подготовке итоговой самопрезентации

Ожидаемые результаты:

- Развитие навыков самоанализа и рефлексии
- Фиксация значимых личных изменений

Защита мини-проекта «Я и моя траектория»

Цель: развитие навыка самопрезентации и критического мышления

Правила очень простые.

- Сделать общий вывод исходя из записей дневника-рефлексии, который обучающиеся заполняли каждый день.
- Формы защиты: презентация, рисунок, ролик и т.д.

Задачей этой работы является не только систематизация материала, но и установление причинно-следственных связей, а так же способствует развитию навыка самопрезентации.

План для итогового мини-проекта «Я и моя траектория» (самопрезентация)

Как я себя вижу

(опиши свои сильные стороны, интересы, мечты, ценности, цели)

Мой профессиональный маршрут

Что мне интересно?

Какие профессии подходят мне?

Какие шаги я могу сделать уже сейчас?

Какие навыки мне нужно развить?

Какие ресурсы или помочь мне нужны?

Какая профессия мне по душе? _____

Критерии оценивания:

Балл	Критерий
0	Проект отсутствует
5	Содержание проекта соответствует теме
5	Проект логичен
5	Верно понимает и выделяет смысловые единицы
5	Креативный подход

При получении 5-20 баллов ставится **зачёт**.

Приложение №2

Методические материалы.

Анкета

Вам предложено 20 пар утверждений. Внимательно прочитав оба утверждения, выберите то, которое больше соответствует вашему желанию. Выбор нужно сделать в каждой паре утверждений.

Ответьте на вопрос «Мне понравилось бы...»

1а. Ухаживать за животными	1б. Обслуживать машины, приборы (следить, регулировать)
2а. Помогать больным	2б. Составлять таблицы, схемы, программы для вычислительных машин
3а. Следить за качеством книжных иллюстраций, плакатов, художественных открыток, грампластинок	3б. Следить за состоянием, развитием растений
4а. Обрабатывать материалы (дерево, ткань, металл, пластмассу и т.п.)	4б. Доводить Товары до потребителя, рекламировать, продавать
5а. Обсуждать научно-популярные книги, статьи	5б. Обсуждать художественные книги (или пьесы, концерты)
6а. Выращивать молодняк (животных какой-либо породы)	6б. Тренировать товарищей (или младших) в выполнении каких-либо действий (трудовых, учебных, спортивных)
7а. Копировать рисунки, изображения (или настраивать музыкальные инструменты)	7б. Управлять каким-либо грузовым (подъемным или транспортным) средством – подъемным краном, трактором, тепловозом и др.
8а. Сообщать, разъяснять людям нужные им сведения (в справочном бюро, на экскурсии и т.д.)	8б. Оформлять выставки, витрины (или участвовать в подготовке пьес, концертов)
9а. Ремонтировать вещи, изделия (одежду, технику), жилище	9б. Искать и исправлять ошибки в текстах, таблицах, рисунках
10а. Лечить животных	10б. Выполнять вычисления, расчеты
11а. Выводить новые сорта растений	11б. Конструировать, проектировать новые виды промышленных изделий (машины, одежду, дома, продукты питания и т.п.)
12а. Разбирать споры, ссоры между	12б. Разбираться в чертежах, схемах, таблицах

людьми, убеждать, разъяснять, наказывать, поощрять	(проверять, уточнять, приводить в порядок)
13а. Наблюдать, изучать работу кружков художественной самодеятельности	13б. Наблюдать, изучать жизнь микробов
14а. Обслуживать, налаживать медицинские приборы, аппараты	14б. Оказывать людям медицинскую помощь при ранениях, ушибах, ожогах и т.п.
15а. Художественно описывать, изображать события (наблюдаемые и представляемые)	15б. Составлять точные описания-отчеты о наблюдаемых явлениях, событиях, измеряемых объектах и др.
16а. Делать лабораторные анализы в больнице	16б. Принимать, осматривать больных, беседовать с ними, назначать лечение
17а. Красить или расписывать стены помещений, поверхность изделий	17б. Осуществлять монтаж или сборку машин, приборов
18а. Организовать культпоходы сверстников или младших в театры, музеи, экскурсии, туристические походы и т.п.	18б. Играть на сцене, принимать участие в концертах
19а. Изготавливать по чертежам детали, изделия (машины, одежду), строить здания	19б. Заниматься черчением, копировать чертежи, карты
20а. Вести борьбу с болезнями растений, с вредителями леса, сада	20б. Работать на клавишных машинах (пишущей машинке, телетайпе, наборной машине и др.)

Обработка и интерпретация результатов теста

Ключ к тесту

Типы профессий

Номера вопросов

Человек-природа

1а, 3б, 6а, 10а, 11а, 13б, 16а, 20а

Человек-техника

1б, 4а, 7б, 9а, 11б, 14а, 17б, 19а

Человек-человек

2а, 4б, 6б, 8а, 12а, 14б, 16б, 18а

Человек-знаковая система

2б, 5а, 9б, 10б, 12б, 15а, 19б, 20б

Человек-художественный образ

3а, 5б, 7а, 8б, 13а, 15б, 17а, 18б

За каждое совпадение с ключом начисляется один балл.

Испытуемому рекомендуется выбрать тот тип профессий, который получил максимальное количество знаков баллов. Название типов профессий:

- «человек–природа» – все профессии, связанные с растениеводством, животноводством и лесным хозяйством;
- «человек–техника» – все технические профессии;
- «человек–человек» – все профессии, связанные с обслуживанием людей, с общением;
- «человек–знак» - все профессии, связанные с расчетами, цифровыми и буквенными знаками, в том числе и музыкальные специальности;

- «человек–художественный образ» – все творческие специальности.

МЕТОДИКА «ПРОФЕССИОНАЛЬНАЯ ОРИЕНТАЦИЯ»

Инструкция: Если приведённые ниже высказывания хорошо передают ваш характер, обведите кружком соответствующие буквы. Вы можете поставить столько кружков, сколько найдёте нужным, но стремитесь ограничить свой выбор только теми высказываниями, которые подходят вам больше всего.

1.

- А. Я люблю командные виды спорта.
- Б. Я увлекаюсь разгадыванием кроссвордов.
- В. Я всегда готов дать совет.
- Г. Мне нравится говорить по телефону.
- Д. Я машинально рисую в своих записных книжках.
- Е. Мне нравится всё вокруг.

2.

- А. Мне нравится работать руками.
- Б. Я всегда составляю список дел, которые нужно выполнить.
- В. Я бы предпочёл работать на самого себя, чем на кого-то другого.
- Г. Мне доставляет удовольствие помогать людям.
- Д. Мне нравится напрягать своё воображение.
- Е. Я силён в естественных науках.

3.

- А. Я умею обращаться с инструментами.
- Б. Моя комната всегда находится в образцовом порядке.
- В. Я предпочёл бы работать не в одиночку, а в коллективе.
- Г. Я не стесняюсь высказывать своё мнение.
- Д. Мне нравится идти в ногу с модой.
- Е. Я люблю читать энциклопедию подряд, страницу за страницей.

4.

- А. Я предпочитаю находиться на открытом воздухе, нежели в помещении.
- Б. Математика–это то, что я знаю лучше всего.
- В. Я предпочёл бы участвовать в представлении, а не наблюдать за ним.
- Г. Когда мне нужно решить возникшую проблему, я прибегаю к чужому совету.
- Д. Я всегда принимаю решения самостоятельно.
- Е. Меня интересует природа.

5.

А. Домашние животные доставляют мне массу удовольствия.

Б. Мой почерк аккуратный и разборчивый.

В. Я бы хотел сделать политическую карьеру.

Г. Я веду дневник.

Д. Я предпочитаю работать самостоятельно.

Е. Я разбираю вещи, чтобы понять, как они устроены.

Обработка: Подсчитайте, сколько раз вы обвели каждую букву.

А Б В Г Д Е

Сумма

Если вы обвели одну и ту же букву 4-5 раз, то вы можете выбрать профессию, родственную тем, что перечислены под этой буквой.

Если вы ни одну букву не обвели хотя бы 4 раза, т.е. каждая буква 2-3 раза, то ваши интересы находятся ещё в стадии становления.

Интерпретация:

Группа А. Возможно, вы умеете обращаться с инструментами. Может быть, вам нравится садоводство. Может быть, недавно вы сделали книжную полку или сконструировали шкафчик для вашей стереосистемы. Может быть, как раз сейчас вы обдумываете свой очередной проект. Такие дарования нужны для многих профессий. Вы должны поближе познакомиться с теми профессиями, где нужно умение работать практически:

Инженер-строитель; плотник;

Тренер; строительный рабочий-Подрядчик;

Лётчик; лесничий;

Фермер; садовод-декоратор.

Ветеринар;

Группа Б. Наверное, вам уже не раз приходилось подсказывать другим людям, где они забыли свои ключи или очки, Решение математических задач представляет для вас увлекательную, а не рутинную работу. Может быть, друзья обращаются к вам за помощью на лабораторных занятиях или одолживают ваши конспекты, готовясь к экзамену. Вам может доставить удовольствие заниматься спортивной статистикой, играть в карты, шашки или шахматы. С такими интересами вам имеет смысл обратить внимание на профессии, требующие определённых организаторских способностей и детального анализа.

Программист; бухгалтер;

Банкир; авиационный инженер;

Библиотекарь; медицинский техник

Финансовый аналитик; (зубной техник).

Группа В. Вы, наверное, уже знаете, что способность убеждать людей составляет одну из ваших сильных черт характера. Может быть, вы староста в классе или один из тех, кого обычно делают ответственными за какое-либо классное мероприятие. Может быть, вы такой человек, который, работая в коллективе, может перепоручить товарищам выполнить часть своей работы. С такими способностями у вас есть шансы преуспеть в профессиях, где требуется руководить, убеждать, распоряжаться и давать указания.

Предприниматель; офицер вооруженных сил;

Адвокат; продавец;

Управляющий отелем; политик;

Директор школы; специалист по работе с кадрами.

Группа Г. Возможно, вы часто принимаете добровольное участие в классных мероприятиях . Может быть, вы работаете на общественных началах в вашей школе или в клубе. Может быть, вы проводите массу времени, разговаривая по телефону с друзьями. Возможно, вам нравится подрабатывать, ухаживать за маленькими детьми или заниматься командными видами спорта только ради удовольствия. С такими интересами вам имеет смысл выбрать профессию, связанную с общением с людьми.

Учитель; фельдшер;

Фармацевт; рекламный агент;

Репортёр; работник сферы соц. обеспечения;

Руководитель конторы; медицинская сестра;

Психолог;

Группа Д. Вы, может быть, уже заметили, что вам нравится рассказывать анекдоты и забавные истории. Может быть, вы ведёте дневник, в котором записываете, что случается, и как вы к этому относитесь. Может быть, вам нравится иногда строить воздушные замки. К вам, должно быть, обращаются друзья с просьбами помочь в выборе одежды или придумать поздравление ко дню рождения. С такими задатками интересами вы можете подумать о выборе профессии, для которой важны творческие способности.

Актёр; художник;

Музыкант; писатель;

Дизайнер; архитектор;

Фотограф; хореограф.

Группа Е. Вам, наверное, известны собственные способности чинить разные вещи. Вам нравится разбирать их, чтобы понять, как они устроены. Может быть, вам нравится биология. Может быть, ваша любознательность заставляет вас постоянно искать ключи к разгадке стоящих перед вами задач. Может быть, вам нравится бывать в новых для себя местах, узнавать новые для себя вещи. С такими интересами вы, вероятно, захотите выбрать профессию, где требуются аналитические способности.

Учёный-естественноиспытатель; милиционер;

Лаборант-исследователь; психолог;

Санитарный фельдшер; профессор;

Инженер-механик; инженер-электротехник;

Специалист по маркетингу.

Тренинговое занятие на сплочение коллектива «Будем знакомы»

Цель: сплотить группы и построить эффективное взаимодействие участников друг с другом, посредством включения в тренинговые упражнения.

Задачи:

- сформировать доверительные отношения в группе;
- развивать коммуникативные навыки, умение адекватно выражать свои чувства и понимать выражения чувств других людей, умения работать в команде;
- создать условия для формирования благоприятного психологического климата в группе и осознания каждым участником своей роли, функций в группе.

Всем здравствуйте, меня зовут и сегодня мы с вами окунемся в тренинговую атмосферу, для того чтобы сплотиться еще больше и почувствовать себя комфортно в данном коллективе.

Как ваше настроение?

-Отлично, для того чтобы тренинг прошел продуктивно, я предлагаю придерживаться следующих правил: 1. Активность, т.е. включайтесь в каждое упражнение и активно работаете. 2. Атмосфера доброжелательности и уважения, т.е. слушаем друг друга, не перебиваем, уважаем, конечно, не грубим и не оскорбляем. Правила все услышали? Будем их соблюдать?

- Супер! Тогда начнем! Первое упражнение будет на запоминания имён

Упражнение «Запоминание имен»

Все участники становятся в круг. Представьте себе, что мы сейчас отправимся все вместе в поход и каждый должен взять с собой вещь, название которой начинается на ту же букву, что и его имя и по очереди это сообщает. Первый человек говорит: «Меня зовут Алёна и я беру с собой аптечку». Второй говорит: «Меня зовут Миша, я беру с собой Васю с валенками и магнитофон». И так каждый следующий участник проговаривает имена предыдущих. Можно подсказывать и напоминать во время игры.

«Ловим палец»

Поставьте палец правой руки на ладонь левой руки соседа справа. Таким образом, палец правой руки каждого участника стоит на ладони соседа справа, а палец соседа слева – на его ладони. По моей команде «раз-два-три» надо одновременно поймать чужой палец и не дать поймать свой.

Упражнение «Нужный цвет»

По моей команде необходимо прикоснуться к чему-то или кому-то, что обладает тем свойством или качеством, который я назову. Причем нельзя касаться этого свойства на себе и на ведущем, т.е. на мне. Например коснуться...чего-нибудь красного, чего-нибудь круглого, чего-нибудь, что весит больше килограмма, кого-нибудь выше 150 сантиметров, кого-нибудь, кто носит очки, чего-нибудь жёлтого, синего, одежды, которая вам нравится, чего-нибудь деревянного

ПУТАНИЦА

Все участники встают в круг, держась за руки. Выбирается водящий, который отходит так, чтобы не видеть, что делает остальная группа. Игроки, не размыкая рук, деформируют круг, запутывают цепочку. После того как цепочка запутана, приглашается водящий, задачей которого становится распутать всех и восстановить первоначальный круг.

Упражнение «Кто быстрее?»

Вам нужно группой выполнять задания быстро и четко. Инструкция: Постройте, используя всех игроков команды. - квадрат; - треугольник; - круг; - ромб; - угол; - букву; - птичий косяк. Можно использовать некоторые усложнения, например, построить в полной тишине, с закрытыми глазами и т.д. • росту; • цвету волос; • алфавиту имен; • размеру ноги.

СЧЕТ ДО ДЕСЯТИ

Все участники сидят в кругу с закрытыми глазами. Задание: сосчитать до 10, при этом каждое число называет кто-то один, не договариваясь между собой. Если одновременно назвали одно и то же число несколько человек, то счет начинается заново.

Упражнение «Подставлю другу колено»

В кругу взять за талию друг друга через одного. Становимся в круг очень плотно, плечо к плечу, поворачиваемся на 90 градусов. Необходимо присесть на колено сзади стоящего, не падая. Далее группа должна сделать три (на усмотрение) шага вперед и не упасть.

Упражнение «Мы с тобой похожи тем, что...»

Участники выстраиваются в два круга – внутренний и внешний, лицом друг к другу. Количество участников в обоих кругах одинаковое. Участники внешнего круга говорят своим партнерам напротив фразу, которая начинается со слов: «Мы с тобой похожи тем, что...». Например: что живем на планете Земля, у нас одинаковый возраст и т.д. Участники внутреннего круга отвечают: «Мы с тобой отличаемся тем, что...» Например: что у нас разный цвет глаз, разная длина волос и т.д. Затем по моей команде в участники внутреннего круга передвигаются (по часовой стрелке), меняя партнера. Процедура повторяется до тех пор, пока каждый участник внутреннего круга не повстречается с каждым участником внешнего круга.

Превращаемся в числа

Предлагаю остаться в парах. Распределитесь, пожалуйста, по залу так, чтобы каждая пара стояла не менее чем на расстояние вытянутой руки. (Мне нужен ассистент, который будет называть какие-нибудь числа – от 0 до 9). Я буду называть числа, вы должны будете парой телесно изобразить названное число. Вы можете задействовать все части своего тела – ноги и ступни, руки и кисти, туловище и голову. 88, 47, 61, 19, 13, 84,

Упражнение «Слепой и поводырь».

Я хочу предложить вам игру, в которой ваши глаза будут отдыхать, а вести вас будут руки, уши, интуиция.

Предлагаю остаться в парах. Один человек из пары становится позади другого, вытягивает руки на плечи и закрывает глаза. Второй становится поводырем. Он должен провести партнера по всему помещению, обходя при этом препятствия. «Слепой» при этом должен довериться своему «поводырю», ни в коем случае не открывать глаза. Обойдя помещение, участники пары меняются ролями.

«Домики»

«Рассчитайтесь на первый-второй-третий. Первые и вторые номера будут представлять собой домик. Для этого нужно взяться за руки. (психолог показывает необходимые действия – участники берутся за руки, поднимают руки вверх, формируя «крышу» и образуют фигуру «Домик»)

Третий номера — жильцы. Каждый жилец живет в своем домике. Психолог заходит внутрь любой пары между руками, оказываясь в домике.

-Жильцы, зайдите в домики!

Одному из игроков должно не хватить домика - он становится водящим.

Задача водящего — войти в домик.

Водящий это может сделать тремя способами:

Первый способ:

Водящий говорит: «Переселение!»

Эта означает, что все жильцы должны «переселиться», то есть переместиться из своего домика в какой-нибудь другой. За время переселения водящий занимает свободившийся домик и становится жильцом. Тот жилец, кому домика не хватило, — становится водящим.

Давайте попробуем: «Переселение!» — группа совершает перемещение.

Второй способ:

Водящий говорит: «Строительство!»

Это команда означает, что все участники-домики должны сменить свою пару, при этом жильцы остаются на месте. Водящий за время перемещения старается стать одной из половинок домика. Тот, кто не успел, — становится водящим.

Давайте попробуем: «Строительство!» — группа совершает перемещение.

Третий способ:

Водящий говорит: «Землетрясение!» — эта команда означает, что все участники (и «домики», и «жильцы») должны сменить свое расположение - все производят передвижение. Водящий за время перемещения старается стать одним из участников фигуры домик-жилец. Тот, кто не успел — становится водящим.

Давайте попробуем: «Землетрясение!» — группа совершает перемещение.

После этого можно начинать игру».

- «Что было сложным? Найти домик, пару, сменить местоположение? Почему? Эта игра помогла снять напряжение, она не просто развлекательная – она требует внимания и сосредоточенности. Все справились с этой задачей».

Упражнение «Комplимент»

Остаёмся в кругу вы должны бросать друг другу мяч со словами: «Петя! Ты очень хорошо выглядишь»; т.е. необходимо бросая мяч сказать комплимент, кому-то из круга.

Анкета «Откровенно говоря...»

На листочке напишите вопрос, на который сами бы предпочли ответить, когда напишите положите в корзинку. Сейчас по кругу будем передавать мяч и на ком музыка остановится тот вытягивает вопрос, читает и отвечает.

Упражнение «Дерево талантов»

Цель: самораскрытие участников группы, формирование позитивного самовосприятия и восприятия других людей.

Материалы: нарисованное на листе ватмана «дерево талантов», вырезанные из цветной бумаги листочки, клей.

Наверняка, у каждого из вас есть, чем поделиться друг с другом в плане умений. Что вы умеете делать хорошо или даже лучше других людей? Это могут быть не только учебные умения (решать задачи, писать сочинения), но и умение делать что-то руками (чинить утюг, шить, готовить), а также общечеловеческие умения (дружить, любить, выслушивать, поддерживать в трудную минуту).

Перед вами – дерево талантов. Но на нём пустые листья. Ваша задача – украсить своими талантами это дерево (раздаются вырезанные из цветной бумаги листочки, на которых каждый участник занятия пишет один или несколько своих талантов). И далее презентовать.

Упражнение «Подарок»

И в завершении давайте подумаем, что мы могли бы подарить Вашей группе, чтобы взаимодействие в ней стало еще эффективнее, а отношения в ней – более сплоченными? Давайте скажем, что каждый из нас дарит группе. Я, например, дарю вам

оптимизм и взаимопомощь». Далее каждый из участников высказываетя, что он хотел бы подарить группе.

Спасибо всем за работу! Давайте похлопаем друг другу!

Тренинговое занятие «Я пойму тебя - как себя».

Цель:	Развитие коммуникативных навыков.
Задачи:	Развить у обучающихся навык межличностного общения. Показать обучающимся способы уважительного общения. Обучить навыкам самовыражения.
Участники:	Обучающиеся
Оборудование:	Мультимедиа, дидактические карточки.
Ход занятия:	
Рефлексия	Скажите, пожалуйста, чем сегодня для вас было полезно занятие? Что нового вы узнали? Что нового вы узнали о себе? Благодарю вас за активность.

Вступление

Добрый день! Сегодня я для вас проведу на тренинговое занятие. Тренинг – это отработка навыков. И поговорим мы с вами на очень актуальную тему. Помните, в какое направление мы с вами погрузились? (Человек-человек), что обязательно должен уметь профессионал этого направления? (общаться) Правильно, это называется навык коммуникации или человек должен быть коммуникабелен, когда умеет грамотно и красиво излагать свою мысль, а также умеет слушать и слышать.

Жизнь - самая большая ценность, какой обладает человек. А самая большая роскошь в этой жизни - "это роскошь общения"; - как сказал А. де Сент-Экзюпери

Скажите, что дает нам общение?

Ответы обучающихся.

Благодаря общению мы с вами пользуемся плодами цивилизации, дружим, создаем команду, коллектив, объединяемся по интересам, умеем договариваться, и выстраивать отношения.

Знакомство

Давайте начнем наш тренинг с такого упражнения : «Много кто знает, что я.... Мало кто знает, что я....» (Много кто знает, что я психолог, но мало кто знает, что я люблю собирать картины из алмазной мозаики)

Есть вербальное, а есть невербальное общение.

Вербальное – это наша речь.

Невербальное - Это жесты, мимика, позы, визуальный контакт.

Как вы думаете, когда мы начинаем приобретать навык общения?

Ответы обучающихся.

Совершенно верно, еще в младенческом возрасте, когда мама нам улыбается и ребенок улыбается ей в ответ. Ребенок учиться произносить первые слова.

Мы часто встречаемся с разными людьми, иногда с совершенно незнакомыми. И очень важно при первом знакомстве произвести приятное впечатление, уметь поддержать разговор. Этому нужно учиться.

Упражнения на тренировку вербальное общения

Сейчас мы с вами будем тренировать навык культурного общения. Нужно легко и приятно войти в контакт, поддержать разговор и так же приятно расстаться с ним Вам будут даны ситуации, где надо правильно обратиться к собеседнику. На экране написаны примерные фразы, которые наиболее подойдут для разыгрывания ситуаций.

(Приложение №1) Развитие навыков культурного общения.

Привет! Я здесь мало с кем знаком. Меня зовут (имя). Я Приятно познакомиться.	Привет! Давай знакомиться. Меня зовут (имя) Смотри, какой у меня ... Смотри, что я тебе покажу,,, А, ты видел какие там...
Простите, вы не ушиблись? Вы хорошо себя чувствуете? Там освободилось место, пойдемте я вас провожу...	Привет! Как я рад тебя видеть! Есть время поговорить? Видел тебя... Слежу за твоей страничкой в контакте... А, я...
Добрый день! Меня зовут (имя). Позвольте отвлечь ваше внимание на 5 минут. Я.... Можно с вами сфотографироваться... Можно взять у вас автограф...	Добрый день! Подскажите, пожалуйста, как добраться до улицы «А»? Добрый день! Я впервые в вашем городе, подскажите, пожалуйста, каким маршрутом я могу доехать до улицы «А»?
Добрый день! (Здравствуйте!) Подскажите, пожалуйста к кому я могу обратиться, мне необходимо записаться на подготовительные курсы по поступлению ВУЗ.	

Ситуации:

- Перед вами человек, которого вы хорошо знаете, но довольно долго не видели. Вы рады этой случайной встрече. Время на установление контакта, приветствие и проведение беседы — 2-3 минуты.
- Перед вами совсем маленький ребенок, он чего-то испугался и вот-вот расплачется. Подойдите к нему, начните разговор, успокойте его.
- Вас сильно толкнули в автобусе. Оглянувшись, вы увидели пожилого человека.
- В вагоне метро вы случайно оказались рядом с довольно известным актером. Вы обожаете его и, конечно, хотели бы с ним поговорить. Ведь это такая большая удача.
- Ты в незнакомом городе, тебе необходимо узнать, как доехать до улицы А;
- Ты пришёл к родственнику на день рождения, тебе нужно его поздравить.
- Тебе необходимо по телефону записаться на дополнительные курсы по (рисованию, танцам, пению, футболу и т.д.)

Обратная связь. Сложно ли было вступать в контакт с незнакомым человеком, продумывать речь? В чем возникали сложности?

Игра «Эмоциональный взрыв»

7 желающих вытягивают фразу. Надо произнести по 3 раза фразу, но так, чтобы менялось настроение.

- «Оставь меня в покое» (от легкого раздражения до сильного гнева)
- «У меня получилось» (от спокойного утверждения до восторга)
- «Мне страшно» (от спокойного утверждения до ужаса)
- «Это так забавно» (от улыбки до безудержного смеха)
- «Ты самый лучший» (от дружеского заверения до пламенной любви)
- «Это такая гадость» (от утверждения до отвращения)
- А у вас бывает такой эмоциональный взрыв? Ругаетесь громко? Кричите? Почему,

Скажите, пожалуйста, как вы понимаете, что такое культурное общение?

Ответы обучающихся.

А бывают случаи когда у человека не совсем все хорошо с дикцией (могут шепелявить, картавить, заикаться), но таких мы же тоже должны уметь понимать. Итак, мне нужно 2 команды и выберите смелого добровольца. Смелый-надевает приспособление и за 3 минуты нужно озвучить больше фраз, чем команда противника.

Упражнение. «Очередь».

Ребята выходят по 6-7 человек, им предлагается отыграть сценарий, где все стоят у двери в кабинет врача. Самый последний в очереди начинает по цепочке уговаривать других участников пройти ему первым. Задача участников ни при каких условиях не пускать уговаривающих. Можно поставить одного ученика, которого все будут уговаривать.

Рефлексия:

«Ребята, вам было сложно уговаривать? А было ли сложно отказывать?»

Слова ведущего: «Далее у нас будет упражнение, которое покажет нам как важен смысл коммуникации и как некоторые слова превращаются в сплетни.»

Упражнение. «Рассказ».

Одному участнику зачитывается рассказ и дается инструкция запомнить его и пересказать следующему участнику как можно точнее. 5 человек выходят за дверь во время зачитывания, чтобы не слышать рассказ. Затем заходят по одному и им рассказывается рассказ по цепочке от того, кому рассказали до этого.

Сейчас мы с вами отработаем навык внимательного слушания через упражнение «Сломанный телефон». Три человека выходят за дверь, четвертому я зачитываю текст. Необходимо в точности передать его следующему игроку, в свою очередь следующий игрок передает другому.

Рассказ: В доме на краю села жили муж и жена. Было у них двое детей – мальчик Миша и девочка Оля. Мише было десять лет, а Оле – девять. Около дома рос высокий ветвистый тополь.

– Сделаем на тополе качели, – сказал Миша.

– Ой, как хорошо будет качаться! – обрадовалась Оля.

Полез Миша на тополь, привязал к веткам веревку. Встали на качели Миша и Оля, и давай качаться. Качаются дети, а около них синичка летает и поет, поет.

Миша говорит:

– Синичке тоже весело оттого, что мы качаемся.

Глянула Оля на ствол дерева и увидела дупло, а в дупле – гнездышко, а в гнездышке птички маленькие.

– Синичка не радуется, а плачет – сказала Оля

– А почему же она плачет? – удивился Миша.

– Подумай, почему, – ответила Оля.

Миша спрыгнул с качелей, посмотрел на синичкино гнездышко и думает: «Почему же она плачет?».

Рефлексия:

«Ребята вы увидели, как важно передавать и запоминать информацию точно? Можно ли самим придумать информацию и передать её дальше? Как можно проверить информацию?»
Это было вербальное общение.

Упражнения на тренировку неверbalного общения

А, сейчас потренируем невербальное общение с помощью упражнения «Вавилонская башня».

Упражнение «Автобус»

Все участники садятся напротив друг друга. Ситуация: вы едете в автобусе, вдруг видите во встречном автобусе человека, которого вы давно не видели. Вы хотите договориться о встрече с ним в каком-то определенном месте и в определенное время. В вашем распоряжении – одна минута, пока автобусы стоят у светофора. После невербального проигрывания, участники тренинга делятся информацией о том, как они поняли друг друга.

Как вы думаете, кого называют хорошим собеседником?

Ответы обучающихся.

Совершенно верно: хороший собеседник – это тот, кто умеет слушать, не перебивает, умеет поддержать разговор.

Упражнение «Выбери партнёра»

Все члены группы сидят полукругом. Один из участников располагается напротив и выбирает себе партнёра, используя только контакт глаз. Он дает

возможность партнёру почувствовать, что он выбран, но так, чтобы никто из остальных участников этого не заметил (например, подмигивать нельзя). Если упражнение получилось и контакт состоялся, то выбранный занимает место выбиравшего и упражнение повторяется несколько раз. После завершения упражнения анализируются возможные способы осуществления выбора, обсуждаются возможности визуального взаимодействия в общении.

(3 человека капитаны, выбирают себе группу из 5 человек).

Материалы: распечатать используемые сказки «Репка», «Колобок», «Теремок».

Упражнение «Театр». 15 минут.

Участников нужно разделить на 3 группы и раздать на листочках распечатанные сказки «Теремок», «Репка», «Колобок». Они должны договорится, кто будет режиссером, кто актером, а кто помогать с реквизитом или другими сложностями при постановке сказки. Далее они репетируют и по очереди показывают свою постановку.

Заключение: «Ребята, скажите пожалуйста, чему вы сегодня научились на занятии? Какие навыки и свойства коммуникации вы узнали? Вам было сложно общаться друг с другом и договариваться?»

Упражнение «Подарок».

В заключении нашего занятия мы с вами будем дарить друг другу подарки. Подарки-качества. Сейчас вы вытяните из коробочки имя того кому будете говорить: «Мы с тобой похожи..., я дарю тебе (какое-то качество)». Кому дарят, говорит: «Благодарю, принимаю»
Спасибо за работу!