

**Муниципальное общеобразовательное учреждение  
«Средняя общеобразовательная школа п. Пробуждение  
имени Льва Абрамовича Кассиля»  
Энгельсского муниципального района Саратовской области**

Принята на заседании  
педагогического совета  
Протокол № 11  
от «30» мая 2024года

«Утверждаю»  
Руководитель  
МОУ "Средняя  
общеобразовательная  
школа п. Пробуждение  
им. Л. А. Кассиля"  
Кузнецова Ю.Г.  
Приказ № 178  
от «30» мая 2024года



**Дополнительная общеобразовательная  
общеразвивающая программа**

**«СТИЛЬ ЖИЗНИ»**

Направленность: социально-педагогическая  
Срок реализации программы: 9 месяцев  
Объем программы: 68 часов  
Возраст детей: 11-14 лет

Ф.И.О. Кужагалиева Анастасия Сергеевна  
педагог дополнительного образования

Энгельс 2024

## **Комплекс основных характеристик дополнительной общеразвивающей программы.**

Дополнительная общеразвивающая образовательная программа «Стиль жизни» разработана в соответствии с Положением о дополнительных общеразвивающих программах МОУ «СОШ п. Пробуждение им. Л. А. Кассиля» (приказ №398 от 26.09.2019) и имеет **социально-педагогическую направленность**

Программа предложена для реализации с обучающимися подросткового возраста - с 11 до 14 лет. Образовательная деятельность организуется по подгруппам, количество детей в подгруппе (12-17) .

Подростки обычно стремятся к свободе и независимости от взрослых, с одной стороны, и стремлением к объединению в группы со сверстниками, с другой. Именно группа сверстников становится для подростков местом реализации основных потребностей этого периода: потребности в общении, самореализации и уважении. И часто именно авторитетный член группы становится сознательно или бессознательно кумиром для подражания. Очень важно, чтобы этим кумиром оказался человек, чьим жизненными ценностями являются здоровье, любовь, самосовершенствование, помощь и поддержка других людей. Таким человеком может стать подросток – волонтер. Организуя работу с позиции «на равных», подросток – волонтер помогает принять участнику занятий на себя ответственность за свои решения и выбор.

### **Новизна программы.**

Программа отличается разнообразием видов деятельности, предлагаемой подросткам для проявления гражданских качеств, учитывая возрастные потребности подростков в самореализации, а также для проявления инициативы и реализации себя, своей субъектной активности. Через направляемую педагогическую деятельность в данной программе становится реальным развитие креативности личности подростка, которая, в свою очередь, будет способствовать в дальнейшем его жизненному самоопределению.

В программе реализуется личностно-ориентированный подход. Благодаря этому, при реализации интереса или выборе деятельности подростки станут участниками разрешения различных ситуаций: выбора, творчества, достижений личностного роста. Детское объединение «Стиль жизни» позволит каждому обучающемуся самостоятельно или с помощью взрослых и сверстников найти ответы на волнующие его вопросы. В детском объединении будут функционировать детские органы самоуправления (ОСУ). В течение учебного года коллектив ДО «Стиль жизни» устанавливает партнерские отношения со всеми детскими объединениями Дома детского творчества, благодаря которым подростки получают дополнительные знания по интересующим их темам, проблемам, а также способствуют самоопределению гражданских ценностей. Обучающиеся ДО «Стиль жизни» будут выступать в роли исполнителей, организаторов, помощников,

слушателей. Инициативные, творческие участники программы смогут не только реализовать свой творческий, организаторский, интеллектуальный потенциал, но и, конечно же, проявить активность.

Основная идея данной программы - это создание условий для актуализации волонтерского опыта и развития активной гражданской позиции подростков в совместноорганизованной социально-значимой деятельности.

Участие ребят в деятельности детского объединения «Стиль жизни» расширяет социальные связи подростков как субъектов социального опыта, позволяет приобретать навыки социального взаимодействия, формировать ценностное отношение к различным сторонам общественной деятельности. В течение учебного года педагог оказывает поддержку подросткам в ценностном самоопределении в условиях общественно-гражданской деятельности, активизируют инициативу и желание попробовать себя в деятельности, новой роли, позиции.

Условия реализации: специальной подготовки подростков для участия в данной программе не требуется.

#### **Педагогическая целесообразность.**

Данная программа призвана сформировать в участниках добровольческого объединения лидеров, способных вести за собой своих сверстников, как умелых организаторов разнообразных интересных дел, что и является педагогической целесообразностью программы. Содержание проектов, входящих в программу, способствует формированию активной гражданской позиции и создает мотивацию на принятие активной социальной роли даже у тех ребят, которые в силу ряда причин не имеют ярко выраженных лидерских способностей.

**Адресат программы** – обучающиеся 11-14 лет.

**Сроки реализации программы: 68 часов.**

**Принцип набора в объединение** – свободный.

#### **Цели и задачи программы**

**Целью программы** является создание условий для формирования нравственных и коммуникативных качеств личности, через выражение способствующей самореализации личности обучающегося;

В процессе реализации данной программы должны быть решены следующие **задачи:**

#### **Образовательные:**

- знакомство с интерактивными методами обучения, современными социальными технологиями;
- обучение методикам проведения досуговых мероприятий творческой направленности;
- обучение основам работы с различными видами информации;

#### **Развивающие:**

- способствовать формированию первичных творческих умений и навыков;
- способствовать развитию умений представлять материал с помощью средств самовыражения и выступления;

- способствовать развитию коммуникативных качеств, умений работать в команде;
- способствовать формированию сплоченного детского коллектива;
- привитие опыта и навыков для реализации собственных идей и проектов;
- способствовать развитию уверенности в себе, дискутировать и защищать свою точку зрения, выступать на публике;

***Воспитательные:***

- воспитание активной гражданской позиции, равнодушного отношения к жизни;
- воспитание толерантных качеств личности, милосердия, доброты, отзывчивости;
- содействие развитию системы совместной деятельности детей и взрослых;
- способствовать формированию у детей личностной ответственности за выполняемую работу.

**Планируемые результаты освоения программы:**

В результате изучения данного курса у обучающихся ДОЛЖНЫ быть достигнуты следующие результаты.

***Личностные результаты*** активное выражение своей гражданской позиции, равнодушного отношения к жизни;

- осуществление своей деятельности совместно со взрослыми;
- чувство личностной ответственности за выполняемую работу.

***Метапредметные результаты*** формирование первичных творческих умений и навыков;

- умение представлять материал с помощью средств самовыражения и выступления;
- развитие коммуникативных качеств, умений работать в команде;
- умение работать в коллективе;
- развитие уверенности в себе, умения дискутировать и защищать свою точку зрения, выступать на публике;

***Предметные результаты*** владение современными социальными технологиями;

- использование различных способов проведения досуговых мероприятий творческой направленности;
- умение работать с различными видами информации.

**Формы и режим занятий**

Занятия проходят 1 раз в неделю по 2 академических часа с 15 минутным перерывом.

Сроки реализации программы: Программа рассчитана на 64 часа.

**Формы контроля и подведения итогов**

Способом определения результативности реализации образовательной программы «Стиль жизни» служит мониторинг образовательного процесса детского объединения. Процедура мониторинга образовательного процесса

осуществляется в начале и конце курса на основе контрольных опросов, тестирования, педагогического наблюдения и диагностических методик определения уровня развития ключевых компетентностей.

### **УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН**

п/п	Название раздела, темы	Количество часов			Формы аттестации (контроля) по разделам
		Всего	Теоретических	Практических	
1	Вводное занятие.	2	1	1	анкетирование
2	Стрессы в жизни человека. Способы борьбы со стрессом.	4	2	2	Обсуждение результатов
3	Формирование у подростков высокого уровня самопрезентации.	8	2	6	Обсуждение результатов
4	Роль самооценки и саморегуляции в жизни человека.	8	4	4	Обсуждение результатов
5	Особенности вербальной и невербальной коммуникации. Общение: мимика, позы, жесты.	6	2	4	Обсуждение результатов
6	Грамота общения.	8	2	6	Обсуждение результатов
7	Развитие и укрепление чувства взрослости.	8	2	6	Обсуждение результатов
8	Проблемы отрочества как пубертатного периода развития.	12	4	8	Защита проектов
9	Работа на сцене (этика сцены, игровые технологии – игры с залом, в	12	2	10	

	помещении и др.)				
	Итого	68	21	47	

## **СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКОГО ПЛАНА.**

### **Тема 1. Вводное занятие.**

Теория. Ознакомление с программой работы курса.

Практика. Проводится социологический опрос «Кто ты?»

### **Тема 2. Стрессы в жизни человека. Способы борьбы со стрессом.**

Теория. Понятие «стресс». Стрессогенные ситуации. Способы борьбы со стрессом. Обида. Как справиться с плохим настроением.

Практика. Анкетирование «Ваше внутреннее состояние». Обработка результатов.

Проводится тренинг «Монолог с двойником» с применением элементов психодрамы.

Членами группы осуществляется подготовленный заранее тренинг хорошего настроения «Мимическая маска», в который включаются профилактические занятия - «Я в лучах солнца», «Оставь автограф», «В чем моя сила», «Мои достоинства», Мимическая маска».

### **Тема 3. Формирование у подростков высокого уровня самопрезентации.**

Теория. Ведется работа по формированию навыков самопрезентации, самовыражения, собственного «Я». Пути определения места самосознания в психологическом развитии подростка

Практика. Самооценка внешности, физическое «Я». Составляется рисунок «Первоначальный портрет группы». Обсуждаются правила и нормы группы, выявляется лидерская группа, проводится ролевая игра «Привет, индивидуальность».

### **Тема 4. Роль самооценки и саморегуляции в жизни человека.**

Теория. Изучаются факторы формирования самооценки с точки зрения психологов и педагогов, нормативные показатели уровня развития самосознания, основные показатели сформированности самооценки у подростков и юношей. Идет формирование интереса к самому себе и роли самооценки в жизни человека.

Практика. Творческая работа с учащимися по составлению портрета своей личности. Анализ результатов. Разминочное упражнение «Моя индивидуальность», профилактические игры «Творческая личность», «Будь собой, но в лучшем виде».

### **Тема 5. Особенности вербальной и невербальной коммуникации.**

**Общение: мимика, позы, жесты.**

Теория. Понятие вербальной и невербальной коммуникации.

Практика. Упражнения «Бессловесное общение», «Невербальный контакт».

### **Тема 6. Грамота общения.**

Теория. Рассматриваются понятие общения, формы, виды и методы общения, приемы коммуникативного общения, формируется психологическая

принципиальность по взаимоотношению со сверстниками, применяются эффективные приемы общения.

Практика. Подбор рифм на тему «Общение» или «Общайся». Применяются разминочные упражнения «Сбор рукопожатий», практические упражнения «Капуста», «Познай свое тело». Членами группы проводится тренинг «Атомы и молекулы» с применением форм коммуникативного общения.

### **Тема 7. Развитие и укрепление чувства взрослости.**

Теория. Изучение психологической и социальной характеристик оценки взрослости, понятия «самоопределение и самовыражение», принципы взросления. Беседа о ценности отрочества, развитии воли и чувства собственного достоинства.

Практика. Анкетирование «С кем или с чем тебе труднее всего расстаться». Обработка результатов. Игра «Отказ». Применяются профилактические занятия «Сова», «Тыква», «Паровозик». Релаксация. Тренинг, «Какой Я? Кто – это?» и ролевая игра «Доверительный круг».

### **Тема 8. Проблемы отрочества как пубертатного периода развития.**

Теория. Принципы развития мотивационной сферы, созревание организма, функциональные возможности и состояния, развитие моторной и речевой сферы.

Практика. Анкетирование по изучению личностных характеристик подростка с применением теста «Кеттела». Обработка результатов. Обсуждение.

Диагностика сформированности умений саморегуляции деятельности в раннем юношеском возрасте.

### **Тема 9. Работа на сцене (этика сцены, игровые технологии – игры с залом, в помещении и др.)**

Теория. Мастер-класс работы на сцене, с микрофоном.

Практика. Речевая гимнастика, упражнения на дыхание и т.п. Упражнение-тест «Умеете ли вы общаться по телефону».

#### **Учебно-методическое обеспечение программы**

Занятия проводятся в форме лекций, обсуждения и практических работ.

При работе с детьми в учебных группах используются различные **методы обучения:**

- обращение к прошлому или только что сформированному опыту обучающихся;
- открытое обсуждение новых знаний, в ходе которого непосредственно оказывается задействованной субъектная позиция обучающихся и, опосредованно, - их прежний опыт;
- решение проблемных задач и обсуждение проблемных ситуаций;
- дискуссия обучающихся, дебаты;
- игровая деятельность: ролевые и деловые игры;
- образовательное событие;
- учебно-исследовательская работа, проектная деятельность.

**Эффективные**

**условия:**

- важность самостоятельной деятельности, где подросток берет на себя приобретенное право проявлять инициативу решения какой-либо задачи и активно проводить это решение в жизнь;
- добровольность, когда в сознании подростка зарождалась идея иного, творческого решения известной задачи;
- значимость и ценность предстоящей деятельности для подростка;
- положительный микроклимат во всех пространствах взаимодействия;
- самостоятельное, сознательное принятие решения об изменении позиции от наблюдателя к активному участнику;
- ответная позитивная реакция окружающих на проявление инициативы и деятельности.

### **Методическое обеспечение**

Для успешного проведения занятий очень важна подготовка к ним, заключающаяся в планировании работы, подготовке материальной базы и самоподготовке педагога.

В процессе подготовки к занятиям продумывается вводная, основная и заключительная части занятий, отмечаются новые термины и понятия, которые следует разъяснить обучающимся, выделяется теоретический материал, намечается содержание представляемой информации.

подготавливаются наглядные примеры изготовления модели.

В конце занятия проходит обсуждение результатов и оценка проделанной работы.

### **Материально-технические условия реализации программы.**

Для проведения занятий необходимо достаточно просторное помещение, которое должно быть хорошо освещено и оборудовано необходимой мебелью: столы, стулья, шкафы.



## Список литературы

### для педагога:

1. Абабков В. А., Перре М. Адаптация к стрессу.- СПб., 2004.
2. Ананьев В.А. Легальные и нелегальные наркотики. Практическое руководство по проведению уроков профилактики среди подростков. В 2-х частях. СПб.: Институт практической психологии «ИМАТОН», 2000
3. Здоровье. Учебно-методическое пособие для учителей 1-11 классов/Под ред. В.Н. Касаткина, Л. А. Щеплягиной М., 2001.-435с.
4. Каменюкин А., Ковпак Д. Антистресс – тренинг.- СПб., 2004.
5. Колбанов В.В. Валеологический практикум: Учебное пособие для педагогов. СПб.: СПБАППО, 2005. 198
6. Митева И. Ю. Курс управления стрессом.- М., 2005
7. Обухова Л.А., Лемяскина Н.А. Тридцать уроков здоровья. – М.: Сфера, 2003
8. «Правильный выбор»: Программа формирования у старших подростков социальных установок на здоровый образ жизни /Составители: С.М. Чечельницкая, А.А. Михеева, Д.А. Шалаева, Ю.В. Величкина. М.: Фонд «Центр социального развития и информации», 2005. 112 с.
9. Смирнов Н. К. Здоровьесберегающие образовательные технологии и психология здоровья в школе/Н. К.Смирнов. - М. АРКТИ,2003.-270с.
10. Социальное служение (участие молодёжи в общественно полезной деятельности) Авт. Тетерский С. В., Решетников О. В. – Нижний Новгород, изд-во технологии», 2009. – 146 с.
11. Тетерский С. В., Ромашина Ю. В., Симонович В. Л. Я в команде. (Методика подготовки волонтеров «Равный – равному»): Методические рекомендации. – Нижний Новгород: Изд-во технологии», 2009. – 80 с.
12. Физкультурно-оздоровительные занятия для 9-11 классов школ, гимназий, лицеев: Нетрадиционные методы индивидуального оздоровления на уроках. - Казань, 2003 .

### Литература для обучающихся

1. Беттельгейм Бруно. Любим ли Я?
2. Бретт Д. Жила-была девочка, похожая на тебя... Психотерапевтические истории для детей. Класс. — М., 2007.
3. Без секрета всему свету... М.: Научно-методический центр «Диагностика. Адаптация. Развитие» им. Л.С. Выготского, 2000. 124 с. (Серия «Работающие программы», выпуск б).

### Календарный график программы «Стиль жизни»

№	дата	Тема занятия	Ко л- во час ов	Место проведения	Форм а занят ия	Форма конт роля
1		Вводное занятие (в том числе техника безопасности). Ознакомление с программой работы курса.	1	Кабинет каворкинга	традицио нная	Опрос
2		Социологический опрос «Кто ты?»	1	Кабинет каворкинга	традицио нная	Опрос, беседа
3		Стрессы в жизни человека.	1	Кабинет каворкинга	практика	Опрос, беседа
4		Анкетирование «Ваше внутреннее состояние».	1	Кабинет каворкинга	практика	Опрос, беседа
5		Способы борьбы со стрессом.	1	Кабинет каворкинга	традицио нная	Опрос, беседа
6		Обида. Как справиться с плохим настроением.	2	Кабинет каворкинга	практика	Беседа, представ ление мини- проекта
7		Формирование у подростков высокого уровня самопрезентации.	1	Кабинет каворкинга	практика	Беседа, представле ние мини- проекта
8		Пути определения места самосознания в психологическом развитии подростка	1	Кабинет каворкинга	Традици онная	Опрос, беседа
9		Самооценка внешности, физическое «Я».	2	Кабинет каворкинга	практика	Опрос, беседа
10		Рисунок «Первоначальный портрет группы».	1	Кабинет каворкинга	практика	Беседа, представление мини- проекта
11		Правила и нормы группы.	1	Кабинет каворкинга	практика	Беседа, представление мини- проекта
12		Игра «Привет, индивидуальность».	1	Кабинет каворкинга	тест	Опрос, беседа
13		Роль самооценки и саморегуляции в жизни человека.	1	Кабинет каворкинга	практика	Опрос, беседа, представление мини- проекта

14	Факторы формирования самооценки с точки зрения психологов.	1	Кабинет каворкинга	практика	Представление мини-проекта
15	Основные показатели сформированности самооценки у подростков и юношей.	1	Кабинет каворкинга	практика	Опрос, беседа
16	Формирование интереса к самому себе и роли самооценки в жизни человека.	2	Кабинет каворкинга	традиционная	Опрос, беседа
17	Творческая работа с учащимися по составлению портрета своей личности.	1	Кабинет каворкинга	практика	Опрос, беседа, представление мини-проекта
18	Упражнение «Моя индивидуальность»	1	Кабинет каворкинга	практика	Беседа, представление мини-проекта
19	Профилактические игра «Творческая личность».	1	Кабинет каворкинга	практика	Опрос, беседа, представление мини-проекта
20	«Будь собой, но в лучшем виде».	1	Кабинет каворкинга	практика	Опрос, беседа, представление мини-проекта
21	Особенности вербальной и невербальной коммуникации. Общение: мимика, позы, жесты.	1	Кабинет каворкинга	практика	Опрос, беседа, представление мини-проекта
22	Понятие вербальной и невербальной коммуникации.	1	Кабинет каворкинга	традиционная	Опрос, беседа, мини-проект
23	Упражнения «Бессловесное общение».	1	Кабинет каворкинга	практика	Опрос, беседа, мини-проект
24	Упражнения «Невербальный контакт».	1	Кабинет каворкинга	практика	Опрос, беседа, мини-проект
25	Грамота общения.	1	Кабинет каворкинга	практика	Опрос, беседа, мини-проект
26	Понятие общения, формы, виды и методы общения.	2	Кабинет каворкинга	традиционная	Опрос, беседа, мини-проект
27	Психологическая принципиальность по взаимоотношению со сверстниками.	1	Кабинет каворкинга	практика	Опрос, беседа, мини-проект
28	Подбор рифм на тему «Общение» или «Общайся».	1	Кабинет каворкинга	практика	Опрос, беседа, мини-проект
29	Упражнение «Сбор	1	Кабинет каворкинга	практика	Опрос, беседа, представление

		рукопожатий».				мини- проекта
30		Упражнение «Капуста».	1	Кабинет каворкинга	практика	Опрос, беседа, представление мини- проекта
31		Упражнение «Познай свое тело».	1	Кабинет каворкинга	традиционная	Опрос, беседа, мини-проект
32		Тренинг «Атомы и молекулы».	1	Кабинет каворкинга	практика	Оценка педагога
33		Развитие и укрепление чувства взрослости.	1	Кабинет каворкинга	практика	Оценка педагога
34		Беседа о ценности отрочества, развитии воли и чувства собственного достоинства.	1	Кабинет каворкинга	практика	Оценка педагога
35		Анкетирование «С кем или с чем тебе труднее всего расстаться».	1	Кабинет каворкинга	практика	Оценка педагога
36		Профилактические занятия «Сова».	1	Кабинет каворкинга	практика	Оценка педагога
37		Профилактические занятия «Тыква».	1	Кабинет каворкинга	практика	Оценка педагога
38		Профилактические занятия «Паровозик».	1	Кабинет каворкинга	практика	Оценка педагога
39		Тренинг, «Какой Я? Кто – это?».	1	Кабинет каворкинга	практика	Оценка педагога
40		Ролевая игра «Доверительный круг».	1	Кабинет каворкинга	практика	Оценка педагога
41		Проблемы отрочества как пубертатного периода развития.	1	Кабинет каворкинга	практика	Оценка педагога
42		Принципы развития мотивационной сферы.	1	Кабинет каворкинга	практика	Оценка педагога
43		Созревание организма.	1	Кабинет каворкинга	практика	Оценка педагога
44		Функциональные возможности и состояния, развитие моторной и речевой сферы.	1	Кабинет каворкинга	практика	Оценка педагога
45		Развитие и формирование личности.	1	Кабинет каворкинга	практика	Оценка педагога
46		Важность самостоятельной деятельности.	1	Кабинет каворкинга	практика	Оценка педагога
47		Положительный микроклимат во всех пространствах взаимодействия.	1	Кабинет каворкинга	практика	Оценка педагога
48		Профилактические занятия	1	Кабинет каворкинга	практика	Оценка педагога

49		Ролевая игра «Кеттела».	1	Кабинет каворкинга	практика	Оценка педагога
50		Анкетирование по изучению личностных характеристик подростка с применением теста.	1	Кабинет каворкинга	практика	Оценка педагога
51		Диагностика сформированности умений саморегуляции деятельности в раннем юношеском возрасте.	1	Кабинет каворкинга	практика	Оценка педагога
52		Анализ результатов.	1	Кабинет каворкинга	практика	Оценка педагога
53		Работа на сцене.	1	Кабинет каворкинга	практика	Оценка педагога
54		Мастер-класс работы на сцене	1	Кабинет каворкинга	практика	Оценка педагога
55		Мастер-класс работы на сцене с микрофоном.	1	Кабинет каворкинга	практика	Оценка педагога
56		Упражнения на дыхание.	1	Кабинет каворкинга	практика	Оценка педагога
57		Этика сцены.	1	Кабинет каворкинга	практика	Оценка педагога
58		Игровые технологии – игры с залом.	1	Кабинет каворкинга	практика	Оценка педагога
59		Игровые технологии-работа с партнером по сцене.	1	Кабинет каворкинга	практика	Оценка педагога
60		Монолог.	1	Кабинет каворкинга	практика	Оценка педагога
61		Постановка спектакля.	1	Кабинет каворкинга	практика	Оценка педагога
62		Речевая гимнастика.	1	Кабинет каворкинга	практика	Оценка педагога
63		Упражнение-тест «Умеете ли вы общаться по телефону».	1	Кабинет каворкинга	практика	Оценка педагога
64		Анализ тестирования.	1	Кабинет каворкинга	практика	Оценка педагога
		<b>ИТОГО</b>	<b>68</b>			

**Диагностический материал**

Оценивание достижений обучающихся в процессе освоения дополнительных общеобразовательных программ социально – педагогической направленности.

Методика определения уровня развития компетентностей по результатам реализации программы разработана на основе методики «Восемь уровней компетенций и критерии их оценки» Сергеев И.С., Блинов В.И.

Как реализовать компетентностный подход на уроке и во внеурочной деятельности: Практическое пособие. \_\_\_\_\_2е изд., испр. и доп. \_\_М..АРКТИ,2009. \_\_\_\_\_132с.

(школьное образование)

<b>Ключевые и Специальные компетентности</b>	<b>Специальные компетентности в области образовательной социально-педагогической направленности</b>	<b>Познавательная компетентность</b>	<b>Информационная компетентность</b>	<b>Социальная и гражданская компетентность, организаторская компетентность</b>	<b>Социальная и гражданская компетентность, коммуникативная компетентность</b>
1	2	3	4	5	6
<b>1 уровень</b>	По памяти воспроизводить знания общеобразовательного характера. Использовать базовые умения для выполнения простых задач «Новичок в деятельности»	Принимать внешнее руководство при обучении (принимать, что тебя обучают)	Воспроизводить основные идеи информации	Осуществлять задания под непосредственным контролем/руководством и демонстрировать эффективность в простых и стабильных контекстах	Реагировать на простые письменные и устные сообщения

<p><b>2 уровень</b></p>	<p>Воспроизводить и понимать базовые знания в какой-либо области, диапазон знаний ограничен фактами и базовыми идеями Использовать умения и ключевые компетенции для выполнения задач, когда действия регламентированы, четкими правилами, описывающими процедуры и стратегии. Выбирать и использовать базовые методы, Инструменты и материалы. Осуществляет</p>	<p>Искать руководство при обучении</p>	<p>Соотносить информацию с источником (т.е. знание того, где соответствующая информация может находиться)</p>	<p>Брать на себя ограниченную ответственность за совершенствование деятельности (трудовой или учебной) в простых и стабильных контекстах и в рамках привычных и однородных групп</p>	<p>Реагировать на простые, но подробные письменные и устные сообщения</p>
-----------------------------	--	--	---	--	---

	деятельность на репродуктивном уровне.				
<b>3 уровень</b>	<p>Применять знания в какой-либо области, используя процедуры, техники, материалы, инструменты, оборудование, технологии и некоторые теоретические понятия.</p> <p>Использовать диапазон умений в конкретной области для выполнения задач и демонстрировать личную интерпретацию посредством отбора и</p>	<p>Брать на себя ответственность за собственное обучение</p>	<p>Комментировать информацию (т.е. соотносить нормативы с реальными событиями)</p>	<p>Брать на себя ответственность за выполнение задач и демонстрировать самостоятельность в трудовой деятельности и обучении в рамках контекстов, которые, как правила, стабильны, но включают изменяющиеся факторы.</p>	<p>Создавать(или реагировать на) подробные письменные и устные сообщения. Брать ответственность за собственное понимание и поведение</p>



	адаптации методов, инструментов и материалов. Осуществляет деятельность на эвристическом уровне.				
<b>4 уровень</b>	Использовать широкий диапазон практических и теоретических знаний в какой-либо области Разрабатывать стратегические подходы к задачам, возникающим в процессе трудовой или учебной деятельности, путем применения специальных	Демонстрировать самоуправляемое обучение. Осуществлять контроль за стандартной трудовой деятельностью других и брать ответственность за обучение других	Выявлять проблемы и противоречия в информации	Управлять ( под руководством) собственной трудовой или учебной деятельностью, контексты которой, как правило, предсказуемы, и имеется множество факторов, приводящих к изменениям, а также есть взаимосвязанные факторы. Формировать предположения относительно улучшения результатов.	Создавать(и отвечать на ) подробные письменные и устные сообщения. Брать ответственность за собственное понимание и поведение.

	<p>знаний и использования экспертных информационных ресурсов. Оценивать результаты эффективности использованного стратегического подхода. Осуществляет деятельность на уровне «уверенного пользователя».</p>				
<b>5 уровень</b>	<p>Использовать широкий диапазон теоретических и практических знаний, которые являются специальной областью в рамках какой – либо более</p>	<p>Оценивать собственное обучение и определять потребности в обучении, необходимые для продолжения обучения.</p>	<p>Уточнять смысл отдельных понятий и терминов</p>	<p>Самостоятельно управлять проектами, требующими решения проблем, где существует множество факторов, часть из которых взаимосвязаны и приводят к непредсказуемым изменениям. Демонстрировать</p>	<p>Сообщать идеи равным по статусу, руководителям и клиентам хорошо структурированным способом, логично, используя количественную и качественную информацию</p>

	<p>широкой области, и демонстрировать понимание ограниченности базы знаний. Разрабатывать стратегические и творческие подходы при исследовании решений четко определенных конкретных и абстрактных проблем. Демонстрировать перенос теоретических и практических знаний при выработке решений проблем. Осуществляет деятельность на уровне « продвинутого</p>			<p>творческий подход при разработке проектов. Управлять людьми и оценивать собственную деятельность и деятельность других. Обучать других и развивать деятельность команды</p>	
--	---	--	--	--	--

	пользователя»				
<b>6 уровень</b>	Использовать глубокие теоретические и практические знания в конкретной области. Часть этих знаний находится на передовом рубеже данной области и требует критического осмысления теорий и принципов. Демонстрировать владения методами и инструментами в сложной и специализированной области и инновационный подход в использовании	Последовательно оценивать собственные обучения и определять потребность в обучении	Объяснять применение отдельных понятий и терминов в практических ситуациях	Демонстрировать способности в области управления (менеджмента) разработками, ресурсами и командами в трудовых и учебных контекстах, являющихся непредсказуемыми и требующими решения комплексных проблем, с множественными взаимосвязанными факторами. Демонстрировать творческий подход при разработке проектов и инициативу в процессах управления, включающих обучение других в целях совершенствования работы в команде	Сообщать идеи, проблемы и решения как специалистам, так и неспециалистам, используя диапазон качественной и количественной информации. Выражать комплексное внутреннее личностное понимание мира, демонстрируя солидарность с другими

	методов Разрабатывать и обосновывать аргументы для решения проблем. Осуществляет деятельность на творческом уровне				
<b>7 уровень</b>	Использовать специальные теоретические и практические знания, часть из которых находится на передовом рубеже данной области. Демонстрировать понимания наличия вопросов, связанных со знанием в данной области и на стыке разных областей Формировать	Демонстрировать самостоятельность в управлении обучением и высокую степень понимания процессов обучения	Извлекать и анализировать информацию из различных источников	Демонстрировать лидерство и инновационный подход в трудовой и учебной деятельности, которая является незнакомой, сложной и непредсказуемой и требует решения проблем, связанных с множественными взаимосвязанными факторами Оценивать стратегическую деятельность команд	Представлять результаты, методы проектов и их обоснования специалистом и неспециалистов, используя соответствующие техники. Изучать и осмысливать социальные нормы и воздействовать на их изменения

	<p>диагностические решения проблем, основанные на исследованиях, путем интеграции знаний или междисциплинарных областей и выносить суждения на основе неполной или ограниченной информации</p> <p>Осуществляет деятельность на допрофессиональном уровне.</p>				
<b>8 уровень</b>	<p>Использовать специальные знания для критического анализа, оценки и синтеза новых сложных идей, которые</p>	<p>Демонстрировать способность устойчивого интереса разработке новых идей или процессов и высокий</p>	<p>Навыки управления информацией</p>	<p>Демонстрировать значительные лидерские качества, инновационность и самостоятельность в трудовой и учебной деятельности в новых контекстах, требующих</p>	<p>Авторитетно общаться в рамках критического диалога с равными по статусу специалистами изучать и осмысливать социальные нормы и</p>

	<p>находятся на передовом рубеже данной области. Расширять или переосмысливать существующее знание и / или профессиональную практику в рамках конкретной области или на стыке областей. Осуществлять учебно-исследовательскую деятельность, разрабатывать, реализовывать и адаптировать проекты, ведущие к получению нового знания и новых решений. Осуществляет деятельность на уровне эксперта</p>	<p>уровень понимания процессов обучения</p>		<p>решения проблем, связанных с множественными взаимосвязанными факторами</p>	<p>взаимоотношения и быть лидером в их изменении</p>
--	--	---	--	---	--

	области художественно- эстетического творчества.				
--	---	--	--	--	--



### **Тест «Диагностика лидерских способностей»**

**(Е.Жариков, Е.Крушельницкий)**

Представленная методика позволяет оценить способность человека быть лидером.

Инструкция к тесту: Вам предлагается 50 высказываний, на которые требуется дать ответ «да» или «нет». Среднего значения в ответах не предусмотрено. Долго не задумывайтесь над высказываниями. Если сомневаетесь, все-таки сделайте отметку на «+» или «-» («а» или «б») в пользу того альтернативного ответа, к которому вы больше всего склоняетесь.

#### **Тестовый материал:**

1. Часто ли вы бываете в центре внимания окружающих?
  - a. да;
  - b. нет.
2. Считаете ли вы, что многие из окружающих вас людей занимают более высокое положение по службе, чем вы?
  - a. да;
  - b. нет.
3. Находясь на собрании людей, равных вам по служебному положению, испытываете ли вы желание не высказывать своего мнения, даже когда это необходимо?
  - a. да;
  - b. нет.
4. Когда вы были ребенком, нравилось ли вам быть лидером среди сверстников?
  - a. да;
  - b. нет.
5. Испытываете ли вы удовольствие, когда вам удается убедить кого-то в чем-либо?
  - a. да;
  - b. нет.
6. Случается ли, что вас называют нерешительным человеком?
  - a. да;
  - b. нет.
7. Согласны ли вы с утверждением: «Все самое полезное в мире есть результат деятельности небольшого числа выдающихся людей»?
  - a. да;
  - b. нет.
8. Испытываете ли вы настоятельную необходимость в советчике, который мог бы направить вашу профессиональную активность?
  - a. да;
  - b. нет.
9. Теряли ли вы иногда хладнокровие в разговоре с людьми?

- a. да;  
b. нет.
10. Доставляет ли вам удовольствие видеть, что окружающие побаиваются вас?  
a. да;  
b. нет.
11. Стараетесь ли вы занимать за столом (на собрании, в компании и т. п.) такое место, которое позволяло бы вам быть в центре внимания и контролировать ситуацию?  
a. да;  
b. нет.
12. Считаете ли вы, что производите на людей внушительное (импозантное) впечатление?  
a. да;  
b. нет.
13. Считаете ли вы себя мечтателем?  
a. да;  
b. нет.
14. Теряетесь ли вы, если люди, окружающие вас, выражают несогласие с вами?  
a. да;  
b. нет.
15. Случалось ли вам по личной инициативе заниматься организацией трудовых, спортивных и других команд и коллективов?  
a. да;  
b. нет.
16. Если то, что вы наметили, не дало ожидаемых результатов, то вы:  
a. будете рады, если ответственность за это дело возложат на кого-нибудь другого;  
b. возьмете на себя ответственность и сами доведете дело до конца.
17. Какое из двух мнений вам ближе?  
a. настоящий руководитель должен сам делать то дело, которым он руководит, и лично участвовать в нем;  
b. настоящий руководитель должен только уметь руководить другими и не обязательно делать дело сам.
18. С кем вы предпочитаете работать?  
a. с покорными людьми;  
b. с независимыми и самостоятельными людьми.
19. Стараетесь ли вы избегать острых дискуссий?  
a. да;  
b. нет.
20. Когда вы были ребенком, часто ли вы сталкивались с властностью вашего отца?  
a. да;

в. нет.

21. Умеете ли вы в дискуссии на профессиональную тему привлечь на свою сторону тех, кто раньше был с вами не согласен?

а. да;

в. нет.

22. Представьте себе такую сцену: во время прогулки с друзьями по лесу вы потеряли дорогу. Приближается вечер и нужно принимать решение. Как вы поступите?

а. предоставите принятие решения наиболее компетентному из вас;

в. просто не будете ничего делать, рассчитывая на других.

23. Есть такая пословица: «Лучше быть первым в деревне, чем последним в городе». Справедлива ли она?

а. да;

в. нет.

24. Считаете ли вы себя человеком, оказывающим влияние на других?

а. да;

в. нет.

25. Может ли неудача в проявлении инициативы заставить вас больше никогда этого не делать?

а. да;

в. нет.

26. Кто, с вашей точки зрения, истинный лидер?

а. самый компетентный человек;

в. тот, у кого самый сильный характер.

27. Всегда ли вы стараетесь понять и по достоинству оценить людей?

а. да;

в. нет.

28. Уважаете ли вы дисциплину?

а. да;

в. нет.

29. Какой из следующих двух руководителей для вас предпочтительнее?

а. тот, который все решает сам;

в. тот, который всегда советуется и прислушивается к мнениям других.

30. Какой из следующих стилей руководства, по вашему мнению, наилучший для работы учреждения того типа, в котором вы работаете?

а. коллегиальный;

в. авторитарный.

31. Часто ли у вас создается впечатление, что другие злоупотребляют вами?

а. да;

в. нет.

32. Какой из следующих портретов больше напоминает вас?

а. человек с громким голосом, выразительными жестами, за словом в карман не полезет;

в. человек со спокойным, тихим голосом, сдержанный, задумчивый.

33. Как вы поведете себя на собрании и совещании, если считаете свое мнение единственно правильным, но остальные с вами не согласны?
- a. промолчите;
  - b. будете отстаивать свое мнение.
34. Подчиняете ли вы свои интересы и поведение других людей делу, которым занимаетесь?
- a. да;
  - b. нет.
35. Возникает ли у вас чувство тревоги, если на вас возложена ответственность за какое-либо важное дело?
- a. да;
  - b. нет.
36. Что бы вы предпочли?
- a. работать под руководством хорошего человека;
  - b. работать самостоятельно, без руководителей.
37. Как вы относитесь к утверждению: «Для того чтобы семейная жизнь была хорошей, необходимо, чтобы решение в семье принимал один из супругов?»
- a. согласен;
  - b. не согласен.
38. Случалось ли вам покупать что-либо под влиянием мнения других людей, а не исходя из собственной потребности?
- a. да;
  - b. нет.
39. Считаете ли вы свои организаторские способности хорошими?
- a. да;
  - b. нет.
40. Как вы ведете себя, столкнувшись с трудностями?
- a. опускаете руки;
  - b. появляется сильное желание их преодолеть.
41. Упрекаете ли вы людей людям, если они этого заслуживают?
- a. да;
  - b. нет.
42. Считаете ли вы, что ваша нервная система способна выдержать жизненные нагрузки?
- a. да;
  - b. нет.
43. Как вы поступите, если вам предложат реорганизовать ваше учреждение или организацию?
- a. введу нужные изменения немедленно;
  - b. не буду торопиться и сначала все тщательно обдумаю.
44. Сумете ли вы прервать слишком болтливого собеседника, если это необходимо?
- a. да;
  - b. нет.

45. Согласны ли вы с утверждением: «Для того чтобы быть счастливым, надожить незаметно»?
- а. да;
  - б. нет.
46. Считаете ли вы, что каждый человек должен сделать что-либо выдающееся?
- а. да;
  - б. нет.
47. Кем бы вы предпочли стать?
- а. художником, поэтом, композитором, ученым;
  - б. выдающимся руководителем, политическим деятелем.
48. Какую музыку вам приятнее слушать?
- а. могучую и торжественную;
  - б. тихую и лирическую.
49. Испытываете ли вы волнение, ожидая встречи с важными и известными людьми?
- а. да;
  - б. нет.
50. Часто ли вы встречали людей с более сильной волей, чем ваша?
- а. да;
  - б. нет.

### **Ключ к тесту:**

Сумма баллов за ваши ответы подсчитывается с помощью ключа к опроснику.

Ключ: 1а, 2а, 3б, 4а, 5а, 6б, 7а, 8б, 9б, 10а, 11а, 12а, 13б, 14б, 15а, 16б, 17а, 18б, 19б, 20а, 21а, 22а, 23а, 24а, 25б, 26а, 27б, 28а, 29б, 30б, 31а, 32а, 33б, 34а, 35б, 36б, 37а, 38б, 39а, 40б, 41а, 42а, 43а, 44а, 45б, 46а, 47б, 48а, 49б, 50б.

За каждый ответ, совпадающий с ключевым, испытуемый получает один балл, в ином случае – 0 баллов.

### **Интерпретация результатов теста**

Если сумма баллов оказалась менее 25, то качества лидера выражены слабо.

Если сумма баллов в пределах от 26 до 35, то качества лидера выражены средне.

Если сумма баллов оказалась от 36 до 40, то лидерские качества выражены сильно.

Если сумма баллов более 40, то данный человек как лидер склонен к диктату.

## Игры на развитие коммуникационных, организационных, лидерских и творческих способностей обучающихся подросткового возраста

### *Игры на развитие коммуникационных способностей*

**«Аукцион идей».** Каждая группа «продает» свою идею, показывая значимость ее для ребят и окружающего их мира. В конце игры оценить причины успеха и неуспеха всех участников.

**«Хочу все знать».** Участникам дается список фактов, которые они должны выяснить в группе. Например: - сколько пуговиц всего на одежде членов группы, - общий рост в сантиметрах всех членов группы, - общий возраст в группе, - список хобби членов группы и т.д.

**«Интервью».** Двое участников садятся в центр круга и начинают диалог, в ходе которого должны постараться узнать как можно больше информации о партнере по определенной теме.

Сначала для участия в демонстрации приглашаются двое добровольцев. Им на руки даются карточки с тремя темами, на которые они должны «вывести» своего партнера. Темы у участников разные, для демонстрации – шуточные, например:

1 участник		2 участник
Ежик		Грибы
Самолет		Снег
Рубашка		Ботинки

Далее участники разбиваются по парам, где отрабатывают умение захватывать инициативу в разговоре, переводя партнеров в нужное русло коммуникации. Задача – делать это аккуратно, не вызывая подозрений в преднамеренности выхода на ту или иную тему...

1 участник		2 участник
Узнайте семейное положение		Уровень дохода
Хобби		Кто его начальник
Какую кухню предпочитает		Распорядок деловой жизни

В ходе группового анализа фиксируются:

- закономерности создания эмпатийного фона общения;
- необходимость обмена равнозначной информацией (и у меня тоже...)
- необходимость фиксации реальных жизненных и деловых интересов собеседника, вокруг которых он готов общаться...

### *Игры на развитие организационных способностей*

**«Буквы и цифры».** Группа делится на несколько подгрупп по 7-10 человек. Игрокам на время предлагается построить буквы и цифры, распределяя участников в определенном порядке. Задание усложняется по мере

продолжения игры. Например: О, 7, П, К. 2, Н, 5, Д. 6, Ш, 4, Ж. Лидеры проявляют себя как организаторы, "строители".

**«Составь организм».** Группа делится на подгруппы по 5-10 человек. Каждой группе предлагается построить какой-либо организм или механизм с работающими частями из всех членов группы. После 8-10 минут подготовки группы сходятся и демонстрируют свои механизмы. Другие группы пытаются отгадать, что это.

**«Семейная фотография».** Ребятам необходимо представить, что они все - большая семья, им необходимо сфотографироваться для семейного альбома. Сначала необходимо выбрать "фотографа", который будет всех рассаживать, и "дедушка", которому поручено помогать фотографу. Далее дети сами должны решить кому кем быть и где стоять. Ведущему (взрослому) будет очень интересно понаблюдать за распределением ролей, активностью-пассивностью детей в выборе месторасположения. Лидеры будут наиболее активны.

### ***Игры на развитие лидерских способностей***

**«Геометрические фигуры».** Для проведения игры нужна веревка, концы которой завязываются, образуя кольцо. Длина веревки зависит от количества участников игры. Ребята встают в круг и берутся двумя руками за веревку. Задание для группы :как можно быстрее с закрытыми глазами, не выпуская из рук веревки, построить геометрические фигуры : треугольник квадрат, звезду, шестиугольник и т.д. Сначала возникает пауза и полное бездействие ребят, затем кто-то из участников берет на себя инициативу, предлагает вариант решения поставленной задачи, руководя действиями. На том же принципе - обязательном проявлении лидера для осуществления совместной групповой деятельности построены и следующие диагностические игры.

**«Калейдоскоп».** Группа делится на подгруппы по 7-10 человек. Ведущий предлагает на время и качество выполнить несколько заданий (задание предъявляется непосредственно для выполнения):

- придумать и сказать одновременно хором какое-нибудь слово,
- по сигналу ведущего должно встать пол команды,
- игроки должны представить, что они являются экипажем космического межпланетного корабля, но для полета им необходимо очень быстро выбрать "капитана", "штурмана", "пассажиров" и "зайца",
- космический корабль прибыл на Марс, теперь экипажу необходимо поселиться в гостинице, а в ней только (для группы из 8 человек) один трехместный номер, два двухместных номера и один одноместный, необходимо распределиться, кто в каком номере будет жить.

**«Лидер».** Группа делится на подгруппы по 3-5 человек, каждой из них необходимо найти 10 определений, характеризующих, на их взгляд, лидера (можно заменять определения ассоциациями к этому слову). Далее каждая группа знакомит остальных со своим мнением. В ходе организованного общего обсуждения группа составляет портрет-характеристику лидера.

***Игры на развитие творческих способностей***

**«10 коротких советов».** В любом модном журнале есть страничка, где даются короткие советы, что делать в тех или иных ситуациях. Участникам игры предлагается придумать и записать советы, способные помочь людям в нестандартных ситуациях:

- ребёнок моет уши зубной пастой
- мама каждый день моет квартиру, передвигая мебель
- папа плачет над аргентинскими сериалами и т.д.

**«Эврика!».** Участникам игры предлагается попробовать открыть новый закон или вывести формулу, которая будет несколько необычной, но очень пригодится в жизни. Правила можно придумывать самые различные, например:

- как определить возраст соседской собаки
- как измерить вес грозовой тучи
- как рассчитать количество пчёл в улье.

**«Это хорошо, это плохо».** Участники сидящие в круге по очереди должны предлагать фразы, составляющие единый рассказ, но чередуя «это хорошо», «это плохо».

Например:

- Сегодня ясная погода.
- Сегодня ясная погода и это хорошо, потому что можно погулять.
- Можно погулять и это плохо, потому что останутся невыученными уроки.