

Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования
Центр психолого-педагогической, медицинской и социальной помощи
«Родник» муниципального образования – Шировский муниципальный район
Рязанской области

Принята на заседании
педагогического совета
МБУ ДО Центр «Родник»
Протокол № 1 от 25.08.2025 г.

УТВЕРЖДАЮ
И.о. директора
МБУ ДО Центр «Родник»
Ю.В. Муравьева
Приказ № 98 от 25.08.2025 г.



Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа

«Ключ к успеху»

Направленность: социально-гуманитарная

Возраст обучающихся: 14 – 17 лет

Срок реализации - 1 год

Объем программы – 72 часа

Составитель – разработчик:
Обрывина Марина Евгеньевна,
педагог - психолог

р.п. Шилов
2025 год

СОДЕРЖАНИЕ

	стр.
1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА	3
1.1 Направленность	3
1.2 Роль и место программы в образовательной программе ОО	3
1.3 Адресат программы	3
1.4 Объем программы и режим занятий	4
1.5 Отличительная особенность	4
1.6 Формы обучения и работы	4
1.7 Особенности организации образовательного процесса	5
1.8 Формы подведения итогов	6
2. ЦЕЛЬ И ЗАДАЧИ ПРОГРАММЫ	6
2.1 Цели и задачи	6
2.2 Планируемые результаты	7
3. УЧЕБНЫЙ ПЛАН	8
3.1 Учебный план	8
3.2 Содержание учебного плана	11
4 КОМПЛЕКС ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИХ УСЛОВИЙ	18
4.1 Календарный учебный график	18
4.2 Оценочные материалы	19
4.3 Материально-техническое обеспечение	19
4.4 Кадровое обеспечение	19
4.5 Методическое обеспечение программы	19
ЛИТЕРАТУРА	21
ПРИЛОЖЕНИЕ 1	24
ПРИЛОЖЕНИЕ 2	34
ПРИЛОЖЕНИЕ 3	36
ПРИЛОЖЕНИЕ 4	37
ПРИЛОЖЕНИЕ 5	40

1.ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Ключ к успеху» разработана на основе методического пособия «Развитие личности подростка» Б.Р. Матвеева, дополнительной образовательной программы обучающего курса «Я – лидер!», разработанной педагогом ДО МБОУ ДОД «ЦДТ» Красковой Т.С., г. Майма, 2014 год.

Программа предполагает создание условий для расширения знаний, нацеленных на развитие коммуникативных навыков, лидерских качеств, повышение психологической и эмоциональной устойчивости личности, а также ориентирует подростков на ценности социальной активности и творчества.

Региональный компонент в программе способствует знакомству подрастающего поколения с современными лидерами родного края.

1.1 Направленность

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Ключ к успеху» является модифицированной программой социально-гуманитарной направленности.

Уровень программы - ознакомительный.

1.2 Роль и место программы в образовательной программе ОО

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Ключ к успеху» включена в образовательную программу Муниципального бюджетного учреждения дополнительного образования Центр психолого-педагогической, медицинской и социальной помощи «Родник» муниципального образования – Шиловский муниципальный район Рязанской области.

Данная программа поможет обучающимся понять закономерности общения и взаимодействия с окружающими, выявить все свои сильные и слабые стороны, проработать свое эмоциональное состояние, найти свою роль и место в современном обществе.

Программа «Ключ к успеху» направлена на практическое освоение конструктивного общения, активного слушания, понятие и принятия себя и других, а также приобретение навыков личностного и группового взаимодействия.

1.3. Адресат

Программа рассчитана на детей 12-15 лет.

Количество детей в группе – до 20 человек. Группа должна иметь постоянный состав.

Принцип набора на обучение по программе – для обучающихся школы актива.

Программа не предъявляет требований к содержанию и объему стартовых знаний.

1.4. Объем программы и режим занятий

Срок реализации программы – 1 год.

Объем программы – 72 часов.

Занятия проводятся 2 раза в неделю по 1 академическому часу.
(продолжительность академического часа 45 минут).

Язык обучения: русский

1.5 Отличительная особенность

Отличительная особенность состоит в том, что данная программа реализуется для детей, состоящих в школьном активе.

Программа подразумевает развитие организаторских навыков, лидерских качеств, активной нравственной позиции, что помогает подростку реализовать собственные способности в различных видах деятельности

1.6. Формы и методы обучения

Форма обучения: очная.

В период неблагоприятных погодных условий и в периоды отмены для обучающихся учебных занятий по санитарно-эпидемиологическим и другим основаниям форма обучения - дистанционная.

Формы организации деятельности обучающихся на занятии:
групповая, по подгруппам, коллективная.

Программа обучения включает в себя теоретические и практические занятия.

В процессе реализации данной программы применяются такие методы и приемы как:

- словесные методы: беседа, лекция, диалог;
- деловая игра;
- психологические упражнения;
- анкетирование, тестирование;
- самопрезентация;
- метод игры;
- работа с наглядными пособиями, видеоматериалами и аудиоматериалами;
- метод личного примера.

1.7. Особенности организации образовательного процесса

Программа составлена с учетом психолого-педагогических особенностей обучающихся. На программу принимаются обучающиеся состоящие в школьном активе. Реализация программы может проходить на базе общеобразовательных учреждений р.п. Шилово. Количество детей в группе до 20 человек.

Программа включает в себя практические занятия, тренинги, анкетирования, диспуты, деловые и ролевые игры, разбор ситуаций, мозговой штурм, моделирование практических ситуаций.

Воспитательный потенциал программы «Ключ к успеху» заключается в возможности формировать у учащихся лидерские качества, коммуникативные навыки, а также воспитание нравственных качеств (приложение 5).

Цель: развитие личности, социализация детей на основе социокультурных, духовно-нравственных ценностей и принятых в российском обществе правил и норм поведения в интересах человека, семьи, общества и государства, формирование чувства патриотизма, гражданственности.

Задачи воспитания:

- Воспитание чувств патриотизма: гордости за свою родину, любовь к родному краю, уважение традиций;
- Воспитание уважения к труду, результатам труда, уважения к старшим;
- Воспитание ценностного отношения к отечественной культуре.

Ожидаемые результаты:

- Формирование чувства патриотизма;
- Формирование нравственного чувства;
- Многостороннее развитие личности;

Формы воспитания:

- Занятие с элементами тренинга;
- Интеллектуальные игры;
- Тематические праздники

Методы воспитания:

- метод убеждения;
- метод упражнений;
- метод переключения в деятельности.

Условия воспитания, анализ результатов:

- повышение уровня воспитанности обучающихся.

Программа составлена таким образом, чтобы дети смогли не только уяснить и прослушать материал, но и на практике его отработать и закрепить.

1.8. Формы подведения итогов

Основными способами отслеживания результатов освоения программы являются **входной контроль, промежуточная аттестация, текущий и итоговый контроль.**

Входной контроль - диагностика: тест «Я лидер» (А.Н. Лутошкин), методика «Эффективность лидерства» (Р.С. Немов), методика «КОС» (В. В. Синявский и В. А. Федорошин) (приложение 1).

Промежуточный контроль.

Промежуточная аттестация проводится после изучения каждого раздела программы в форме тестовых и практических заданий с целью выявления результатов обучения и создания условий для коммуникации обучающихся в процессе групповой деятельности и дальнейшего осмысления содержания программы.

Текущий контроль.

Текущий контроль осуществляется на каждом занятии и проходит в форме опроса по теме, педагогического наблюдения, беседы, с целью отслеживания достижения задач дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы.

Итоговый контроль.

Итоговый контроль осуществляется по итогам реализации программы в форме диагностики: тест «Я лидер» (А.Н. Лутошкин), методика «Эффективность лидерства» (Р.С. Немов), методика «КОС» (В. В. Синявский и В. А. Федорошин) (приложение 1), что помогает сделать выводы об изменениях лидерских, коммуникативных и организаторских способностей обучающихся и оценить эффективность программы.

2. ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ ПРОГРАММЫ

2.1. Цели и задачи программы

Цель: развитие у подростков коммуникативных навыков, лидерских качеств, повышения психологической и эмоциональной устойчивости личности.

Задачи:

Обучающие:

- формирование у подростков теоретических и практических знаний, умений, навыков, необходимых для социальной адаптации и успешной деятельности в обществе;
- формирование способности к рефлексии, самооценки;

- формирование лидерских навыков
- формирование способностей к принятию решений и готовности брать на себя ответственность и инициативу;
- формирование у учащихся эмоционального интеллекта.

Воспитательные:

- воспитание чувства личной ответственности;
- воспитание нравственных ценностей;
- мотивация к социально значимой деятельности.

Развивающие:

- Развитие навыков работы в группе;
- Развитие эмоциональной устойчивости;
- Развитие умений понимать самого себя и других;
- Развитие творческих и организаторских способностей.

2.2. Планируемые результаты освоения программы

Личностные результаты:

- сформировано чувство личной ответственности;
- развиты нравственные ценности;
- сформирована мотивация к социально значимой деятельности.

Метапредметные результаты:

- Развиты навыки работы в группе;
- Развита эмоциональная устойчивость;
- Развито умение понимать самого себя и других;
- Развиты творческие и организаторские способности.

Предметные результаты:

- у подростков сформированы теоритические и практические знания, умения навыки, необходимые для социальной адаптации и успешной деятельности в обществе;
- сформированы способности к рефлексии, самооценки;
- сформированы лидерские навыки
- сформированы способности к принятию решений и готовности брать на себя ответственность и инициативу;
- у учащихся сформирован эмоциональный интеллект.

Теоретическая подготовка:

В конце курса обучающиеся должны знать:

- Общее представление о науке «Психология»;
- Общее представление о вербальном и невербальном общении;
- Общее представление о психологической защите и ее механизмах;
- Общее представление об эмоциональном интеллекте и базовых эмоциях человека;
- Основные качества лидера;
- Барьеры на пути становления команды;
- Пути разрешения конфликтных ситуаций.

Практическая подготовка:

В конце курса обучающиеся должны уметь:

- Владеть навыками вербального и невербального общения;
- Владеть навыками преодоления психологической защиты;
- Владеть навыками преодоления и разрешения конфликтных ситуаций;
- Работать в команде;
- Проявлять свои лидерские качества;
- Владеть навыками управления эмоциями, самооценки, взаимодействия;

3. УЧЕБНЫЙ ПЛАН

3.1. Учебный план

№п/п	Наименование разделов и тем занятий	Количество часов			Формы аттестации / контроля
		всего	теория	практика	
1	Вводное задание. Знакомство	1	0,5	0,5	Входной контроль: тест «Я лидер» (А.Н. Лутошкин), методика «Эффективность лидерства» (Р.С. Немов), методика «КОС» (В. В. Синявский и В. А. Федорошин)
	Раздел 1. Основы психологии	17	4,5	12,5	-
2	Что такое психология ?	2	0,5	1,5	контрольные вопросы по данной теме.
3	Вербальное и невербальное общение	2	0,5	1,5	контрольные вопросы по данной теме.

4	Умение слушать	2	0,5	1,5	контрольные вопросы по данной теме.
5	Человек и общество	2	0,5	1,5	контрольные вопросы по данной теме.
6	Личность и ее развитие	2	0,5	1,5	контрольные вопросы по данной теме.
7	Я и другие	2	0,5	1,5	контрольные вопросы по данной теме.
8	Психологическая защита и ее механизмы	2	0,5	1,5	контрольные вопросы по данной теме.
9	Преодоление психологической защиты	2	0,5	1,5	контрольные вопросы по данной теме.
10	Релаксация	1	0,5	0,5	контрольные вопросы по данной теме. Промежуточный контроль: Тест «Основы психологии»
	Раздел 2. Работа с эмоциями	36	9	27	
11	Эмоциональный интеллект	2	0,5	1,5	контрольные вопросы по данной теме.
12	Что такое эмоции?	2	0,5	1,5	контрольные вопросы по данной теме.
13	События, мысли и эмоции	2	0,5	1,5	контрольные вопросы по данной теме.
14	О чем говорят эмоции	2	0,5	1,5	контрольные вопросы по данной теме.
15	Эмоции и поступки	2	0,5	1,5	контрольные вопросы по данной теме.
16	Что и почему чувствуют другие?	2	0,5	1,5	контрольные вопросы по данной теме.
17	Стеснение	2	0,5	1,5	контрольные вопросы по данной теме.

18	Счастье	2	0,5	1,5	контрольные вопросы по данной теме.
19	Злость	2	0,5	1,5	контрольные вопросы по данной теме.
20	Тревога и страх	2	0,5	1,5	контрольные вопросы по данной теме.
21	Гордость и самоуважение	2	0,5	1,5	контрольные вопросы по данной теме.
22	Вина	2	0,5	1,5	контрольные вопросы по данной теме.
23	Обида	2	0,5	1,5	контрольные вопросы по данной теме.
24	Симпатия и любовь	2	0,5	1,5	Беседа, контрольные вопросы по данной теме.
25	Зависть	2	0,5	1,5	контрольные вопросы по данной теме.
26	Скука, лень, интерес	2	0,5	1,5	контрольные вопросы по данной теме.
27	Грусть	2	0,5	1,5	контрольные вопросы по данной теме.
28	Эмпатия и сострадания	2	0,5	1,5	контрольные вопросы по данной теме Промежуточный контроль: творческая работа «Коллаж эмоций»
	Раздел 3. Лидер	18	4	14	
29	Кто такой лидер?	2	0,5	1,5	контрольные вопросы по данной теме.
30	Имидж лидера. Искусство самопрезентации	2	0,5	1,5	контрольные вопросы по данной теме.
31	Лидер и его команда	2	0,5	1,5	контрольные вопросы по

					данной теме.
32	Пути сплочения коллектива	2	0,5	1,5	контрольные вопросы по данной теме.
33	Конфликт. Пути решения конфликта.	2	0,5	1,5	контрольные вопросы по данной теме.
34	Коммуникативные качества лидера	2	0,5	1,5	контрольные вопросы по данной теме.
35	Мотивация лидера	2	0,5	1,5	контрольные вопросы по данной теме.
36	Я – лидер! Чемодан лидера	2	0,5	1,5	контрольные вопросы по данной теме.
37	Итоговое занятие: «Деловая игра «Лидер»	2	0	2	Промежуточный контроль: портфолио «Я - лидер» Итоговый контроль: тест «Я лидер» (А.Н. Лутошкин), методика «Эффективность лидерства» (Р.С. Немов), методика «КОС» (В. В. Синявский и В. А. Федорошин)
	Всего:	72	18	54	

3.2. Содержание учебного плана

1. Вводное занятие.

Теория: Цели, задачи и содержание курса. Правила занятий.

Практика: упражнение «Меня зовут... Я люблю себя за то, что...»; упражнение «Скажи, что-нибудь хорошее о себе...»; упражнение «Ассоциации»; упражнение «Рисунок моего настроения»; рефлексия.

Входной контроль: тест «Я лидер» (А.Н. Лутошкин); методика «Эффективность лидерства» (Р.С. Немов); методика «КОС» (В. В. Синявский и В. А. Федорошин) (приложение 1)

Раздел 1. Основы психологии - 17 часов.

Тема: «Что такое психология» - 2 часа

Теория: понятие о предмете «Психология»; понятие «Личность».

Практика: анализ притчи «История о вороне и павлине» (Пезешкиан Х., 1993); упражнение «Привет! Это Я!»; упражнение «Я в образе»; упражнение «Я - ромашка»; упражнение «Самопрезентация»; рефлексия.

Текущий контроль: контрольные вопросы по данной теме.

Тема: «Вербальное и невербальное общение» - 2 часа

Теория: Вербальная информация: речь устная и письменная; «Грязная» и «Чистая»; роль речи в развитии человечества; общее представление о невербальной информации.

Практика: анализ притчи «Король и сон» (Пезешкиан Х., 1993); упражнение «Болото и родник»; упражнение «Качели»; упражнение «Глаза в глаза»; упражнение «Только руки»; упражнение «Зеркало»; рефлексия.

Текущий контроль: контрольные вопросы по данной теме.

Тема: «Умение слушать» - 2 часа

Теория: понятия «Успешное общение» и «Рефлексивное слушание»

Практика: анализ притчи «Слуга баклажанов»; упражнение «Говорящий и Слушатель»; упражнение «Теплое место»; мозговой штурм; рефлексия.

Текущий контроль: контрольные вопросы по данной теме.

Тема: «Человек и общество» - 2 часа

Теория: понятия «Социальная норма», «Социальный контроль», «Роль», «Дружба».

Практика: анализ истории «О диком мальчике»; упражнение «Компромисс»; упражнение «Хочу высказаться»; упражнение «Кто он»; упражнение «Аплодисменты»; рефлексия.

Текущий контроль: контрольные вопросы по данной теме.

Тема: «Личность и ее развитие» - 2 часа

Теория: понятие «Личность», «Типы личности», «Темперамент»

Практика: анализ притчи «Ад и Рай»; упражнение «Путаница»; Тест Айзенка на определение типа темперамента; упражнение «Слепой и поводырь»; рефлексия.

Текущий контроль: контрольные вопросы по данной теме.

Тема: «Я и другие» - 2 часа

Теория: Социальное положение и роль в группе,

Практика: анализ притчи «Мудрость лекаря»; упражнение «Ты и Я»; упражнение «Кораблекрушение»; рефлексия.

Текущий контроль: контрольные вопросы по данной теме.

Тема: «Психологическая защита и ее механизмы» - 2 часа

Теория: понятие «Психологическая защита», «Механизмы психологической защиты»

Практика: анализ притчи «Ворона и попугай»; упражнение «тропинка на скале»; упражнение «Идентификация»; упражнение «Перевоплощение»; упражнение «Аукцион»; рефлексия.

Текущий контроль: контрольные вопросы по данной теме.

Тема: «Преодоление психологической защиты» - 2 часа

Теория: Способы преодоления психологической защиты

Практика: анализ притчи «Исцеление халифа»; упражнение «Победи своего дракона»; упражнение «Только вместе»; упражнение «Защита и роли»; рефлексия.

Текущий контроль: контрольные вопросы по данной теме.

Тема: «Релаксация» - 1 час

Теория: состояние релаксации и другие психологические состояния

Практика: упражнение «Релаксация»; упражнение «Интуиция»; рефлексия.

Текущий контроль: контрольные вопросы по данной теме.

Промежуточный контроль: тест «Основы психологии» (приложение 2)

Раздел 2. Работа с эмоциями - 36 часов.

Тема: «Эмоциональный интеллект» - 2 часа

Теория: понятие «Эмоциональный интеллект»

Практика: беседа «Зачем надо работать с эмоциями и чувствами»; построение маршрута «Работа с эмоциями»; проективная методика «Три желания от золотой рыбки»; упражнение «Эмоджи»; упражнение «Ресурсное состояние»; рефлексия.

Текущий контроль: контрольные вопросы по данной теме.

Тема: «Что такое эмоции?» - 2 часа

Теория: понятия «Эмоции», «Чувства»

Практика: упражнение «Определение границ собственного эмоционального поля»; упражнение «Что это за эмоции»; упражнение «Твоё прошлое, настоящие и будущие»; рефлексия.

Текущий контроль: контрольные вопросы по данной теме.

Тема: «События, мысли и эмоции» - 2 часа

Теория: понятия «События», «Мысли»

Практика: упражнение «Как дела?»; упражнение «События, мысли, эмоции»; упражнение «Ассоциации»; упражнение «Лицедей»; упражнение «Как избавиться от негативных мыслей»; рефлексия.

Текущий контроль: контрольные вопросы по данной теме.

Тема: «О чем говорят мои эмоции и чувства»- 2 часа

Теория: что помогают понять эмоции и чувства

Практика: упражнение «О чём говорят эмоции и чувства»; упражнение «мамлыны, жакарега, куки, бубы»; упражнение «Черный мешок»; упражнение «Эмоциональные схемы»; рефлексия.

Текущий контроль: контрольные вопросы по данной теме.

Тема: «Эмоции и поступки» - 2 часа

Теория: как влияют наши эмоции на наши поступки

Практика: упражнение «Мои эмоции и мои поступки»; упражнение «Изобрази состояние»; мозговой штурм; рефлексия.

Текущий контроль: контрольные вопросы по данной теме.

Тема: «Что и почему чувствуют другие» - 2 часа

Теория: зачем понимать эмоции других людей

Практика: упражнение «Чувства мои и чувства других»; упражнение «Определи эмоцию»; упражнение «Пантомима эмоций»; упражнение «Эмоциональные состояния»; рефлексия.

Текущий контроль: контрольные вопросы по данной теме.

Тема: «Стеснение» - 2 часа

Теория: понятия «Смущение», «Стеснение»

Практика: упражнение «Как выглядит смущение»; беседа «От куда берется стеснение»; упражнение «Стеснение: польза или вред»; упражнение «Зоны стеснения и уверенности»; упражнение «Если я стесняюсь»; упражнение «Сильные стороны»; упражнение «Челлендж уверенности»; рефлексия.

Текущий контроль: контрольные вопросы по данной теме.

Тема: «Счастье» - 2 часа

Теория: понятия «Счастье», «Радость», «Веселье».

Практика: упражнение «На что похоже счастье»; упражнение «Что делает меня счастливее?»; упражнение «Источники счастья»; упражнение «Внутреннее счастье»; упражнение «Помехи счастья»; рефлексия.

Текущий контроль: контрольные вопросы по данной теме.

Тема: «Злость» - 2 часа

Теория: понятия «Злость», «Гнев», «Агрессия», «Раздражение»

Практика: упражнение «На что похожа злость»; упражнение «Если я злюсь»; упражнение «Внутренний вулкан»; упражнение «Мысли и злость»; «Образ Агрессии»; упражнение «Что злит других людей?»; упражнение «как я справляюсь со злостью»; рефлексия.

Текущий контроль: контрольные вопросы по данной теме.

Тема: «Тревога и страх» - 2 часа

Теория: понятия «Тревога», «Тревожность», «Страх».

Практика: упражнение «На что похожа тревога и страх»; упражнение «Температура тревоги»; упражнение «Загляни внутрь тревоги»; упражнение «Пирамида моей тревожности»; упражнение «Заземление»; упражнение «Оцени страх»; упражнение «Лестница храбрости»; рефлексия.

Текущий контроль: контрольные вопросы по данной теме.

Тема: «Гордость и самоуважение»- 2 часа

Теория: понятия «Гордость», «Гордыня», «Самоуважение»

Практика: упражнение «На что похожа гордость»; упражнение «Источники Гордости»; упражнение «Что это: гордость или гордыня?»; упражнение «Дерево самоуважения»; рефлексия.

Текущий контроль: контрольные вопросы по данной теме.

Тема: «Вина» - 2 часа

Теория: понятия «Вина», «Стыд»

Практика: упражнение «На что похожа вина?»; упражнение «Разговор с внутренним критиком»; упражнение «Откуда берется вина?»; упражнение «Вина и убеждения» упражнение «Зона контроля»; упражнение «Судья и обвиняемый»; рефлексия.

Текущий контроль: контрольные вопросы по данной теме.

Тема: «Обида»- 2 часа

Теория: понятие «Обида»

Практика: упражнение «На что похожа обида»; упражнение «Как возникает обида»; упражнение «Как долго гостит обида?»; упражнение «Эмоциональный квест»; упражнение «Письмо обидчику»; рефлексия.

Текущий контроль: контрольные вопросы по данной теме.

Тема: «Симпатия и любовь» - 2 часа

Теория: понятие «Симпатия», «Любовь»

Практика: упражнение «На что похожа любовь»; упражнение «Любовь или симпатия»; упражнение «Эгоистичная или безусловная любовь»; упражнение «Языки любви»; упражнение «Правила любви»; рефлексия

Текущий контроль: контрольные вопросы по данной теме.

Тема: «Зависть» - 2 часа

Теория: понятие «Зависть»

Практика: упражнение «На что похожа зависть»; упражнение «Как прячется зависть»; упражнение «Твоя самооценка»; упражнение «Как завидует другие»; рефлексия.

Текущий контроль: контрольные вопросы по данной теме.

Тема: «Скука, лень, интерес» - 2 часа

Теория: понятия «Скука», «Лень», «Интерес»

Практика: упражнение «На что похожа лень и скука»; упражнение «Лица скуки и лени»; упражнение «Светская скука»; упражнение «Темная скука»; упражнение «Как не заскучать с друзьями»; рефлексия.

Текущий контроль: контрольные вопросы по данной теме.

Тема: «Грусть» - 2 часа

Теория: понятия «Грусть», «Депрессия», «Горе»

Практика: упражнение «На что похожа грусть»; упражнение «Магнит грусти»; упражнение «Лицо грусти»; упражнение «Откуда берется грусть»; упражнение «Грусть и горе»; упражнение «Спасательный круг»; упражнение «Самосострадание»; упражнение «Твои ресурсы»; рефлексия.

Текущий контроль: контрольные вопросы по данной теме.

Тема: «Эмпатия и сострадание»- 2 часа

Теория: понятия «Эмпатия», «Сострадание»

Практика: упражнение «На что похожа эмпатия»; упражнение «Сострадание и помощь»; упражнение «Враг эмпатии»; упражнение «Как понять чувства других?»; упражнение «Если я – это ты»; упражнение «Как отвечать на эмпатию»; рефлексия.

Текущий контроль: контрольные вопросы по данной теме.

Промежуточный контроль: творческая работа «Коллаж эмоций»

Раздел 3. Лидер

Тема: «Кто такой лидер?»- 2 часа

Теория: понятие «Лидер»; качества лидера; знания необходимые лидеру; биография «Фомин В.М. – Лидер Шиловского района».

Практика: анализ притчи «Три строителя»; игра «Карабас»; упражнение «Веревка»; упражнение «Портрет лидера»; тест «Я - Лидер»; рефлексия.

Текущий контроль: контрольные вопросы по данной теме.

Тема: «Имидж лидера. Искусство самопрезентации»- 2 часа

Теория: Понятие «Имидж», «Харизма»; внешность человека, одежда и характер, стиль в одежде.

Практика: упражнение «Лицо лидера»; упражнение «Плагнат»; упражнение «Глаза в глаза»; упражнение «Иностранец»; упражнение «Акционерное общество»; упражнение «Внутренняя осанка»; упражнение «В классе новенький»; рефлексия.

Текущий контроль: контрольные вопросы по данной теме.

Тема: «Лидер и его команда» - 2 часа

Теория: понятие «Команда», эффективность развития команды, барьеры на пути становления команды, функции лидера в команде.

Практика: упражнение «Квадрат»; упражнение «Коллаж»; упражнение «Театр: пьеса, которая устроит всех»; упражнение «Оле Неле Нишков»; упражнение «Самый-самый»; упражнение «Марафон синергии»; упражнение «Я как подарок»; рефлексия.

Текущий контроль: контрольные вопросы по данной теме.

Тема: «Пути сплочения коллектива- 2 часа

Теория: понятие «Сплоченность», «Совместимость», пути сплочения коллектива, цель коллектива, климат в команде.

Практика: упражнение «Восточный рынок»; упражнение «Цепочка»; упражнение «Крест, кулак, ладонь»; упражнение «Рыцарь, дракон, принцесса»; деловая игра «Кораблекрушение на Луну»; рефлексия

Текущий контроль: контрольные вопросы по данной теме.

Тема: «Конфликт. Пути решения конфликта» - 2 часа

Теория: понятие «Конфликт», стили реагирования в конфликтных ситуациях, конструктивное решение конфликта.

Практика: упражнение «Руки»; анализ притчи «Кулак»; упражнение «Яблочко и червячок»; упражнение «Хорошо-плохо»; упражнение «Ситуации конфликта»; рефлексия.

Текущий контроль: контрольные вопросы по данной теме.

Тема: «Коммуникативные качества лидера»- 2 часа

Теория: Типы лидерства; коммуникативные и организаторские способности лидера; навыки убеждения и принятия решений.

Практика: упражнения: «Ассоциация со встречаей»; упражнение «Волшебная рука»; упражнение «Придумай свой мем»; упражнение «Вертушка жалобщиков»; упражнение «Зомби»; упражнение «Мафия»; упражнение «Автобус»; игра «Маклер»; рефлексия .

Текущий контроль: контрольные вопросы по данной теме.

Тема: «Мотивация лидера» - 2 часа

Теория: понятия «Общение», «Коммуникация», «Тайм-менеджмент», «Мотивация лидера».

Практика: упражнения: «Семеро с ложкой»; упражнение «Улучшенный телефон»; упражнение «Карусель»; упражнение «Последний час»; упражнение «Дар убеждения»; упражнение «Дар импровизации»; упражнение «Комиссионный магазин»; упражнение «Личный герб»; упражнение «Пессимист, оптимист, шут»; упражнение «Разговор с конца»; упражнение «Спор»; упражнение «Просьба»; рефлексия.

Текущий контроль: контрольные вопросы по данной теме.

Тема: «Я – лидер! Чемодан лидера» - 2 часа

Теория: основные черты лидера, как выявить свои способности.

Практика: Проведение теста: «Рисуем свой характер»; Деловая игра «Чемодан лидера»; рефлексия.

Текущий контроль: контрольные вопросы по данной теме.

Тема: «Деловая игра «Лидер»- 2 часа

Теория:

Практика: Деловая игра «Лидер», упражнение «Огонек прощания».

Рефлексия

Текущий контроль: контрольные вопросы по данной теме.

Промежуточный контроль: портфолио «Я - лидер» (приложение 3)

Итоговый контроль: тест «Я лидер» (А.Н. Лутошкин), методика «Эффективность лидерства» (Р.С. Немов), методика «КОС» (В. В. Синявский и В. А. Федорошин) (приложение 1)

4. КОМПЛЕКС ОРГАНИЗАЦИОННО- ПЕДАГОГИЧЕСКИХ УСЛОВИЙ

4.1. Календарный учебный график

Дата начала и окончания учебных периодов – с сентября по мая

Количество учебных недель – 72.

Сроки контрольных процедур – сентябрь, ноябрь, март, май.

(Приложение №4)

4.2. Оценочные материалы

В качестве оценочного материала используется диагностика: тест «Я лидер» (А.Н. Лутошкин), методика «Эффективность лидерства» (Р.С. Немов), методика «КОС» (В. В. Синявский и В. А. Федорошин) (Приложение 1), которая проводится в начале и в конце изучения программы .

Проведение одной и той же диагностики в начале и в конце программы на выявление лидерских качеств **помогает отследить динамику развития лидерских, коммуникативных и организаторских навыков обучающихся.** Также на основе результатов диагностики можно строить работу по формированию и развитию коммуникативных навыков в нужном русле, учитывая сильные и слабые стороны личностные качества обучающихся.

Также в качестве оценочного материала используются:

- тест «Основы психологии» (приложение 2)
- подготовка творческой работы «Коллаж эмоций»
- подготовка индивидуального портфолио «Я - лидер» (приложение 3)

- Тест Г. Айзенка «Определение типа темперамента»;
- Опросник Томаса - Килмана «Стили поведения в конфликтных ситуациях»;
- Опросник агрессивности Басса-Дарки;
- Экспресс-диагностика уровня развития эмпатических тенденций;
- Анкета – опросник «Настоящий друг».

4.3. Материально-техническое обеспечение

- кабинет на 20 рабочих мест (ученические столы, стулья), светлое сухое, просторное и хорошо проветриваемое помещение, соответствующее санитарно-гигиеническим требованиям;
- ноутбук;
- листы бумаги А4;
- цветные карандаши;
- глянцевые журналы;
- ватманы;
- ручки;
- фломастеры;
- клей.

4.4. Кадровое обеспечение

Занятие проводит педагог-психолог первой квалификационной категории. Образование – высшее.

.

4.5. Методическое обеспечение

Методические пособия:

1. <https://obuchalka.org/20210612133297/razvitie-lichnosti-podrostka-programma-prakticheskikh-zanyatii-matveev-b-r-2007.html>
2. https://vk.com/wall-127544129_28641

Игры и упражнения на развитие лидерских качеств:

1. https://vk.com/wall-185032760_12890?ysclid=m9tmfusben874690916
2. <https://multiurok.ru/files/mietodichieskaia-razrabotka-lidierskiie-ighry.html?ysclid=m9tmh1isfn995243391>
3. <https://sky.pro/wiki/profession/uprazhneniya-dlya-razvitiya-liderstva-i-komandoobrazovaniya/?ysclid=m9tmjk2sy20794939>

Игры и упражнения на развитие эмоционального интеллекта у подростков

1. <https://mel.fm/blog/startupjunior/69321-11-uprazhneny-kotoryye-pomogut-luchshe-ponimat-svoi-i-chuzhiye-emotsii>
2. https://упок.пф/library/praktikum_trenirovka_emotsionalnogo_intellekta_205652.html
3. <https://www.b17.ru/article/652244/>
4. <https://nsportal.ru/shkola/psikhologiya/library/2018/06/20/programma-po-razvitiyu-emotsionalnogo-intellekta-v>

Сборники притч

1. https://media.caspian.agency/school_2927/documents/documents/психологические%20притчи.pdf
2. <https://kcon-kuragino.krn.socinfo.ru/pritchi>
3. <https://pritchi.in/peseschkian/pritchi-peseschkian.php>
4. <https://parables.ru/iz-knig-pezeschkiana/>

ЛИТЕРАТУРА

Литература для педагогических работников

1. Андреева И. Н. Азбука эмоционального интеллекта. — СПб.: БХВ-Петербург, 2012. — 288 с.
2. Брендвайн М. «Подготовить отличный коллектив – это реально» (Тренинги для вожатых и сотрудников детских оздоровительных лагерей). СПб.: Изд-во «Речь», 2002.- 245с.
3. Битянова М. Р., Вачков М. Р. «Я и мой внутренний мир. Психология для старшеклассников». СПб.: Из-во «Питер», 2009.-197с.
4. Бухаркова О.В., Горшкова Е.Г. «Имидж лидера» СПб.: Из-во «Речь», 2007.-114с.
5. Васильев Н.Н. «Тренинг профессиональных коммуникаций в психологической практике.» – СПб., Речь, 2005.-176с.
6. Гребенкина Л.К. Сценарии классных часов. - М., 2002.-272с.
7. Горбушина О. «Психологический тренинг». Из-во «Питер», М, 2008. – 115с.
8. Дафт Р. Л. Менеджмент, СПб.: Питер, 2000. Гл. 18
9. Добротворский Игорь «Величайший секрет, как достичь успеха», М, 2007.- 347с.
10. Добротворский Игорь «Постройте свое будущее. Психология успеха», М, 2004.-206с.
11. Долгоруков А.М. Методология эффективного действия. М.: НИ-ВШУ, 2006.-276с.
12. Климчук В.А. «Тренинг внутренней мотивации». С. – Петербург: Из-во «Речь», 2005.-154с.
13. Кноблаух Й., Управление временем /пер. с нем. – М.: Из-во ОМЕГА-Л, 2006.-117с.
14. Коббёлл К. Мотивация в стиле ЭКШН. Восторг заразителен. /пер. с нем.- М., Альпина Бизнес Букс, 2003.-256с.
15. Кузьмин Денис. Мастерство жизни. Секреты эмоционального интеллекта в упражнениях и техниках
16. Матвеев Б.Р. Развитие личности подростка: программа практических занятий. Методическое пособие. – СПб.: издательство «Речь», 2007 – 176 с.
17. Нельсон Б., Экономии П. Умение управлять для «чайников». Киев, из-во «Диалектика», 1999.-307с.
18. Нирмайер Р., Мотивация / пер. с нем. – 2-е изд., М.: Из-во ОМЕГА-Л, 2006.- 257с.
19. Профконсультационная работа со старшеклассниками (Под ред. Федоришина Б.А. – Киев: Радиньска школа. 1980. -- - 158 с.
20. Психология менеджмента /под ред. пр.Г.С. Никифорова. 2-е изд., - Харьков:Из-во Гуманит. Центр, 2002.-409с.

21. Сидоренко Е.В. Мотивационный тренинг. – СПб.: Речь, 2001.- 163с.
22. Урбанович А.А. Психология правления / Учебное пособие. — Мн.: Харвест, 2003 г. — 640 с.
23. Элкин А. Стресс для «чайников», пер. с англ. – М.: Из-во «Вильямс», 2005.-290с.

Литература, рекомендуемая родителям:

1. Адель Линн Сила эмоционального интеллекта. Как его развить для работы и жизни
2. Битянова М. Р., Вачков М. Р. «Я и мой внутренний мир. Психология для старшеклассников». СПб.: Из-во «Питер», 2009.-197с.
3. Бухаркова О.В., Горшкова Е.Г. «Имидж лидера» СПб.: Из-во «Речь», 2007.-114с.
4. Бишоф А., «Самоменеджмент. Эффективно и рационально». / пер. с нем. – 2-е изд., М.: Из-во ОМЕГА-Л, 2006.-254с.
5. Готтман, Джон Эмоциональный интеллект ребенка. Практическое руководство для родителей / Джон Готтман, Джоан Деклер ; пер. с англ. Г. Федотовой. — М. : Манн, Иванов и Фербер, 2015. — 288 с.
6. Джана Л. Сборник психологических тестов/пер. с англ.-Мн.: ООО «Попурри», 2004.-256с.
7. Карделл Ф.Д. , Психотерапия и лидерство.-СПб.: Изд-во «Речь», 2000.- 234с.
8. Кноблаух Й., Управление временем /пер. с нем. – М.: Из-во ОМЕГА-Л, 2006.-117с.
9. Карнеги Д. Как завоевывать друзей и оказывать влияние на людей. - М., 1997.-578с.
10. Рогов Е.И. Я и самопознание. Развиваю мышление, память, воображение. М.: «МарТ», 2006. – 224с.
11. Солдатова Г.У. Жить в мире с собой и другими. - М., 2000.-145с.

Литература, рекомендуемая подросткам:

1. Азбука общения. - Н.Новгород: изд-во ООО «Педагогические технологии», 2007.-150с.
2. Афанасьев С. Сто отрядных дел. - К., 2000.-123с.
3. Бредберри, Тревис Эмоциональный интеллект 2.0 / Тревис Бредберри, Джин Гривз ; пер. с англ. Павла Миронова. — 3-е изд. — М. : Манн, Иванов и Фербер, 2017. — 208 с.
- 4.
5. Горохова Е.В. Хочу быть лидером.- М., 2000.-200с.
6. Гоулман, Д. Эмоциональный интеллект / Дэниел Гоулман; пер. с англ. А.П. Исаевой. - М.: АСТ: АСТ МОСКВА; Владимир: ВКТ, 2009. - 478, [2] с.

7. Гоулман Д. Эмоциональное лидерство: Искусство управления людьми на основе эмоционального интеллекта / Дэниел Гоулман, Ричард Бояцис, Энни Макки; Пер. с англ. — 3-изд. — М.: Альпина Бизнес Букс, 2008. — 301 с.
8. Григоренко Ю.Н. Коллективно - творческие дела. - М., 1999.
9. Жуков И.Н. Игра и детское движение. - М., 1992.-256с.
- 10.Макеева А.Г. Как организовать работу молодежной группы волонтеров. - М., 2001.-78с.
- 11.Карнеги Д. Как завоевывать друзей и оказывать влияние на людей. - М., 1997.-578с.
- 12.Конвенция ООН о правах ребенка. - М., 1999.-20с.
- 13.Федеральный закон РФ «Об общественных объединениях», 1995.-15с.
- 14.Федеральный закон РФ «О государственной поддержке молодежных и детских общественных объединений», 1995.-20с.
- 15.Пругченков А.С. Схема подготовки социального проекта. - М., 2001.
- 16.Рогов Е.И. я и самопознание. Развиваем память, мышление, воображение.- М.:ИКЦ МарТ», 2006.-224с.
- 17.Сделай правильный выбор. - Н.Н.: изд-во ООО «Педагогические технологии», 2002.-56с.
- 18.Солдатова Г.У. Жить в мире с собой и другими. - М., 2000.-145с.
- 19.Эмоциональный интеллект. Российская практика Сергей Шабанов, Алена Алешина: Манн, Иванов и Фербер; Москва; 2014

Методика «Коммуникативные и организаторские склонности» (КОС)

В.В. Синявский и Б. А. Федоришин

Методика КОС предназначена для изучения коммуникативных и организаторских склонностей. Основопологающим методом исследования является тестирование.

Методика предназначена для подростков и юношей 14-17 лет. Интерпретация результатов проводится в соответствии с ключом оценки и обработки данных исследования.

Цель методики

Изучение коммуникативных и организаторских склонностей. Коммуникативные и организаторские способности являются стержневыми в профессиях, которые по своему содержанию связаны с активным взаимодействием между людьми. Они являются важными факторами для достижения успеха во многих профессиях типа «человек - человек» (например, труд учителя, тренера, врача, работника клуба и т.д.) Коммуникативные и организаторские способности являются ведущими в образовании межличностных отношений, в сплочении членов коллектива, в организации учебных, спортивных, игровых и других групп, в привлечении к себе людей, в умении организовать и направить их деятельность.

Описание методики

Учитывая, что способности тесно связаны с потребностями личности, ее интересами и избирательным эмоционально-волевым отношением к деятельности, была разработана психодиагностическая методика опосредованного выявления коммуникативных и организаторских способностей - через выявление и оценку соответствующих склонностей (методика «КОС-1»). Диагностике подвергаются потенциальные возможности личности в развитии ей коммуникативных и организаторских способностей.

Опросник включает 40 вопросов, 20 из которых направлены на изучение коммуникативных склонностей, а 20 характеризуют организаторские.

Ответы на вопросы испытуемый заносит в специальный «Бланк ответов». Для количественной обработки данных консультант использует ключи и дешифраторы, в которых поставлены идеальные ответы, в которых поставлены идеальные ответы, в максимальной степени отражающие, коммуникативные и организаторские склонности.

Ключ №1. «Коммуникативные склонности»

1	+	11	-	21	+	31	-
2		12		22		32	
3	-	13	+	23	-	33	+
4		14		24		34	
5	+	15	-	25	+	35	-
6		16		26		36	
7	-	17	+	27	-	37	+
8		18		28		38	
9	+	19	-	29	+	39	-
10		20		30		40	

Ключ №2. «Организаторские склонности»

1		11		21		31	
2	+	12	-	22	+	32	-
3		13		23		33	
4	-	14	+	24	-	34	+

5		15		25		35	
6	+	16	-	26	+	36	-
7		17		27		37	
8	-	18	+	28	-	38	+
9		19		29		39	
10	+	20	-	30	+	40	-

С помощью дешифратора подсчитывается количество совпадающих с дешифратором ответов по каждому разделу методики. Оценочный коэффициент (К) коммуникативных или организаторских склонностей выражается отношением количества совпадающих ответов по каждому разделу к максимально возможному числу совпадений (20).

$K=t/20$ или $K=0,05t$, где K – величина оценочного коэффициента; t – совпадающих с дешифратором ответов

Оценка результатов

Показатели, полученные по этой методике, могут варьировать от 0 до I. Показатели, близкие к I, свидетельствуют о высоком уровне проявления коммуникативных или организаторских склонностей, близкие же к 0 – о низком уровне.

Оценочный коэффициент (К) – это первичная количественная характеристика материалов испытания. Для качественной стандартизации результатов испытания используются шкалы оценок, в которых тому или иному диапазону количественных показателей К соответствует определенная оценка Q.

Шкала оценки коммуникативных склонностей

К		Уровень проявления коммуникативных склонностей
0,10 – 0,45	1	Низкий
0,45 – 0,55	2	Ниже среднего
0,56 – 0,65	3	Средний
0,66 – 0,75	4	Высокий
0,75 – 1,0	5	Очень высокий

Шкала оценки организаторских склонностей

К		Уровень проявления организаторских склонностей
0,20 – 0,55	1	Низкий
0,56 – 0,65	2	Ниже среднего
0,66 – 0,70	3	Средний
0,71 – 0,80	4	Высокий
0,81 – 1,0	5	Очень высокий

Полученные результаты коротко можно охарактеризовать следующим образом

Испытуемые, получившие оценку «1» (Q=1) характеризуются крайне низким уровнем проявления склонностей к коммуникативной и организаторской деятельности.

У испытуемых, получивших оценку «2» (Q=2), развитие коммуникативных и организаторских склонностей находится на уровне ниже среднего. Они не стремятся к общению, чувствуют себя скованно в новой компании, коллективе, предпочитают проводить время наедине с собой, ограничивают свои знакомства, испытывают трудности в установлении контактов с людьми и в выступлении перед аудиторией, плохо ориентируются в незнакомой ситуации, не отстаивают свое мнение, тяжело переживают

обиды. Проявление инициативы в общественной деятельности крайне занижено, во многих делах предпочитают избегать принятия самостоятельных решений.

Для испытуемых, получивших оценку «3» ($Q=3$), характерен средний уровень проявления коммуникативных и организаторских склонностей. Обладая в целом средними показателями, они стремятся к контактам с людьми, не ограничивают круг своих знакомств, отстаивают свое мнение, планируют свою работу. Однако «потенциал» этих склонностей не отличается высокой устойчивостью. Эта группа испытуемых нуждается в дальнейшей серьезной и планомерной воспитательной работе с ними по формированию и развитию их коммуникативных и организаторских способностей.

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

И, наконец, та группа испытуемых, которая получила оценку «5» ($Q=5$), обладает очень высоким уровнем проявления коммуникативных и организаторских склонностей. Они испытывают потребность в коммуникативной и организаторской деятельности и активно стремятся к ней. Для них характерны быстрая ориентация в трудных ситуациях, непринужденность поведения в новом коллективе. Испытуемые этой группы инициативны, предпочитают в важном деле или создавшейся сложной ситуации принимать самостоятельные решения, отстаивают свое мнение и добиваются, чтобы оно было принято товарищами. Они могут внести оживление в незнакомую компанию, любят организовывать различные игры, мероприятия, настойчивы в деятельности, которая их привлекает. Они сами ищут такие дела, которые бы удовлетворяли их потребность в коммуникативной и организаторской деятельности.

При интерпретации полученных данных следует помнить, что методика констатирует лишь наличный уровень развития коммуникативных и организаторских склонностей в данный период развития личности. Если при обследовании учащегося обнаруживается не очень высокий или низкий уровень развития коммуникативных и организаторских склонностей, то это вовсе не означает, что они останутся неизменными в процессе дальнейшего развития личности. При наличии положительной мотивации, целеустремленности и надлежащих условий деятельности данные склонности могут развиваться.

Инструкция

Вам нужно ответить на все вопросы этого бланка. Свободно выразите свои мысли по каждому вопросу и отвечайте на них так: если Ваш ответ на вопрос положителен, то поставьте против него знак "+", если же не согласны - знак "-". Имейте в виду, что вопросы короткие и не могут содержать всех необходимых подробностей. Представьте себе типичные ситуации и не задумывайтесь над деталями. Не следует затрачивать много времени на обдумывание, отвечайте быстро. Возможно, что на некоторые вопросы Вам будет трудно ответить. Тогда постарайтесь дать тот ответ, который Вы считаете предпочтительным.

Тестовый материал

1. Много ли у Вас другой, с которыми Вы постоянно общаетесь?
2. Часто ли Вам удается склонить большинство своих товарищей к принятию ими Вашего мнения?
3. Долго ли Вас беспокоит чувство обиды, причиненное Вам кем-то из ваших товарищей?
4. Всегда ли Вам трудно ориентироваться в создавшейся критической ситуации?

5. Есть ли у Вас стремление к установлению новых знакомств с различными людьми?
6. Нравится ли Вам заниматься общественной работой?
7. Верно ли, что Вам приятнее и проще проводить время с книгами или за какими-либо другими занятиями, чем о людьми?
8. Если возникли какие-то помехи в осуществлении Ваших намерений, то легко ли Вы отступаете от своих намерений?
9. Легко ли Вы устанавливаете контакты с людьми, которые значительно старше Вас по возрасту?
10. Любите ли Вы придумывать и организовывать со своими товарищами различные игры и развлечения?
11. Трудно ли для Вас включиться в новые для Вас компании?
12. Часто ли Вы откладываете на другие дни те дела, которые нужно было бы выполнить сегодня?
13. Легко ли Вам удастся установить контакты с незнакомыми людьми?
14. Стремитесь ли Вы добиваться, чтобы Ваши товарищи действовали в соответствии с Вашим мнением?
15. Трудно ли Вы осваиваетесь в новом коллективе?
16. Верно ли, что у Вас не бывает конфликтов с товарищами из-за невыполнения ими своих обещаний, обязанностей, обязательств?
17. Стремитесь ли Вы при удобном случае побеседовать и познакомиться с новым человеком?
18. Часто ли в решении важных дел Вы принимаете инициативу на себя?
19. Раздражают ли Вас окружающие люди и хочется ли Вам побыть одному?
20. Правда ли, что Вы обычно плохо ориентируетесь в незнакомой для Вас обстановке?
21. Нравится ли Вам постоянно находиться среди людей?
22. Возникает ли у Вас раздражение, если Вам не удастся закончить начатое дело?
23. Испытываете ли Вы чувство затруднения, неудобства или стеснения, если приходится проявить инициативу, чтобы познакомиться с новым человеком?
24. Правда ли, что Вы утомляетесь от частого общения с товарищами?
25. Любите ли Вы участвовать в коллективных играх?
26. Часто ли проявляете инициативу при решении вопросов, затрагивающих интересы Ваших товарищей?
27. Правда ли, что Вы чувствуете себя неуверенно среди малознакомых людей?
28. Верно ли, что Вы стремитесь к доказательству своей правоты?
29. Полагаете ли Вы, что Вам не доставляет особого труда внести оживление в малознакомую для Вас компанию?
30. Принимали ли Вы участие в общественной работе в школе?
31. Стремитесь ли Вы ограничить круг своих знакомых небольшим количеством людей?
32. Верно ли, что Вы не стремитесь отстаивать свое мнение или решение, если оно было не сразу принято Вашими товарищами?
33. Чувствуете ли Вы себя непринужденно, попав в малознакомую компанию?
34. Охотно ли Вы приступаете к организации различных мероприятий для своих товарищей?
35. Правда ли, что Вы не чувствуете себя достаточно уверенным и спокойным, когда приходится говорить что-либо большой группе людей?
36. Часто ли Вы опаздываете на деловые встречи, свидания?
37. Верно ли, что у Вас много друзей?
38. Часто ли оказываетесь в центре внимания у своих товарищей?

39. Часто ли Вы смущаетесь, чувствуете неловкость при общении с малознакомыми людьми?

40. Правда ли, что Вы не очень уверенно чувствуете себя в окружении большой группы своих товарищей?

Методика «Эффективность лидерства» (Р.С. Немов)

Данный опросник оценивает не лидерские качества человека, а его возможную практическую деятельность в роли лидера с точки зрения ее потенциальной эффективности. В нем также на вопросы необходимо отвечать однозначно: «да» или «нет».

Тестовый материал

1. Стремитесь ли вы к использованию в своей работе новейших достижений?
а) да, б) нет.
2. Стремитесь ли вы к сотрудничеству с другими людьми?
а) да, б) нет.
3. Какой язык в общении с коллегами вы предпочитаете?
а) краткий, ясный, точный;
б) эмоциональный, образный, с намеками и подтекстом.
4. Разъясняете ли вы другим причины и основания принимаемых вами решений?
а) да, б) нет.
5. Доверяют ли вам люди, которые постоянно или временно находятся в вашем подчинении?
а) да, б) нет.
6. Вовлекаете ли вы всех исполнителей совместного дела в обсуждение связанных с ним вопросов, если на вас возложена обязанность ими руководить?
а) да, б) нет.
7. Поощряете ли вы у подчиненных вам людей проявление самостоятельности, независимости в работе и инициативы?
а) да, б) нет.
8. Помните ли вы имена тех людей, с которыми общаетесь?
а) да, б) нет.
9. Предоставляете ли вы свободу действий своим подчиненным в достижении тех целей, которые ставите перед ними?
а) да, б) нет.
10. Контролируете ли вы ход выполнения задания вашими подчиненными?
а) да, б) нет.
11. Помогаете ли вы своим подчиненным, если они в этом нуждаются?
а) да, б) нет.
12. Выражаете ли вы благодарность подчиненному за хорошо выполненную работу?
а) да, б) нет.
13. Стремитесь ли вы искать в людях лучшие их качества и ориентироваться на них в совместной работе?
а) да, б) нет.
14. Знаете ли вы о том, как наилучшим образом использовать положительные качества, имеющиеся у ваших подчиненных, в работе?
а) да, б) нет.
15. Знаете ли вы интересы и потребности ваших подчиненных?
а) да, б) нет.
16. Умеете ли вы быть внимательным слушателем?
а) да, б) нет.
17. Благодарите ли вы сотрудников за работу в присутствии других?
а) да, б) нет.
18. Делаете ли вы замечания своим подчиненным? Если да, то в какой обстановке?
а) наедине, б) в присутствии других.
19. Отмечаете ли вы хорошую работу своих подчиненных, докладывая об итогах вышестоящему руководителю?
а) да, б) нет.

20. Доверяете ли вы своим подчиненным?
а) да, б) нет.
21. Стремитесь ли вы доводить до подчиненных всю основную информацию, получаемую от вышестоящих руководителей и организаций?
а) да, б) нет.
22. Раскрываете ли вы значение работы, выполняемой каждым из ваших подчиненных, для общего дела?
а) да, б) нет.
23. Оставляете ли вы себе и подчиненным время для планирования работы?
а) да, б) нет.
24. Есть ли у вас план повышения своей квалификации?
а) да, б) нет.
25. Имеется ли у ваших подчиненных план повышения их квалификации (или индивидуальные планы подобного рода)?
а) да, б) нет.
26. Регулярно ли вы читаете специальную литературу?
а) да, б) нет.
27. Имеете ли вы библиотеку новейшей литературы по вашей специальности?
а) да, б) нет.
28. Заботитесь ли вы о состоянии своего здоровья, сохранении и повышении работоспособности?
а) да, б) нет.
29. Любите ли вы выполнять сложную, но интересную работу?
а) да, б) нет.
30. Проводите ли вы лично обучение своих подчиненных с целью улучшения качества и повышения эффективности их работы?
а) да, б) нет.
31. Знаете ли вы о том, на какие качества работника необходимо ориентироваться при его приеме на работу?
а) да, б) нет.
32. С желанием ли вы занимаетесь разбором жалоб и удовлетворением персональных просьб, исходящих от подчиненных?
а) да, б) нет.
33. Сохраняете ли вы психологическую дистанцию в общении с подчиненными?
а) да, б) нет.
34. Относитесь ли вы к своим подчиненным со вниманием и уважением?
а) да, б) нет.
35. Уверены ли вы в себе?
а) да, б) нет.
36. Хорошо ли вы знаете свои сильные и слабые стороны?
а) да, б) нет.
37. Часто ли вы проявляете творчество в работе?
а) да, б) нет.
38. Регулярно ли вы повышаете свою квалификацию на специальных курсах, семинарах и т.п.?
а) да, б) нет.
39. Достаточно ли гибко вы себя ведете при принятии решений и в общении с людьми?
а) да, б) нет.
40. Готовы ли вы изменить стиль своего руководства, если потребуются?
а) да, б) нет.

Ключ

Если эта методика используется для самооценки руководителя, то возникает опасность искажения результатов вследствие субъективной установки показать себя в лучшем свете или просто недостаточного осознания человеком своих особенностей. Поэтому данный опросник рекомендуется вместе с руководителем предлагать его подчиненным, а затем обобщать полученные результаты.

За каждый утвердительный ответ на предложенные вопросы («да») испытуемый получает 1 балл, а за каждый отрицательный («нет») — 0 баллов.

Если испытуемый получит **от 30 до 40 баллов**, то стиль его руководства (с учетом высказанного выше замечания) считается высокоэффективным.

Если сумма баллов оказалась в пределах **от 11 до 29**, то стиль руководства рассматривается как средне эффективный.

Если общая сумма баллов оказалась **10 и меньше**, то стиль руководства данного человека рассматривается как малоэффективный и ему не рекомендуется быть руководителем детского коллектива или группы.

Тест "Я - Лидер" (А.Н.Лутошкин)

С помощью этого теста вы можете оценить свои лидерские способности.

Инструкция:

«Если ты полностью согласен с приведённым утверждением, то в клеточку с соответствующим номером поставь цифру «4»; если скорее согласен, чем не согласен – цифру «3»; если трудно сказать – «2»; скорее не согласен, чем согласен – «1»; полностью не согласен – «0».

Тестовый материал

1. Не теряюсь и не сдаюсь в трудных ситуациях.
2. Мои действия направлены на достижения понятной мне цели.
3. Я знаю, как преодолевать трудности.
4. Люблю искать и пробовать новое.
5. Я легко могу убедить в чём-то моих товарищей.
6. Я знаю, как вовлечь моих товарищей в общее дело.
7. Мне нетрудно добиться того, чтобы все хорошо работали.
8. Все знакомые относятся ко мне хорошо.
9. Я умею распределять свои силы в учёбе и труде.
10. Я могу чётко ответить на вопрос, чего хочу от жизни.
11. Я хорошо планирую своё время и работу.
12. Я легко увлекаюсь новым делом.
13. Мне легко установить нормальные отношения с товарищами.
14. Организуя товарищей, стараюсь заинтересовать их.
15. Ни один человек не является для меня загадкой.
16. Считаю важным, чтобы те, кого я организую, были дружными.
17. Если у меня плохое настроение, я могу не показывать это окружающим.
18. Для меня важно достижение цели.
19. Я регулярно оцениваю свою работу и свои успехи.
20. Я готов рисковать, чтобы испытать новое.
21. Первое впечатление, которое я произвожу, обычно хорошее.
22. У меня всегда всё получается.
23. Хорошо чувствую настроение своих товарищей.
24. Я умею поднимать настроение в группе своих товарищей.
25. Я могу заставить себя утром делать зарядку, даже если мне этого не хочется.
26. Я обычно достигаю того, к чему стремлюсь.
27. Не существует проблемы, которую я не могу решить.
28. Принимая решение, перебираю различные варианты.
29. Я умею заставить любого человека делать то, что считаю нужным.
30. Я умею правильно подобрать людей для организации какого-либо дела.
31. В отношении с людьми я достигаю взаимопонимания.
32. Стремлюсь к тому, чтобы меня понимали.
33. Если в работе у меня встречаются трудности, то я не опускаю руки.
34. Я никогда не поступал так, как другие.
35. Я стремлюсь решить все проблемы поэтапно, не сразу.
36. Я никогда не поступал так, как другие.
37. Нет человека, который устоял бы перед моим обаянием.
38. При организации дел я учитываю мнение товарищей.
39. Я нахожу выход в сложных ситуациях.
40. Считаю, что товарищи, делая общее дело, должны доверять друг другу.
41. Никто и никогда не испортит мне настроение.
42. Я представляю, как завоевать авторитет среди людей.
43. Решая проблемы, использую опыт других.

44. Мне неинтересно заниматься однообразным, рутинным делом.
45. Мои идеи охотно воспринимаются моими товарищами.
46. Я умею контролировать работу моих товарищей.
47. Умею находить общий язык с людьми.
48. Мне легко удаётся сплотить моих товарищей вокруг какого-либо дела.

После заполнения карточки ответов необходимо подсчитать количество очков в каждом столбце (не учитывая баллы, поставленные за вопросы 8, 15, 22, 29, 34, 36, 41). Эта сумма определяет развитость лидерских качеств:

- А – умение управлять собой;
- Б – осознание цели (знаю, чего хочу);
- В – умение решать проблемы;
- Г – наличие творческого подхода;
- Д – влияние на окружающих;
- Е – знание правил организаторской работы;
- Ж – Организаторские способности;
- З – умение работать с группой.

Карточка для ответов теста «Я – лидер»

А	Б	В	Г	Д	Е	Ж	З
1	2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	31	32
33	34	35	36	37	38	39	40
41	42	43	44	45	46	47	48
Сумма	Сумма	Сумма	Сумма	Сумма	Сумма	Сумма	Сумма

РЕЗУЛЬТАТЫ

Если сумма в столбце меньше 10, то качество развито слабо, и надо работать над его совершенствованием, если больше 10, то это качество развито средне или сильно.

Но прежде, чем сделать заключение о том, лидер ли вы, обратите внимание на баллы, выставленные при ответах на вопросы 8, 15, 22, 27, 29, 34, 36, 41. Если на каждый из них поставлено более 1 балла, мы считаем, что были даны неискренние в самооценке ответы.

Тест «Основы психологии»

1. Психология – это наука о?

- Наука об эмоциях
- Наука о душе
- Наука о человеке
- Наука о животных

2. Соедините стрелками:

Психология
Психотерапия
Психиатрия

Медицинская наука
Медицинская наука
Социальная наука

3. Соедините стрелками:

Общественная зона (безопасное, комфортное расстояние до группы незнакомых людей)		От 120 – до 360 см
Социальная зона малознакомых людей		Более 360 см
Личная зона (знакомые люди: родственники, одноклассники, сотрудники)		20 см
Интимная зона (близкие люди: родители дети)		От 40 – 120 см

4. Соедините стрелками

Вербальная информация

Невербальная информация

Поза
тела

Устная
речь

Письмо

Мимика

Интонация

Слезы

Смех

5. Что относится к помехам общения? (Выберите несколько вариантов)

- Наличие условий для беседы
- Перебивание говорящего
- Излишнее любопытство

- Желание партнера высказаться
- Искренность
- Негативная оценка мнения собеседника

6. Соедини стрелками:

Холерик	Уравновешенный, оптимистический, жизнерадостный
Сангвиник	Спокойный, сдержанный
Флегматик	Горячий, несдержанный, смелый, задорный
Меланхолик	Чувствительный, неэнергичный, склонный к унынию

7. Соедини стрелками высказывание и механизм психологической защиты:

Вытеснение	«Этого не может быть»
Отрицание	«Ничего не случилось, чтобы переживать!»
Замещение	«Я такой же, как они»
Идентификация	«Не получилось с этим, зато получилось с другим»
Обесценивание	«Вы обо мне еще узнаете»
Компенсация	«Не очень то и хотелось»

Портфолио «Я - Лидер»

Меня зовут _____

Мой темперамент _____

Мои таланты _____

Мои способности _____

Мои положительные качества личности _____

Я отличаюсь от других тем, что _____

Я горжусь тем, что _____

Я уверен (а) в себе, потому что _____

В конфликте я, чаще всего принимаю роль _____

Как лидер я _____

Календарный учебный график

№ п\п	Месяц	Форма занятия	Кол-во часов	Тема проведения	Форма контроля
1	Сентябрь	Групповая дискуссия, лекция, мозговой штурм, беседа, рефлексия	1	Вводное занятие. Знакомство	контрольные вопросы по данной теме. Входной контроль: тест «Я лидер» (А.Н. Лутошкин), методика «Эффективность лидерства» (Р.С. Немов), методика «КОС» (В. В. Синявский и В. А. Федорошин)
2	Сентябрь	Групповая дискуссия, лекция, мозговой штурм, беседа, рефлексия	2	Что такое психология?	контрольные вопросы по данной теме.
3	Сентябрь	Групповая дискуссия, лекция, мозговой штурм, беседа, рефлексия	2	Вербальное и невербальное общение	контрольные вопросы по данной теме.
4	Сентябрь	Групповая дискуссия, лекция, мозговой штурм, беседа, рефлексия	2	Умение слушать	контрольные вопросы по данной теме.
5	Октябрь	Групповая дискуссия, лекция, мозговой штурм, беседа, рефлексия	2	Человек и общество	контрольные вопросы по данной теме.
6	Октябрь	Групповая дискуссия, лекция, мозговой штурм, беседа, рефлексия	2	Личность и ее развитие	контрольные вопросы по данной теме.
7	Октябрь	Групповая дискуссия, лекция, мозговой штурм, беседа, рефлексия	2	Я и другие	контрольные вопросы по данной теме.
8	Октябрь	Групповая дискуссия, лекция, мозговой штурм, беседа, рефлексия	2	Психологическая защита и ее механизмы	контрольные вопросы по данной теме.
9	Октябрь	Групповая дискуссия, лекция, мозговой штурм, беседа, рефлексия	2	Преодоление психологической защиты	контрольные вопросы по данной теме.
10	Ноябрь	Групповая дискуссия, лекция, мозговой штурм, беседа, рефлексия	1	Релаксация	контрольные вопросы по данной теме. Промежуточный контроль: Тест «Основы психологии»
11	Ноябрь	Групповая дискуссия, лекция, мозговой штурм, беседа, рефлексия	2	Эмоциональный интеллект	контрольные вопросы по данной теме.
12	Ноябрь	Групповая дискуссия, лекция, мозговой штурм, беседа,	2	Что такое эмоции?	контрольные вопросы по данной теме.

		рефлексия			
13	Ноябрь	Групповая дискуссия, лекция, мозговой штурм, беседа, рефлексия	2	События, мысли и эмоции	контрольные вопросы по данной теме.
14	Декабрь	Групповая дискуссия, лекция, мозговой штурм, беседа, рефлексия	2	О чем говорят эмоции	контрольные вопросы по данной теме.
15	Декабрь	Групповая дискуссия, лекция, мозговой штурм, беседа, рефлексия	2	Эмоции и поступки	контрольные вопросы по данной теме.
16	Декабрь	Групповая дискуссия, лекция, мозговой штурм, беседа, рефлексия	2	Что и почему чувствуют другие	контрольные вопросы по данной теме.
17	Декабрь	Групповая дискуссия, лекция, мозговой штурм, беседа, рефлексия	2	Стеснение	контрольные вопросы по данной теме.
18	Январь	Групповая дискуссия, лекция, мозговой штурм, беседа, рефлексия	2	Счастье	контрольные вопросы по данной теме.
19	Январь	Групповая дискуссия, лекция, мозговой штурм, беседа, рефлексия	2	Злость	контрольные вопросы по данной теме.
20	Январь	Групповая дискуссия, лекция, мозговой штурм, беседа, рефлексия	2	Тревога и страх	контрольные вопросы по данной теме.
21	Февраль	Групповая дискуссия, лекция, мозговой штурм, беседа, рефлексия	2	Гордость и самоуважение	контрольные вопросы по данной теме.
22	Февраль	Групповая дискуссия, лекция, мозговой штурм, беседа, рефлексия	2	Вина	контрольные вопросы по данной теме.
23	Февраль	Групповая дискуссия, лекция, мозговой штурм, беседа, рефлексия	2	Обида	контрольные вопросы по данной теме.
24	Февраль	Групповая дискуссия, лекция, мозговой штурм, беседа, рефлексия	2	Симпатия и любовь	контрольные вопросы по данной теме.
25	Март	Групповая дискуссия, лекция, мозговой штурм, беседа, рефлексия	2	Зависть	контрольные вопросы по данной теме.
26	Март	Групповая дискуссия, лекция, мозговой штурм, беседа, рефлексия	2	Скука, лень, интерес	контрольные вопросы по данной теме.
27	Март	Групповая дискуссия, лекция, мозговой штурм, беседа, рефлексия	2	Грусть	контрольные вопросы по данной теме.
28	Март	Групповая дискуссия, лекция, мозговой штурм, беседа, рефлексия	2	Эмпатия и сострадания	контрольные вопросы по данной теме Промежуточный контроль: творческая работа «Коллаж

					эмоций»
29	Март	Групповая дискуссия, лекция, мозговой штурм, беседа, рефлексия	2	Кто такой лидер	контрольные вопросы по данной теме.
30	Апрель	Групповая дискуссия, лекция, мозговой штурм, беседа, рефлексия	2	Имидж лидера. Искусство самопрезентации	контрольные вопросы по данной теме.
31	Апрель	Групповая дискуссия, лекция, мозговой штурм, беседа, рефлексия	2	Лидер и его команда	контрольные вопросы по данной теме.
32	Апрель	Групповая дискуссия, лекция, мозговой штурм, беседа, рефлексия	2	Пути сплочения коллектива	контрольные вопросы по данной теме.
33	Апрель	Групповая дискуссия, лекция, мозговой штурм, беседа, рефлексия	2	Конфликт. Пути решения конфликта	контрольные вопросы по данной теме.
34	Апрель	Групповая дискуссия, лекция, мозговой штурм, беседа, рефлексия	2	Коммуникативные качества лидера	контрольные вопросы по данной теме.
35	Май	Групповая дискуссия, лекция, мозговой штурм, беседа, рефлексия	2	Мотивация лидера	контрольные вопросы по данной теме.
36	Май	Групповая дискуссия, лекция, мозговой штурм, беседа, рефлексия	2	Я – лидер! Чемодан лидера	контрольные вопросы по данной теме.
37	Май	Групповая дискуссия, лекция, мозговой штурм, беседа, рефлексия	2	Деловая игра «Лидер»	<p>Промежуточный контроль: портфолио «Я - лидер»</p> <p>Итоговый контроль: тест «Я лидер» (А.Н. Лутошкин), методика «Эффективность лидерства» (Р.С. Немов), методика «КОС» (В. В. Синявский и В. А. Федорошин)</p>

Календарный план воспитательной работы:

№п/п	Название события, мероприятия	Сроки проведения	Форма проведения
1.	«Знаменитые женщины Рязанской области», в рамках Дня матери	Ноябрь	Занятие с элементами тренинга
2.	«Новогодний детектив»	Декабрь	Интеллектуальная игра
3.	«Рождественские встречи»	Январь	Интерактивная игра
4.	Игра «Поле чудес», тема «День защитника Отечества»	Февраль	Интерактивная игра
5.	«Женщины-героини земли рязанской», в рамках Международного женского дня	Март	Занятие с элементом тренинга
6.	«День Победы» Герои Великой Отечественной войны Шиловского района Рязанской области	Май	Районный праздник