Областное государственное автономное образовательное учреждение

ЦЕНТР ПСИХОЛОГО-МЕДИКО-СОЦИАЛЬНОГО

СОПРОВОЖДЕНИЯ

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

664022, г. Иркутск, ул. Пискунова-42; , т/факс 70-09-40

E-mail: [ogoucpmss@mail.ru](mailto:ogoucpmss@mail.ru); postinternat2013@mail.ru

**Профилактическая**

**психолого-педагогическая программа**

**«Путь к успеху»**

Михайлова Валентина Николаевна, Вайнштейн Ирина Владимировна,

Левина Людмила Михайловна,

ОГАОУ «Центр

психолого-медико-социального

сопровождения», г. Иркутск

На IV Всероссийский конкурс психолого-педагогических программ «Новые технологии для «Новой школы»

Оглавление

|  |  |
| --- | --- |
| Цели и задачи программы | 3 |
| Описание участников программы | 3 |
| Научные, методологические и методические основания программы | 3 |
| Обоснование необходимости реализации данной программы для достижения указанных целей и решения поставленных задач | 6 |
| Структура и содержание программы | 6 |
| Описание способов, которыми обеспечивается гарантия прав участников программы | 29 |
| Описание сфер ответственности, основных прав и обязанностей участников программы | 30 |
| Ресурсы, которые необходимы для эффективной реализации программы | 32 |
| Сроки и этапы реализации программы. | 32 |
| Ожидаемые результаты реализации программы | 33 |
| Система организации внутреннего контроля за реализацией программы | 33 |
| Описание используемых методик, технологий, инструментария со ссылкой на источники | 34 |
| Критерии оценки достижения планируемых результатов (качественные,  количественные) | 269 |
| Календарно-тематическое планирование к пилотному проекту «Дифференцированное обучение и воспитание детей с ограниченными возможностями развития» | 37 |
| Конспекты занятий | 69 |
| Сведения о практической апробации программы | 265 |
| Используемая литература | 271 |
| Приложение 1. Дидактический материал к разделу «Я и другие» | 274 |
| Приложение 2. Дидактический материал к разделу «Мир, в котором я живу» | 309 |
| Приложение 3. Дидактический материал к разделу «Здоровый образ жизни» | 320 |
| Приложение 4. Дидактический материал к разделу «Человек и общество» | 339 |
| Приложение 5. Дидактический материал к разделу «Я и закон» | 357 |
| Приложение 6. Дидактический материал к разделу «Я и мое будущее» | 366 |
| Приложение 7. Дидактический материал к разделу «Труд в моей жизни» | 407 |

**Профилактическая психолого-педагогическая программа**

**«Путь к успеху»**

Михайлова Валентина Николаевна, Вайнштейн Ирина Владимировна,

Левина Людмила Михайловна,

ОГАОУ «Центр

психолого-медико-социального

сопровождения», г. Иркутск

Национальная образовательная инициатива «Наша новая школа», Федеральная целевая программа развития образования на 2011-2015гг., Концепция модернизации российского образования на период до 2010 года, Концепция образования Иркутской области и Концепция реформирования системы интернатных учреждений Иркутской области позволяют выйти детским домам и школам-интернатам на новый этап развития, определить основные задачи успешной социализации воспитанников, создать условия для их решения.

Программа «Путь к успеху» даст возможность в образовательных учреждениях создать систему учебно-воспитательной работы на основе компетентностного подхода. Она является логическим продолжением деятельности специалистов учреждений по организации образовательного процесса и поможет воспитанникам в жизненном самоопределении, нравственном, гражданском и профессиональном становлении.

Программа сформирует у выпускников интернатных учреждений следующие ключевые компетенции: умения принимать самостоятельные решения, работать в команде, адаптироваться в социальной и профессиональной среде, принимать адекватные сложившейся ситуации решения и планировать свое будущее.

Основной **целью** программы «Путь к успеху»является подготовка воспитанников детских домов и школ-интернатов в самостоятельной жизни и деятельности.

**Задачи программы:**

- формирование личности, способной осознать себя, понимать других, планировать и реализовывать свои жизненные планы;

- развитие у воспитанников потребностей в созидательном труде, здоровом образе жизни, создании семьи;

- подготовка подростков к осознанному профессиональному самоопределению и трудовой деятельности;

- повышение социальной компетентности воспитанников.

Программа «Путь к успеху» разработана для воспитанников детских домов и школ-интернатов с 13 лет. Ее реализация рассчитана на 128-часовой курс, по 4 академических часа в неделю во внеучебное время. Продолжительность образовательного процесса – один год.

В реализации программы участвуют воспитатели, педагоги - психологи, социальные педагоги, методисты, педагоги дополнительного образования учреждений специального образования Иркутской области – Центров подготовки воспитанников к семейной жизни, Центров постинтернатной адаптации выпускников, Центров дифференцированного обучения и воспитания детей с ограниченными возможностями в развитии.

**Научные, методологические и методические основания программы.**

Современные социально-экономические условия, сложившиеся в России, неоднозначно сказываются на процессе вхождения в самостоятельную жизнь подрастающего поколения (С.А. Беличева, Г.М. Иващенко, М.М. Плоткин, Л.В. Мудрик, Д.И. Фельдштейн). В настоящее время лишь начинают складываться институты поддержки молодежи в ее взрослении (М.Н. Руткевич, В.П. Потапов, Л.С. Яковлев). Молодые люди, лишенные помощи семьи, зачастую оказываются в сложных житейских, бытовых, социальных обстоятельствах (В.В. Беляков, В.И. Брутман, О.В. Заводилкина, В.Ф. Кондратюшко, С.А. Левин, Н.В. Малярова, Н.Н. Юдицева).

Воспитание в интернатных условиях не обеспечивает в должной мере формирования необходимых в самостоятельной жизни личностных качеств, знаний и умений, что приводит к неуспешности выпускников в решении задач независимого жизнеустройства (И.В. Дубровина, И.А. Коробейников, B.C. Мухина, А.Г. Рузская, A.M. Прихожан, Н.Н. Толстых, В.А. Юницкий). По данным Российского детского фонда, в течение года после выхода из сиротских интернатов треть выпускников становится преступниками, пятая часть не имеет определенного места жительства, каждый десятый совершает самоубийство.

Методологической основой программы являются диалектические положения о единстве человека и социальной среды, культурно-историческая теория развития высших психических функций Л.С. Выготского, рассматривающая процесс становления личности как путь от социального к индивидуальному; психологические концепции личности, деятельности, общения (Л.И. Божович, А.Н. Леонтьев, А.В. Петровский, Д.Б. Эльконин); исследования, обосновывающие необходимость целенаправленной психолого-педагогической поддержки социально-эмоционального развития личности, в том числе и в условиях депривации (B.C. Мухина, A.M. Прихожан, Н.Н. Толстых, В.И. Слободчиков, Г.А. Цукерман и др.); исследования Л.С. Выготского, Б.В. Зейгарник, Г.М. Дульнева, В.И. Лубовского, В.Г. Петровой, Б.И. Пинского и др., описывающие подходы к формированию личности умственно отсталого ребенка в ходе его специального образования.

Общенаучный уровень методологии составляет системный подход; гуманистический подход, который предусматривает понимание и восприятие человека как ценности, создание условий для его свободного развития, деятельностный и комплексный подходы.

Конкретно научный уровень методологии: теория активизации самостоятельности (Т.И. Шамова); исследования рефлексии; теория психолого-педагогического взаимодействия; технология психолого-педагогической, социально-педагогической, педагогической поддержки воспитанника (О.С. Газман), технология индивидуального сопровождения выпускника Григорьева В.А., Кузьмичева М.Ю., Савина Ю.А.

Состояние воспитанников детских домов, стоящих на пороге выхода из учреждения, чаще всего характеризуется как растерянность перед самостоятельной жизнью. Дело в том, что, несмотря на наличие формального множества открывающихся перед ними перспектив, они испытывают значительные трудности в выборе дальнейших жизненных путей. Реализация данного выбора затруднена, прежде всего, отсутствием у этих детей близких людей, заинтересованных в их судьбе. Выпускник детского дома, школы-интерната находится чаще всего в состоянии психологического стресса. Объясняется это тем, что в учреждении позиция ребенка-сироты носит в значительной мере «объектный» характер, о нем заботятся, его обеспечивают всем необходимым. При выходе из учреждения характер позиции этого же ребенка нормативно становится «субъектным». Он сам должен обеспечить себе условия для нормальной жизнедеятельности. Иначе говоря, выпускнику детского дома фактически предстоит самостоятельно и впервые выстроить и организовать свое жизненное пространство, поскольку отсутствуют преемственность, опыт для подражания. Можно сказать, что выпускник на какое-то время оказывается «вытолкнутым» из учреждения и «не встроенным» в новую социальную структуру. В итоге перед ребенком-сиротой стоят две насущные задачи:

1)перейти на самостоятельное жизнеобеспечение;

2)выстроить границы своего нового жизненного пространства.

Анализ проблем выпускников детских домов показывает, что они являются следствием тех недостатков, которые до сих пор имеют место в деятельности интернатных учреждений. Это иждивенчество, непонимание материальной стороны жизни, вопросов собственности, экономики даже в сугубо личных масштабах; трудности в общении там, где оно свободно, произвольно, где требуется строить отношения; инфантилизм, замедленное самоопределение, незнание самого себя как личности, неспособность к сознательному выбору своей судьбы; перегруженность отрицательным опытом, негативными ценностями и образцами поведения и пр.

Основными факторами, препятствующими успешной социализации воспитанников детских домов и школ-интернатов являются:

1.Неопределенность их социального статуса. Дети-сироты лишены семьи, а после ухода из детского дома они лишаются и «принадлежности» к своему учреждению.

2. Здоровье воспитанников. Большинство детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей, имеют серьезные отклонения в состоянии здоровья и психического развития. Отставание в физическом и интеллектуальном развитии этих детей нередко осложняется нарушениями в эмоционально-волевой сфере и поведении.

3. Особенности психического развития. По мнению многих специалистов, особенности психического развития воспитанников детских домов, особенно в подростковом возрасте, проявляются в первую очередь в системе их взаимоотношений с окружающими людьми. Искажения в общении со взрослыми лишают детей-сирот важного для их психологического благополучия переживания своей значимости и ценности для других и одновременно переживания ценности другого человека, глубокой привязанности к нему.

4. Формирование личности. Большое значение для формирования личности воспитанников детского дома имеют стремления, желания, надежды, то есть отношение к своему будущему. Однако, как показывает практика, для них характерно жить сегодняшним днем, важны ближайшие конкретные планы, а не отдаленное будущее. Если же перспективные планы и намечаются, то они не заполнены реальным содержанием. Неуверенность в себе, низкая самооценка приводят к тому, что подростки – воспитанники детских домов не ориентированы на совершенствование своего образовательного уровня, на приобретение профессии, зачастую не знают, что для этого необходимо делать. Они рассчитывают на общество, государство и других попечителей. В результате у выпускников детских домов формируются боязнь внешнего мира, недоверие к нему.

5. Усвоение норм и ценностей. Чтобы молодой человек успешно вошел в жизнь, он должен знать и усвоить соответствующие нормы и ценности, иметь соответствующие навыки общения и стремиться войти в окружающий его внешний мир.

Дети, воспитывающиеся в детском доме и обучающиеся в общеобразовательной школе, как правило, учатся на «3» и «4», а 18% не успевают по многим предметам. Интерес к учению проявляют лишь 45% воспитанников. По мнению самих воспитанников, их учебе мешают лень, недостаток знаний за прошлые годы, а нередко и просто нежелание учиться. По окончании базовой школы продолжить обучение в школе, профессиональном училище или колледже желают до 90% воспитанников. В то же время свыше 9% респондентов не задумываются об этом. Большинство выпускников детских домов (60%) не считают уровень образования решающим фактором в жизни.

6. Уверенность в будущем. Доказано, что устремленность в будущее оказывает позитивное влияние на формирование личности растущего человека только тогда, когда у него есть чувство удовлетворенности настоящим. Как показывают исследования, с уверенностью и оптимизмом в будущее смотрят лишь 13,6% детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей. Примерно столько же испытывают страх перед будущим или пессимизм. Многие дети – воспитанники детских домов (73%) сомневаются в том, что их жизнь сложится благополучно.

Такое отношение детей-сирот к своему будущему во многом определяется взаимоотношениями подростка со значимыми для него людьми, их поддержкой и помощью. Понимая всю сложность положения выпускников детских домов и школ-интернатов, специалисты Областного государственного автономного образовательного учреждения для детей, нуждающихся в психолого-педагогической и медико-социальной помощи, «Центр психолого-медико-социального сопровождения» разработали программу «Путь к успеху» для подготовки детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей, к самостоятельной жизни.  Под уровнем готовности к самостоятельной жизни и деятельности выпускников детских домов необходимо понимать:

– социальную готовность (сформированность навыков межличностного общения, коллективной деятельности, социально-бытовой ориентации, организации самостоятельной жизни и деятельности, адаптация к своему социальному статусу);

– трудовую готовность (сформированность общих житейских умений и навыков, готовность к бытовому труду, труду в домашнем хозяйстве, профессиональное самоопределение, подготовка к будущей профессиональной деятельности);

– морально-волевую (психологическую) готовность (самооценка, чувство самоуважения, волевая организация личности, психологическая готовность к труду в условиях рынка);

– физическую готовность (формирование индивидуального стиля здорового образа жизни, отсутствие вредных привычек, развитие физических качеств, обеспечивающих успешную адаптацию к труду, различным видам деятельности).

**Обоснование необходимости реализации данной программы для достижения указанных целей и решения поставленных задач.**

Работа специалистов ОГАОУ ЦПМСС показала, что важным звеном в образовательном процессе является тесное сотрудничество педагога-психолога, социального педагога, педагога дополнительного образования и воспитателя Учреждения. Служба сопровождения при работе с воспитанниками Учреждения должна ставить перед собой общие цели и задачи, которые эффективнее достигаются при проведении интегрированных занятий. Достоинствами таких занятий являются их достаточный объем, регулярность, а также систематичность и целенаправленность.

**Основное содержание программы «Путь к успеху»**

(128 час.)

Раздел I. «Я и другие»

Цель и задачи курса. Правила групповой работы. Ожидания участников группы.

Представления о личности и ее ценностях. Разнообразие ресурсов личности. Мои ценности и ресурсы Собственная уникальность и уникальность другого человека. Безоценочное принятие своих качеств, и качеств других людей. Самооценка.

Социальные роли. Общение. Барьеры в общении. Манипуляции. Уверенное поведение. Конфликты и как им противостоять. Толерантность. Дружба. Взрослые и подростки.

Общее представление об эмоциях. Эмоции как способ выражения отношения к происходящему. Связь эмоциональной сферы и тела. Безоценочное принятие своих и чужих чувств и эмоций. Распознавание своего эмоционального состояния и состояния других. Стресс и стрессовые ситуации. Признаки стресса. Управление стрессовым состоянием. Навыки саморегуляции

Раздел II:«Мир, в котором я живу»

Взросление: представление о взрослении как балансе возможностей и ответственности. Актуализация личного опыта. Гендерные роли. Отношения с противоположным полом, выбор будущего партнера.

Семья. Опыт проживания в семье: осознание, принятие. Прошлое, настоящее, будущее.Роль семьи в жизни человека. Планирование будущей семейной жизни. Родственные отношения.

Понятие о браке. Нормы и правила (моральный кодекс), по которым живет семья. Трудности семейной жизни (размолвка, ревность, измена, развод). Способы преодоления трудностей. Секреты семейного счастья**.**

Раздел III: «Здоровый образ жизни»

Здоровье как ценность.

Причины и последствия вредных привычек (курение, алкоголь, наркотики).

Понятие, пути передачи, способы профилактики ВИЧ/СПИД. ВИЧ-инфицированные и общество.

Мужчина и женщина. Правила безопасного взаимодействия.

Экология и здоровье.

Раздел IV: «Человек и общество»

Понятие о самостоятельной жизни. Культура поведения и общения. Правила поведения в общественных местах.

Экономика и финансы. Заработная плата. Планирование расходов. Торговля и кредит. Правила поведения в магазине.

Средства и виды связи (почта, телеграф, телефон, мобильная связь). Виды почтовых отправлений (письма, бандероли, посылки, денежные переводы, телеграммы).

Назначение и виды медицинской помощи. Медицинские учреждения и их назначения.

Виды транспорта. Правила поведения в транспорте, правила дорожного движения.

Раздел V: «Я и закон»

Государство и право. Конституция РФ. Права и обязанности граждан РФ. Право: гражданское, гражданское процессуальное, жилищное, трудовое, семейное, уголовное, уголовное процессуальное, административное.

Структура Гражданского кодекса РФ. Защита имущественных и иных прав. Положения Жилищного кодекса РФ. Порядок получения жилой площади.

Трудовые права несовершеннолетних. Трудовая дисциплина.

Правовые основы семейно-брачных отношений.

Структура Уголовного кодекса РФ. Понятие, виды преступлений. Понятие, виды уголовных наказаний. Административные правонарушения.

Раздел VI: « Я и мое будущее»

Понятие, факторы и значения профессионального самоопределения. Самопознание. Самооценка. Классификация профессий. Труд в жизни и общества. Профессиональная деятельность. Секреты выбора профессии. «Хочу»: мотивы, потребности, склонности и интересы. «Могу»: возможности личности в профессиональной деятельности. «Надо»: социальные проблемы труда.

Разделение, содержание, характер, культура труда. Профессия, специальность, должность. Виды предприятий и форм собственности.

Роль общения в профессиональном становлении. Профессиональная карьера, критерий профессиональной компетентности.

Раздел VII: « Труд в моей жизни»

Основы ведения домашнего хозяйства. Мой дом и его обустройство. Интерьер, композиции, отделка интерьера. Виды и использование современных строительных материалов. Ремонт жилого помещения. Составление сметы расходов. Освещение. Украшение жилищ. Дизайн.

Цветоводство. Садовые и комнатные растения. Строение и размножение цветочно-декоративных культур. Оформление ландшафта.

Овощеводство. Растения открытого и защищенного грунта. Климатические, почвенные и биологические факторы произрастания различных культур. Особенности выращивания овощных и плодово-ягодных растений в Восточной Сибири. Сбор урожая и способы его хранения.

Основы рационального питания. Кухня, техника безопасности при работе на кухне. Технологии приготовления блюд. Особенности национальной кухни.

**Тематический план**

**программы «Путь к успеху»**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | **Для базовых учреждений по подготовке детей для проживания в семье** | | **Для базовых учреждений по постинтернатной адаптации выпускников** | | **Для базовых учреждений по дифференцированному обучению и воспитанию воспитанников с ограниченными возможностями** | |
| **№ п/п** | **Название блока** | **кол-во часов** | **Название блока** | **кол-во часов** | **Название блока** | **кол-во часов** |
| **1.** | Я и другие | 48 | Я и другие | 18 | Я и другие | 18 |
| **2.** | Мир, в котором я живу | 28 | Мир, в котором я живу | 16 | Мир, в котором я живу | 16 |
| **3.** | Здоровый образ жизни | 14 | Здоровый образ жизни | 14 | Здоровый образ жизни | 14 |
| **4.** | Человек и общество | 10 | Человек и общество | 18 | Человек и общество | 20 |
| **5.** | Я и закон | 8 | Я и закон | 16 | Я и закон | 8 |
| **6.** | Я и мое будущее | 12 | Я и мое будущее | 30 | Я и мое будущее | 10 |
| **7.** | Труд в моей жизни | 8 | Труд в моей жизни | 16 | Труд в моей жизни | 42 |
|  | Всего: | **128** |  | **128** |  | **128** |

**Учебно-тематическое планирование программы «Путь к успеху»**

**к пилотному проекту «Подготовка детей для проживания в семье»**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **№ п/п** | **Содержание** | **Кол-во час** | **Формы работы** |
|  | **I. Я и другие** | **48** |  |
| 1. | Цель и задачи курса. Правила групповой работы. Ожидания участников группы. | **2** | Упражнения:  «Как тебя звать», «Назови свое имя»,  «Назови свое имя-2», «Ласковое имя»,  «Имя и движение», «Хорошо или плохо» |
| 2. | Представления о личности и ее ценностях. Разнообразие ресурсов личности. Мои ценности и ресурсы. Собственная уникальность и уникальность другого человека. Безоценочное принятие своих качеств и качеств других людей. Самооценка. | **8** | Упражнения: «Рисование себя», «Доброта», «Ах, какой молодец-раз!», «Волшебная рука», «Роза и чертополох»,  «Никто не знает», «Чемодан в дорогу», «Волшебная лавка», «Мои ценности», «Загородный дом», «Волшебник», «Три желания», «Горячий стул»,  «Я особенный», «Напиши пожелание», «Розовый куст», «Портрет по памяти», «Ассоциации», «Зеркало», «Образ Я», «Автопортрет»  Дискуссия «Человек как ценность»  Коллаж «Кто я?»,  Творческие задания: «Я в будущем», «Я хороший» |
| 3. | Социальные роли. Общение. Барьеры в общении. Манипуляции. Уверенное поведение. | **8** | Беседа о способах общения. Беседа «Что такое манипуляции?» Дискуссия «Что значит – вести себя уверенно?»  Упражнения: «Броуновское движение», «Правила общения», «О чем говорят наши жесты», «Глаза в глаза», «Театр прикосновений», «Невербальный контакт», «Испуганный ежик», «Установление контакта», «Очередь», «Великий мастер», «Три портрета», «Геометрия уверенности», «Социальные роли», «Интервью», «Угадай-ка роль!», «Диалектика», «Парные роли», «Роль-атрибут», «Маски», «Лицедейство» (упражнение с гримом), «Автобус», «Найди пару», «Пустой стул», «Разговор», «Рассказ» |
| 4. | Дружба. Взрослые и подростки | **3** | Дискуссия о дружбе.  Упражнения: «Задержать дыхание», «Ассоциации», «Дружеская рука», «Ищу друга», «Образ взрослого» |
| 5. | Конфликты и как им противостоять. Толерантность. | **6** | Ассоциации «Конфликт», Дискуссия «Вражда или толерантность?»  Упражнения: «Однажды в созвездии Лебедя», «Испорченный телефон», «Конфликты»,  «Апельсины», «И тут вы ему говорите», «Паровозики», «Ах-Ха», «Архитектор- строитель»,«Пурга», «Создание чудовищ»  Игра «Аэропорт» |
| 6. | Общее представление об эмоциях. Эмоции как способ выражения отношения к происходящему.  Связь эмоциональной сферы и тела | **5** | Упражнения: «Передай маску», «На что похоже мое настроение», «Называем чувства», «Быстрые превращения», «Волки и овцы», «Карточки», «Фантом», «Звук-чувство», «Линии» |
| 7. | Безоценочное принятие своих и чужих чувств и эмоций. Распознавание своего эмоционального состояния и состояния других. Способы выражения эмоций. | **6** | Упражнения: «Нарисуй за минуту», «Шурум-Бурум», «Попугай», «Отгадай чувство», «Скульптура чувства», «Живые руки», «Маски», «Передаем чувства», «Цветок чувств», «Толкалки», «Датский бокс», «Бумажные мячики», «Изобрази свою злость (страх и т.д.)», «Слова гнева», «Морское царство» |
| 8. | Стресс и стрессовые ситуации. Признаки стресса. Управление стрессовым состоянием. Навыки саморегуляции | **10** | Задание «Стресс – это хорошо или плохо», Задание «Признаки стресса»  Мозговой штурм: «Какими способами помочь себе преодолеть стресс?»(копилка ценных советов)  Упражнения: «Коридор», «Я злюсь, когда…», «Вибрация», «Пресс», «Релаксация», «Тряпичная кукла и солдат**»,** «Насос и резиновая кукла», «Расслабление глаз»,  «Медленное дыхание», «Стабилизирующее дыхание»,  «Энергетизирующее дыхание», «Скрещенные руки», «Мысленный портрет», «Вещи, дарящие радость», «Медитация». Игра «Дрожащее желе» |
|  | **II. Мир, в котором я живу** | **28** |  |
| 1. | Взросление: представление о взрослении как балансе возможностей и ответственности. Актуализация личного опыта. | **2** | Беседа «Что значит быть взрослым?»  Задание «Взрослый или ребенок?»  Упражнения: «Ассоциации», «Счастливое событие» |
| 2. | Гендерные роли. Отношения с противоположным полом, выбор будущего партнера. | **10** | Дискуссия «Что такое любовь?»  Упражнения: «Два мира», «Что такое мальчик? Что такое девочка?», «Секреты», «Наши вопросы», «Два в одном», «Как другой человек», «Женщина в развитии», «Когда я вырасту», «Сиамские близнецы», «Доска объявлений», «Анкета с юмором», «Ценность», «Коллаж», «Кино про жизнь», «Открытки» |
| 3. | Семья. Опыт проживания в семье: осознание, принятие. Прошлое, настоящее, будущее.Роль семьи в жизни человека. Планирование будущей семейной жизни. Родственные отношения | **8** | Беседа «Семья – что это?»  Упражнения: «Тоннель», «Мои границы», «Старые фотографии», «Маленькая книжечка», «Линия времени», «Что нас делает семьей», «Зеркало», «Разговор через стекло», «Представление о своей будущей семье», «Моя семья сейчас и в будущем»  Рисунки: «Семейный портрет», «Генеалогическое древо».  Коллаж «Моя будущая семья» |
| 4. | Понятие о браке. Нормы и правила (моральный кодекс), по которым живет семья. Трудности семейной жизни (размолвка, ревность, измена, развод). Способы преодоления трудностей. Секреты семейного счастья**.** | **8** | Дискуссия «Зачем люди создают семью?»  Упражнения: «Семейки животных»,  «Поиграем в семью», «Связанные одной цепью», «Идеальная семья», «Жизнь идеальной семьи»,  «Сценки из жизни семьи», «семейное событие», «Скульптура семьи», «Маленький ребенок»  Игра «Магазин» |
|  | **III. Здоровый образ жизни** | **14** |  |
| 1. | Здоровье как ценность. Экология и здоровье | **2** | Беседа-диалог  Упражнения: «Делимся по признаку»  «Ромашка», «Клиника по пересадке органов»  «Конфликт ценностей» |
| 2. | Мужчина и женщина. | **2** | Упражнения: «Апельсин», «Что нам нравится?»  «Звезда Голливуда», «Знакомство», «Идеальное свидание»  «Слепой и поводырь», «Помоги принять решение» |
| 3. | Причины и последствия вредных привычек (курение, алкоголь, наркотики). | **6** | Упражнение «Незаметный предмет»  Дискуссия «Почему люди курят?»  Упражнения: «ЗА и ПРОТИВ»  «Банка с окурками», «Купи мечту»  Дискуссия «Как бросить курить и не начать заново»  Упражнения: «Ассоциации по алфавиту», «Зоопарк»  Упражнение-беседа «Алкоголь в нашей жизни»  Упражнения: «Последствия употребления алкоголя», «Разговор в ресторане», «Гимнастика», «Дерево проблем», «Игра» |
| 4. | ВИЧ/СПИД: мы знаем, как себя защитить | **2** | Игра «Живая диаграмма»  Упражнение «Игра с водой»  Теория ВИЧ (мини-лекция)  Упражнение «Разница между ВИЧ и СПИДом»  Как передается ВИЧ (мини-лекция)  Упражнения: «Жидкости организма человека», «5 секунд», «Оценка степени риска»  Что такое тест на ВИЧ (мини-лекция)  Упражнение «Письмо из больницы»  Игра «Сделай выбор» |
| 5. | Заключительное занятие | **2** | Упражнение «Те, кто»  Любимые упражнения (1-2 шт.)  Упражнения: «Клубочек», «Черный и большой стул», «Сбор чемоданов в дорогу»**,** «Свеча» |
|  | **IV. Человек и общество** | **10** |  |
| 1. | Введение. Знакомство с разделами программы | **1** | Беседа |
| 2. | Культура поведения и общения | **1** | Ролевая игра «Слабое звено»  Тест-игра «С тобой приятно общаться»  Сюжетно-ролевая игра «День рождения»  Игра «Обмен приветствиями» |
| 3. | Полезная экономика | **1** | Игра «Магазин счастья»  Экономическая игра «Бизнес-клуб»  Практические занятия: заполнение бланков, квитанций для оплаты коммунальных услуг. |
| 4. | Торговля | **2** | Игра «Купи-продай, «Мебельный магазин», «Книжный магазин», «Купи ягоды, фрукты», «Купи дом»  Экскурсии в магазин, на рынок |
| 5. | Средства связи | **1** | Игра «Телефонный разговор»  Экскурсия на почту  Практические занятия: заполнение всех видов бланков, квитанций почтовой связи |
| 6. | Здоровье и медицинская помощь | **1** | Экскурсии в поликлинику, аптеку.  Практическое занятие: оказание пострадавшему первой медицинской помощи |
| 7. | Транспорт | **2** | Игры: «Ты вышел на улицу», «Трамвайчик»  Экскурсии: городской транспорт», «Железнодорожный вокзал», «Аэропорт», «Автовокзал» |
| 8. | Итоговое занятие | **1** | Викторина |
|  | **V. Я и закон** | **8** |  |
| 1. | Государство и право. Конституция РФ. Система органов государственной власти и местного самоуправления в РФ. Права и обязанности человека в РФ. | 2 | Дискуссия «А как думаешь ты?» (Обсуждение ситуации);  Упражнение «Данетка»  Игра «Испорченный телефон»  Работа с казусами (решение задач с использованием дидактического материала в виде карточек с текстами казусов) |
| 2. | Гражданское право. Гражданское процессуальное право. Гражданский Кодекс РФ. Правоспособность и дееспособность несовершеннолетних.  Имущественные права и ответственность несовершеннолетних.  Защита гражданских прав несовершеннолетних.  Гражданский Процессуальный Кодекс. Виды гражданского судопроизводства. | 2 | Игра «Меню» (ответы на вопросы с использованием дидактического материала в виде карточек с извлечениями из законов РФ о право-, дееспособности);  Игра «Пирамида правовой активности»  Практическая работа: подготовка пакета документов для регистрации гражданина в качестве частного предпринимателя; заявления, обращения в суд, орган опеки и попечительства. |
| 3. | Жилищные права граждан РФ. Порядок получения жилой площади. Права несовершеннолетних членов семьи нанимателя жилого помещения. Распоряжение квартирой. Дополнительные гарантии прав на жилое помещение. | 2 | Конкурс-викторина «Жилье мое»  Практическая работа: составление договоров, заявлений  Задание «Ошибка» |
| 4. | Трудовое право. Положения Конституции РФ, Трудового Кодекса РФ о праве на труд и его реализации. Трудовые права несовершеннолетних. Защита трудовых прав работников.  Трудовая дисциплина. | 2 | Экскурсии: Центр занятости населения, отдел кадров предприятия  Ролевая игра «Устройство на работу»  Практические работы: оформление документов для предъявления в Центр занятости населения, при устройстве на работу  Упражнение «Выражаем свое мнение» |
| 5. | Семейное право.Семейный Кодекс РФ.  Правовые основы семейно-брачных отношений. Права ребенка. Права беременных и матерей. | 2 | Упражнение незаконченных предложений «Мои права»;  Диспут «Все начинается с семьи, все пробуждается с семьею…» (обсуждение фильма «Мачеха»)  Дискуссия по вопросам семейного права. |
| 6. | Уголовное право. Уголовный Кодекс РФ. Виды преступлений и уголовных наказаний. Освобождение от уголовной ответственности.  Уголовная ответственность несовершеннолетних. | 2 | Диспут «Преступление и наказание»  Пресс-конференция «Преступление и наказание»  Игра «Меню». |
| 7. | Административное право. Кодекс об административных правонарушениях РФ.  Административные правонарушения и взыскания.  Административная ответственность несовершеннолетних.  Права и обязанности правонарушителя.  Порядок и сроки обжалования постановления по делу об административном правонарушении. | 2 | Правовая игра «Знаете ли вы закон?»;  Практическая работа: памятки о видах административных взысканий  Ролевая игра «Управление транспортным средством водителем, находящимся в состоянии алкогольного опьянения», «Потребление наркотических веществ в общественном месте» (задержание, составление протокола об административном правонарушении) |
| 8. | Уголовное процессуальное право. Система судов РФ.  Уголовный процессуальный Кодекс РФ. Стадии и участники уголовного процесса. Порядок допроса несовершеннолетних.  Производство по уголовным делам в отношении несовершеннолетних. | 2 | Занятие-тренинг «Закон и мы»  Экскурсия «Знакомство с УВД»  Ролевая игра «В зале судебного заседания»  Практические занятия: создание памятки «Если у тебя возникли проблемы с правоохранительными органами». |
|  | **VI. Я и мое будущее** | **12** |  |
| 1. | Введение. Профессиональное самоопределение | 1 | Беседа  Упражнение «Допиши слово», «Лестница» |
| 2. | Моё место в мире профессий | 2 | Упражнение «Самооценка своих представлений о себе»  Игра «Алфавит»  Профориентационная игра «Коллаж достоинств»  Упражнение «Определение уровня самооценки»  «Ценности»  Тест «Каким ты выглядишь в глазах других»  Тест Дж. Голланда  Профориентационные игры: «Угадай профессию»  «Один день из жизни» |
| 3. | Секреты выбора профессии | 1 | Анкета «Ориентация»  Упражнение « 5 шагов» |
| 4. | Мотивы, потребности, склонности и интересы. Их роль в профессиональной деятельности («хочу») | 1 | Опросник Климова  Ориентировочная анкета  Игра «Поиск выгоды»  Упражнение «Кто есть кто» |
| 5. | Возможности личности в профессиональной деятельности («могу») | 2 | Ориентировочный тест  Тест «Темперамент»  Упражнение Презентация индивидуальности»  Тест «Как вы относитесь к своему времени?»  Тест «Ваш творческий потенциал»  Игра «Строительство своей жизни»  Творческое упражнение «Оформление витрин»  Упражнения: «Разведчик», «Поиск аналогов» |
| 6. | Социальные проблемы труда («надо») | 1 | Упражнение «Информированность»  Практическая работа «Классификация профессий на рынке труда Иркутской области» |
| 7. | Достижение жизненных целей и самовоспитание | 1 | Тест «Сила воли»  Характерологическая анкета  Игровой тренинг «Путешествие» |
| 8. | Общение и его роль в трудных жизненных ситуациях | 1 | Тест «Ваша коммуникабельность»  Тренинг эффективного общения |
| 9. | Моя профессиональная карьера | 1 | Практическая работа «Анализ профессионального плана» |
| 10. | Итоговое занятие «В добрый путь!» | 1 | Упражнения: «Без маски», «Сбор чемодана в дорогу» |
|  | **VII. Труд в моей жизни** | **8** |  |
| 1. | Мой дом. Интерьер жилища  Освещение. Украшение  дома. Дизайн  Характеристика и использование строительных материалов для ремонта дома  Ремонт в доме.  Составление сметы расходов | **2** | Беседа. Конструирование.  Встреча с дизайнером по интерьеру. Ролевая игра.  Экскурсия в магазин строительных материалов.  Практические мастерские. Мастер-класс. |
| 2. | Цветы в нашем доме.  Биологические основы цветоводства. Садовые и комнатные растения.  Строение и размножение цветочно-декоративных культур  Аранжировка букетов и цветочных композиций.  Оформление ландшафта. | **2** | Экскурсия в цветочный магазин. Беседа.  Практическая мастерская.  Встреча с флористом. Мастер-класс. Выставка-ярмарка.  Конструирование. Практические занятия. |
| 3. | Овощеводство.  Особенности выращивания овощных и плодово-ягодных растений в Восточной Сибири.  . Растения открытого и защищенного грунта.  Сбор урожая и способы его хранения. | **2** | Практические работы на пришкольном участке.  Экскурсии. Практическая мастерская.  Мастер-класс. Выставка-ярмарка. |
| 4. | Готовим сами.  Техника безопасности при кулинарных работах. Основы рационального питания.  Сервировка стола  Домашние заготовки.  Особенности и блюда национальной русской кухни. | **2** | Беседа. Организация встреч. Деловая игра.  Экскурсии.  Мастер – классы.  Практические занятия  Выставки-ярмарки. |
|  | **Итого:** | **128** |  |

**Учебно-тематическое планирование программы «Путь к успеху»**

**к пилотному проекту «Постинтернатная адаптация выпускников»**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **№ п/п** | **Содержание** | **Кол-во час** | **Формы работы** |
|  | **I. Я и другие** | **18** |  |
| 1. | Цель и задачи курса. Правила групповой работы. Ожидания участников группы. | **1** | Упражнения: «Как тебя звать», «Назови свое имя»,  «Назови свое имя-2», «Ласковое имя»,  «Имя и движение», «Хорошо или плохо» |
| 2. | Представления о личности и ее ценностях. Разнообразие ресурсов личности. Мои ценности и ресурсы Собственная уникальность и уникальность другого человека. Безоценочное принятие своих качеств и качеств других людей. Самооценка. | **3** | Упражнения: «Рисование себя», «Доброта», «Ах, какой молодец-раз!», «Волшебная рука», «Роза и чертополох», «Никто не знает», «Чемодан в дорогу», «Волшебная лавка», «Мои ценности», «Загородный дом», «Волшебник», «Три желания», «Горячий стул»,  «Я особенный», «Напиши пожелание», «Розовый куст», «Портрет по памяти», «Ассоциации», «Зеркало», «Образ Я», «Автопортрет»  Дискуссия «Человек как ценность»  Коллаж «Кто я?»,  Творческие задания: «Я в будущем», «Я хороший» |
| 3. | Социальные роли. Общение. Барьеры в общении. Манипуляции. Уверенное поведение. | **4** | Беседа о способах общения. Беседа «Что такое манипуляции?» Дискуссия «Что значит – вести себя уверенно?»  Упражнения:«Броуновское движение», «Правила общения», «О чем говорят наши жесты», «Глаза в глаза», «Театр прикосновений», «Невербальный контакт», «Испуганный ежик», «Установление контакта», «Очередь», «Великий мастер», «Три портрета», «Геометрия уверенности», «Социальные роли», «Интервью», «Угадай-ка роль!», «Диалектика», «Парные роли», «Роль-атрибут», «Маски», «Лицедейство» (упражнение с гримом), «Автобус», «Найди пару», «Пустой стул», «Разговор», «Рассказ» |
| 4. | Дружба. Взрослые и подростки | **2** | Дискуссия о дружбе.  Упражнения: «Задержать дыхание», «Ассоциации», «Дружеская рука», «Ищу друга», «Ты и Вы», «Образ взрослого» |
| 5. | Конфликты и как им противостоять. Толерантность. | **2** | Ассоциации «Конфликт», Дискуссия «Вражда или толерантность?»  Упражнения: «Однажды в созвездии Лебедя», «Испорченный телефон», «Конфликты»,  «Предрассудки»,«Защитная позиция», «Споры и обсуждения», «Язык жестов на экране», «Интонация», «На чьей вы стороне?», «Апельсины», «И тут вы ему говорите», «Паровозики», «Ах-Ха», «Архитектор- строитель»,«Пурга», «Мосты», «Остров в океане», «Создание чудовищ»  Игра «Аэропорт» |
| 6. | Общее представление об эмоциях. Эмоции как способ выражения отношения к происходящему.  Связь эмоциональной сферы и тела | **2** | Упражнения: «Передай маску», «На что похоже мое настроение», «Называем чувства», «Быстрые превращения», «Волки и овцы», «Карточки», «Фантом», «Звук-чувство», «Линии» |
| 7. | Безоценочное принятие своих и чужих чувств и эмоций. Распознавание своего эмоционального состояния и состояния других. Способы выражения эмоций | **2** | Упражнения: «Нарисуй за минуту», «Шурум-Бурум», «Попугай», «Отгадай чувство», «Скульптура чувства», «Живые руки», «Маски», «Передаем чувства», «Цветок чувств», «Толкалки», «Датский бокс», «Бумажные мячики», «Изобрази свою злость (страх и т.д.)», «Слова гнева», «Морское царство» |
| 8. | Стресс и стрессовые ситуации. Признаки стресса. Управление стрессовым состоянием. Навыки саморегуляции | **2** | Задание «Стресс – это хорошо или плохо», Задание «Признаки стресса»  Мозговой штурм: «Какими способами помочь себе преодолеть стресс?»  (копилка ценных советов)  Упражнения: «Коридор», «Я злюсь, когда…», «Вибрация», «Пресс», «Релаксация», «Тряпичная кукла и солдат», «Насос и резиновая кукла»,  «Расслабление глаз», «Медленное дыхание»,  «Стабилизирующее дыхание»,«Энергетизирующее дыхание», «Скрещенные руки», «Мысленный портрет», «Вещи, дарящие радость», «Медитация»  Игра «Дрожащее желе» |
|  | **II. Мир, в котором я живу** | **16** |  |
| 1. | Взросление: представление о взрослении как балансе возможностей и ответственности. Актуализация личного опыта. | **2** | Беседа «Что значит быть взрослым?»  Задание «Взрослый или ребенок?»  Упражнения: «Ассоциации», «Счастливое событие» |
| 2. | Гендерные роли. Отношения с противоположным полом, выбор будущего партнера. | **4** | Дискуссия «Что такое любовь?»  Упражнения: «Два мира», «Что такое мальчик? Что такое девочка?», «Секреты», «Наши вопросы», «Два в одном», «Как другой человек», «Женщина в развитии», «Когда я вырасту», «Сиамские близнецы»,  «Доска объявлений», «Анкета с юмором», «Ценность»,  «Коллаж», «Кино про жизнь», «Открытки» |
| 3. | Семья. Опыт проживания в семье: осознание, принятие. Прошлое, настоящее, будущее.Роль семьи в жизни человека. Планирование будущей семейной жизни. Родственные отношения | **6** | Беседа «Семья – что это?»  Упражнения: «Тоннель», «Мои границы», «Старые фотографии», «Маленькая книжечка», «Прошлое, настоящее, будущее», «Линиявремени», «Что нас делает семьей», «Семейные узы», «Зеркало», «Разговор через стекло», «Родня», «Лотерея», «Представление о своей будущей семье», «Моя семья сейчас и в будущем»  Рисунки: «Семейный портрет», «Генеалогическое древо».  Коллаж «Моя будущая семья» |
| 4. | Понятие о браке. Нормы и правила (моральный кодекс), по которым живет семья. Трудности семейной жизни (размолвка, ревность, измена, развод). Способы преодоления трудностей. Секреты семейного счастья**.** | **4** | Дискуссия «Зачем люди создают семью?»  Упражнения: «Семейки животных»,  «Поиграем в семью», «Связанные одной цепью», «Идеальная семья», «Жизнь идеальной семьи»,  «Сценки из жизни семьи», «семейное событие», «Скульптура семьи», «Маленький ребенок»  Игра «Магазин» |
|  | **III. Здоровый образ жизни** | **14** |  |
| 1. | Здоровье как ценность. Экология и здоровье. | 2 | Беседа-диалог  Упражнения: «Делимся по признаку», «Ромашка»  «Клиника по пересадке органов», «Конфликт ценностей» |
| 2. | Мужчина и женщина. | 2 | Упражнения: «Апельсин», «Что нам нравится?»  «Звезда Голливуда», «Знакомство», «Идеальное свидание», «Слепой и поводырь»  «Помоги принять решение» |
| 3. | Причины и последствия вредных привычек (курение, алкоголь, наркотики). | 6 | Упражнение «Незаметный предмет»  Дискуссия «Почему люди курят?»  Упражнения: «ЗА и ПРОТИВ», «Банка с окурками», «Купи мечту»  Дискуссия «Как бросить курить и не начать заново»  Упражнения: «Ассоциации по алфавиту», «Зоопарк»  Упражнение-беседа «Алкоголь в нашей жизни»  Упражнения: «Последствия употребления алкоголя», «Разговор в ресторане», «Гимнастика», «Дерево проблем», «Игра» |
| 4. | ВИЧ/СПИД: мы знаем, как себя защитить. | 2 | Игра «Живая диаграмма»  Упражнение «Игра с водой»  Теория ВИЧ (мини-лекция)  Упражнение «Разница между ВИЧ и СПИДом»  Как передается ВИЧ (мини-лекция)  Упражнения: «Жидкости организма человека», «5 секунд», «Оценка степени риска»  Что такое тест на ВИЧ (мини-лекция)  Упражнение «Письмо из больницы»  Игра «Сделай выбор» |
| 5. | Итоговое занятие | 2 | Упражнение «Те, кто»  Любимые упражнения (1-2 шт.)  Упражнения: «Клубочек», «Черный и большой стул», «Сбор чемоданов в дорогу»**,** «Свеча» |
|  | **IV. Человек и общество** | **18** |  |
| 1. | Введение. Знакомство с разделами программы. | 1 | Беседа |
| 2. | Культура поведения и общения | 2 | Ролевая игра «Слабое звено»  Тест-игра «С тобой приятно общаться»  Сюжетно-ролевая игра «День рождения»  Игра «Обмен приветствиями» |
| 3. | Полезная экономика | 3 | Игра «Магазин счастья»  Экономическая игра «Бизнес-клуб»  Практические занятия: заполнение бланков, квитанций для оплаты коммунальных услуг. |
| 4. | Торговля | 3 | Игра «Купи-продай, «Мебельный магазин», «Книжный магазин», «Купи ягоды, фрукты», «Купи дом»  Экскурсии в магазин, на рынок |
| 5. | Средства связи | 2 | Игра «Телефонный разговор»  Экскурсия на почту  Практические занятия: заполнение всех видов бланков, квитанций почтовой связи. |
| 6. | Здоровье и медицинская помощь | 2 | Экскурсии в поликлинику, аптеку.  Практическое занятие: оказание пострадавшему первой медицинской помощи |
| 7. | Транспорт | 3 | Игры: «Ты вышел на улицу», «Трамвайчик»  Экскурсии: городской транспорт», «Железнодорожный вокзал», «Аэропорт», «Автовокзал» |
| 8. | Итоговое занятие | 1 | Викторина |
|  | **V. Я и закон** | **16** |  |
| 1. | Государство и право. Конституция РФ. Система органов государственной власти и местного самоуправления в РФ. Права и обязанности человека в РФ. | 2 | Дискуссия «А как думаешь ты?» (Обсуждение ситуации);  Упражнение «Данетка»  Игра «Испорченный телефон»  Работа с казусами (решение задач с использованием дидактического материала в виде карточек с текстами казусов) |
| 2. | Гражданское право. Гражданское процессуальное право. Гражданский Кодекс РФ. Правоспособность и дееспособность несовершеннолетних.  Имущественные права и ответственность несовершеннолетних.  Защита гражданских прав несовершеннолетних.  Гражданский Процессуальный Кодекс. Виды гражданского судопроизводства. | 2 | Игра «Меню» (ответы на вопросы с использованием дидактического материала в виде карточек с извлечениями из законов РФ о право-, дееспособности);  Игра «Пирамида правовой активности»  Практическая работа: подготовка пакета документов для регистрации гражданина в качестве частного предпринимателя; заявления, обращения в суд, орган опеки и попечительства. |
| 3. | Жилищные права граждан РФ. Порядок получения жилой площади. Права несовершеннолетних членов семьи нанимателя жилого помещения. Распоряжение квартирой. Дополнительные гарантии прав на жилое помещение. | 2 | Конкурс-викторина «Жилье мое»  Практическая работа: составление договоров, заявлений  Задание «Ошибка» |
| 4. | Трудовое право. Положения Конституции РФ, Трудового Кодекса РФ о праве на труд и его реализации. Трудовые права несовершеннолетних. Защита трудовых прав работников.  Трудовая дисциплина. | 2 | Экскурсии: Центр занятости населения, отдел кадров предприятия  Ролевая игра «Устройство на работу»  Практические работы: оформление документов для предъявления в Центр занятости населения, при устройстве на работу  Упражнение «Выражаем свое мнение» |
| 5. | Семейное право.Семейный Кодекс РФ.  Правовые основы семейно-брачных отношений. Права ребенка. Права беременных и матерей. | 2 | Упражнение незаконченных предложений «Мои права»;  Диспут «Все начинается с семьи, все пробуждается с семьею…» (обсуждение фильма «Мачеха»)  Дискуссия по вопросам семейного права. |
| 6. | Уголовное право. Уголовный Кодекс РФ. Виды преступлений и уголовных наказаний. Освобождение от уголовной ответственности.  Уголовная ответственность несовершеннолетних. | 2 | Диспут «Преступление и наказание»  Пресс-конференция «Преступление и наказание»  Игра «Меню». |
| 7. | Административное право. Кодекс об административных правонарушениях РФ.  Административные правонарушения и взыскания.  Административная ответственность несовершеннолетних.  Права и обязанности правонарушителя.  Порядок и сроки обжалования постановления по делу об административном правонарушении. | 2 | Правовая игра «Знаете ли вы закон?»;  Практическая работа: памятки о видах административных взысканий  Ролевая игра «Управление транспортным средством водителем, находящимся в состоянии алкогольного опьянения», «Потребление наркотических веществ в общественном месте» (задержание, составление протокола об административном правонарушении) |
| 8. | Уголовное процессуальное право. Система судов РФ.  Уголовный процессуальный Кодекс РФ. Стадии и участники уголовного процесса. Порядок допроса несовершеннолетних.  Производство по уголовным делам в отношении несовершеннолетних. | 2 | Занятие-тренинг «Закон и мы»  Экскурсия «Знакомство с УВД»  Ролевая игра «В зале судебного заседания»  Практические занятия: создание памятки «Если у тебя возникли проблемы с правоохранительными органами». |
|  | **VI. Я и мое будущее** | **30** |  |
| 1. | Введение. Профессиональное самоопределение | 1 | Беседа  Упражнение «Допиши слово»  Упражнение «Лестница» |
| 2. | Моё место в мире профессий | 5 | Упражнение «Самооценка своих представлений о себе»  Игра «Алфавит»  Профориентационная игра «Коллаж достоинств»  Упражнение «Определение уровня самооценки»  Упражнение «Ценности»  Тест «Каким ты выглядишь в глазах других»  Тест Дж. Голланда  Профориентационная игра «Угадай профессию»  Профориентационная игра «Один день из жизни» |
| 3. | Секреты выбора профессии | 2 | Анкета «Ориентация»  Упражнение « 5 шагов» |
| 4. | Мотивы, потребности, склонности и интересы. Их роль в профессиональной деятельности («хочу») | 4 | Опросник Климова  Ориентировочная анкета  Игра «Поиск выгоды»  Упражнение «Кто есть кто» |
| 5. | Возможности личности в профессиональной деятельности («могу») | 6 | Ориентировочный тест  Тест «Темперамент»  Упражнение Презентация индивидуальности»  Тест «Как вы относитесь к своему времени?»  Тест «Ваш творческий потенциал»  Игра «Строительство своей жизни»  Творческое упражнение «Оформление витрин»  Упражнение «Разведчик»  Упражнение «Поиск аналогов» |
| 6. | Социальные проблемы труда («надо») | 3 | Упражнение «Информированность»  Практическая работа «Классификация профессий на рынке труда Иркутской области» |
| 7. | Достижение жизненных целей и самовоспитание | 3 | Тест «Сила воли»  Характерологическая анкета  Игровой тренинг «Путешествие» |
| 8. | Общение и его роль в трудных жизненных ситуациях | 2 | Тест «Ваша коммуникабельность»  Тренинг эффективного общения |
| 9. | Моя профессиональная карьера | 3 | Практическая работа «Анализ профессионального плана» |
| 10. | Итоговое занятие «В добрый путь!» | 1 | Упражнение «Без маски»  Упражнение «Сбор чемодана в дорогу» |
|  | **VII. Труд в моей жизни** | **16** |  |
| 1. | Мой дом.  Интерьер жилища  Украшение  дома. Дизайн  Характеристика и использование строительных материалов для ремонта дома  Ремонт в доме.  Составление сметы расходов | **4** | Беседа. Конструирование.  Встреча с дизайнером по интерьеру. Ролевая игра.  Экскурсия в магазин строительных материалов.  Практические занятия. Мастер-класс. |
| 2. | Цветы в нашем доме.  Биологические основы цветоводства. Садовые и комнатные растения.  Строение и размножение цветочно-декоративных культур  Аранжировка букетов и цветочных композиций.  Оформление ландшафта | **4** | Экскурсия в цветочный магазин. Беседа.  Встреча с флористом. Мастер-класс. Выставка-ярмарка.  Конструирование. Практические занятия. |
| 3. | Овощеводство.  Особенности выращивания овощных и плодово-ягодных растений в Восточной Сибири.  . Климатические, почвенные и биологические факторы произрастания различных культур. Растения открытого и защищенного грунта.  Сбор урожая и способы его хранения. | **4** | Практические работы на пришкольном участке.  Экскурсии. Практическая мастерская.  Мастер-класс. Выставка-ярмарка. |
| 4. | Готовим сами.  Техника безопасности при кулинарных работах. Основы рационального питания.  Сервировка стола  Холодные закуски.  Блюда.  Виды теста. Выпечка.  Десерты.  Домашние заготовки.  Особенности и блюда национальной русской кухни. | **4** | Беседа. Организация встреч. Деловая игра.  Экскурсии.  Мастер – классы.  Практические занятия  Выставки-ярмарки. |
|  | **Итого:** | **128** |  |

**Учебно-тематическое планирование программы «Путь к успеху»**

**к пилотному проекту «Дифференцированное обучение и воспитание детей с ограниченными возможностями развития»**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **№ п/п** | **Содержание** | **Кол-во час** | **Формы работы** |
|  | **I. Я и другие** | **18** |  |
| 1. | Цель и задачи курса. Правила групповой работы. Ожидания участников группы. | **2** | Упражнения:  «Как тебя звать», «Назови свое имя»,  «Назови свое имя-2», «Ласковое имя»,  «Имя и движение», «Хорошо или плохо» |
| 2. | Представления о личности и ее ценностях. Разнообразие ресурсов личности. Мои ценности и ресурсы. Собственная уникальность и уникальность другого человека. Безоценочное принятие своих качеств и качеств других людей. Самооценка | **4** | Упражнения:  «Рисование себя», «Доброта», «Ах, какой молодец-раз!», «Волшебная рука», «Роза и чертополох»,  «Никто не знает», «Чемодан в дорогу», «Волшебная лавка», «Мои ценности», «Загородный дом», «Волшебник», «Три желания», «Горячий стул»,  «Я особенный», «Напиши пожелание», «Розовый куст», «Портрет по памяти», «Ассоциации», «Зеркало», «Образ Я», «Автопортрет»  Дискуссия «Человек как ценность»  Коллаж «Кто я?»,  Творческие задания: «Я в будущем», «Я хороший» |
| 3. | Социальные роли. Общение. Барьеры в общении. Манипуляции. Уверенное поведение. | **2** | Беседа о способах общения. Беседа «Что такое манипуляции?» Дискуссия «Что значит – вести себя уверенно?»  Упражнения:«Броуновское движение», «Правила общения», «О чем говорят наши жесты», «Глаза в глаза», «Театр прикосновений», «Невербальный контакт», «Испуганный ежик», «Установление контакта», «Очередь», «Великий мастер», «Три портрета», «Геометрия уверенности», «Социальные роли», «Интервью», «Угадай-ка роль!», «Диалектика», «Парные роли», «Роль-атрибут», «Маски», «Лицедейство» (упражнение с гримом), «Автобус», «Найди пару», «Пустой стул», «Разговор», «Рассказ» |
| 4. | Дружба. Взрослые и подростки | **2** | Дискуссия о дружбе.  Упражнения: «Задержать дыхание», «Ассоциации», «Дружеская рука», «Ищу друга», «Ты и Вы», «Образ взрослого» |
| 5. | Конфликты и как им противостоять. Толерантность. | **2** | Ассоциации «Конфликт», Дискуссия «Вражда или толерантность?»  Упражнения: «Однажды в созвездии Лебедя», «Испорченный телефон», «Конфликты», «Предрассудки»  «Защитная позиция», «Споры и обсуждения», «Язык жестов на экране», «Интонация», «На чьей вы стороне?», «Апельсины», «И тут вы ему говорите», «Паровозики», «Ах-Ха», «Архитектор- строитель»,  «Пурга», «Мосты», «Остров в океане», «Создание чудовищ»  Игра «Аэропорт» |
| 6. | Общее представление об эмоциях. Эмоции как способ выражения отношения к происходящему.  Связь эмоциональной сферы и тела. | **2** | Упражнения: «Передай маску», «На что похоже мое настроение», «Называем чувства», «Быстрые превращения», «Волки и овцы», «Карточки», «Фантом», «Звук-чувство», «Линии» |
| 7. | Безоценочное принятие своих и чужих чувств и эмоций. Распознавание своего эмоционального состояния и состояния других. Способы выражения эмоций | **2** | Упражнения: «Нарисуй за минуту», «Шурум-Бурум», «Попугай», «Отгадай чувство», «Скульптура чувства», «Живые руки», «Маски», «Передаем чувства», «Цветок чувств», «Толкалки», «Датский бокс», «Бумажные мячики», «Изобрази свою злость (страх и т.д.)», «Слова гнева», «Морское царство» |
| 8. | Стресс и стрессовые ситуации. Признаки стресса. Управление стрессовым состоянием. Навыки саморегуляции | **2** | Задание «Стресс – это хорошо или плохо», Задание «Признаки стресса»  Мозговой штурм: «Какими способами помочь себе преодолеть стресс?»  (копилка ценных советов)  Упражнения: «Коридор», «Я злюсь, когда…», «Вибрация», «Пресс», «Релаксация», «Тряпичная кукла и солдат**»,** «Насос и резиновая кукла»,«Расслабление глаз»,  «Медленное дыхание», «Стабилизирующее дыхание»,  «Энергетизирующее дыхание», «Скрещенные руки», «Мысленный портрет», «Вещи, дарящие радость», «Медитация»  Игра «Дрожащее желе» |
|  | **II. Мир, в котором я живу** | **16** |  |
| 1. | Взросление: представление о взрослении как балансе возможностей и ответственности. Актуализация личного опыта. | **2** | Беседа «Что значит быть взрослым?»  Задание «Взрослый или ребенок?»  Упражнения: «Ассоциации», «Счастливое событие» |
| 2. | Гендерные роли. Отношения с противоположным полом, выбор будущего партнера. | **4** | Дискуссия «Что такое любовь?»  Упражнения: «Два мира», «Что такое мальчик? Что такое девочка?», «Секреты», «Наши вопросы», «Два в одном», «Как другой человек», «Женщина в развитии», «Когда я вырасту», «Сиамские близнецы»,«Доска объявлений», «Анкета с юмором», «Ценность», «Коллаж», «Кино про жизнь», «Открытки» |
| 3. | Семья. Опыт проживания в семье: осознание, принятие. Прошлое, настоящее, будущее.Роль семьи в жизни человека. Планирование будущей семейной жизни. Родственные отношения | **6** | Беседа «Семья – что это?»  Упражнения: «Тоннель», «Мои границы», «Старые фотографии», «Маленькая книжечка», «Прошлое, настоящее, будущее», «Линия времени», «Что нас делает семьей», «Семейные узы», «Зеркало», «Разговор через стекло», «Родня», «Лотерея», «Представление о своей будущей семье», «Моя семья сейчас и в будущем»  Рисунки: «Семейный портрет», «Генеалогическое древо».  Коллаж «Моя будущая семья» |
| 4. | Понятие о браке. Нормы и правила (моральный кодекс), по которым живет семья. Трудности семейной жизни (размолвка, ревность, измена, развод). Способы преодоления трудностей. Секреты семейного счастья**.** | **4** | Дискуссия «Зачем люди создают семью?»  Упражнения: «Семейки животных»,  «Поиграем в семью», «Связанные одной цепью», «Идеальная семья», «Жизнь идеальной семьи»,  «Сценки из жизни семьи», «семейное событие», «Скульптура семьи», «Маленький ребенок»  Игра «Магазин» |
|  | **III. Здоровый образ жизни** | **14** |  |
| 1. | Здоровье как ценность. Экология и здоровье. | **2** | Беседа-диалог  Упражнения: «Делимся по признаку», «Ромашка»  «Клиника по пересадке органов», «Конфликт ценностей» |
| 2. | Мужчина и женщина. | **2** | Упражнения: «Апельсин», «Что нам нравится?»  «Звезда Голливуда», «Знакомство»  «Идеальное свидание», «Слепой и поводырь»  «Помоги принять решение» |
| 3. | Причины и последствия вредных привычек (курение, алкоголь, наркотики). | **6** | Упражнение «Незаметный предмет»  Дискуссия «Почему люди курят?»  Упражнения: «ЗА и ПРОТИВ», «Банка с окурками», «Купи мечту»  Дискуссия «Как бросить курить и не начать заново»  Упражнения: «Ассоциации по алфавиту», «Зоопарк»  Упражнение-беседа «Алкоголь в нашей жизни»  Упражнения: «Последствия употребления алкоголя», «Разговор в ресторане», «Гимнастика», «Дерево проблем», «Игра» |
| 4. | ВИЧ/СПИД: мы знаем, как себя защитить. | **2** | Игра «Живая диаграмма»  Упражнение «Игра с водой»  Теория ВИЧ (мини-лекция)  Упражнение «Разница между ВИЧ и СПИДом»  Как передается ВИЧ (мини-лекция)  Упражнения: «Жидкости организма человека», «5 секунд», «Оценка степени риска»  Что такое тест на ВИЧ (мини-лекция)  Упражнение «Письмо из больницы»  Игра «Сделай выбор» |
| 5. | Заключительное занятие | **2** | Упражнение «Те, кто»  Любимые упражнения (1-2 шт.)  Упражнения: «Клубочек», «Черный и большой стул», «Сбор чемоданов в дорогу»**,** «Свеча» |
|  | **IV. Человек и общество** | **20** |  |
| 1. | Введение. Знакомство с разделами программы | **1** | Беседа |
| 2. | Культура поведения и общения | **2** | Ролевая игра «Слабое звено»  Тест-игра «С тобой приятно общаться»  Сюжетно-ролевая игра «День рождения»  Игра «Обмен приветствиями» |
| 3. | Полезная экономика | **2** | Игра «Магазин счастья»  Экономическая игра «Бизнес-клуб»  Практические занятия: заполнение бланков, квитанций для оплаты коммунальных услуг. |
| 4. | Торговля | **4** | Игра «Купи-продай, «Мебельный магазин», «Книжный магазин», «Купи ягоды, фрукты», «Купи дом»  Экскурсии в магазин, на рынок |
| 5. | Средства связи | **4** | Игра «Телефонный разговор»  Экскурсия на почту  Практические занятия: заполнение всех видов бланков, квитанций почтовой связи |
| 6. | Здоровья и медицинская помощь | **2** | Экскурсии в поликлинику, аптеку.  Практическое занятие: оказание пострадавшему первой медицинской помощи |
| 7. | Транспорт | **4** | Игры: «Ты вышел на улицу», «Трамвайчик»  Экскурсии: городской транспорт», «Железнодорожный вокзал», «Аэропорт», «Автовокзал» |
| 8. | Итоговое занятие | **1** | Викторина |
|  | **V. Я и закон** | **8** |  |
| 1. | Права и обязанности человека в РФ. | 1 | Дискуссия «А как думаешь ты?» (Обсуждение ситуации);  Упражнение «Данетка»  Игра «Испорченный телефон» |
| 2. | Правоспособность и дееспособность несовершеннолетних.  Имущественные права и ответственность несовершеннолетних.  Защита гражданских прав несовершеннолетних. | 1 | Игра «Меню» (ответы на вопросы с использованием дидактического материала в виде карточек с извлечениями из законов РФ о право-, дееспособности);  Игра «Пирамида правовой активности» |
| 3. | Порядок получения жилой площади. Права несовершеннолетних членов семьи нанимателя жилого помещения. Дополнительные гарантии прав на жилое помещение. | 1 | Конкурс-викторина «Жилье мое»  Практическая работа: составление договоров, заявлений  Задание «Ошибка» |
| 4. | Право на труд и его реализации. Трудовые права несовершеннолетних.  Трудовая дисциплина. | 1 | Экскурсии: Центр занятости населения, отдел кадров предприятия  Ролевая игра «Устройство на работу»  Упражнение «Выражаем свое мнение» |
| 5. | Правовые основы семейно-брачных отношений. Права ребенка. Права беременных и матерей. | 1 | Упражнение незаконченных предложений «Мои права»;  Диспут «Все начинается с семьи, все пробуждается с семьею…» (обсуждение фильма «Мачеха») |
| 6. | Виды преступлений и уголовных наказаний. Освобождение от уголовной ответственности.  Уголовная ответственность несовершеннолетних. | 1 | Диспут «Преступление и наказание»  Пресс-конференция «Преступление и наказание»  Игра «Меню». |
| 7. | Административные правонарушения и взыскания.  Административная ответственность несовершеннолетних.  Права и обязанности правонарушителя. | 1 | Правовая игра «Знаете ли вы закон?»;  Ролевая игра «Управление транспортным средством водителем, находящимся в состоянии алкогольного опьянения», «Потребление наркотических веществ в общественном месте» (задержание, составление протокола об административном правонарушении) |
| 8. | Стадии и участники уголовного процесса. Порядок допроса несовершеннолетних.  Производство по уголовным делам в отношении несовершеннолетних. | 1 | Занятие-тренинг «Закон и мы»  Экскурсия «Знакомство с УВД»  Ролевая игра «В зале судебного заседания» |
|  | **VI. Я и мое будущее** | **10** |  |
| 1. | Введение. Профессиональное самоопределение | **1** | Беседа  Упражнение «Допиши слово», «Лестница» |
| 2. | Моё место в мире профессий | **1** | Упражнение «Самооценка своих представлений о себе»  Игра «Алфавит»  Профориентационная игра «Коллаж достоинств»  Упражнение «Определение уровня самооценки»  Упражнение «Ценности»  Тест, «Каким ты выглядишь в глазах других»  Тест Дж. Голланда  Игры: «Угадай профессию», «Один день из жизни» |
| 3. | Секреты выбора профессии | **1** | Анкета «Ориентация»  Упражнение « 5 шагов» |
| 4. | Мотивы, потребности, склонности и интересы. Их роль в профессиональной деятельности («хочу») | **1** | Опросник Климова  Ориентировочная анкета  Игра «Поиск выгоды»  Упражнение «Кто есть кто» |
| 5. | Возможности личности в профессиональной деятельности («могу») | **1** | Ориентировочный тест  Тест «Темперамент»  Упражнение Презентация индивидуальности»  Тест «Как вы относитесь к своему времени?»  Тест «Ваш творческий потенциал»  Игра «Строительство своей жизни»  Творческое упражнение «Оформление витрин»  Упражнение «Разведчик»  Упражнение «Поиск аналогов» |
| 6. | Социальные проблемы труда («надо») | **1** | Упражнение «Информированность»  Практическая работа «Классификация профессий на рынке труда Иркутской области» |
| 7. | Достижение жизненных целей и самовоспитание | **1** | Тест «Сила воли»  Характерологическая анкета  Игровой тренинг «Путешествие» |
| 8. | Общение и его роль в трудных жизненных ситуациях | **1** | Тест «Ваша коммуникабельность»  Тренинг эффективного общения |
| 9. | Моя профессиональная карьера | **1** | Практическая работа «Анализ профессионального плана» |
| 10. | Итоговое занятие «В добрый путь!» | **1** | Упражнение «Без маски»  Упражнение «Сбор чемодана в дорогу» |
|  | **VII Труд в моей жизни** | **42** |  |
| **I** | **Мой дом** | **10** |  |
| 1. | Интерьер жилища | 1 | Беседа. Конструирование. |
| 2. | Освещение. Украшение  дома. Дизайн | 3 | Встреча с дизайнером по интерьеру. Ролевая игра. |
| 3. | Характеристика и использование строительных материалов для ремонта дома | 1 | Беседа. Экскурсия в магазин строительных материалов. |
| 4. | Ремонт в доме. | 4 | Практические мастерские. Мастер-класс. |
| 5. | Составление сметы расходов | 1 | Деловая игра. |
| **II** | **Цветы в нашем доме** | **6** |  |
| 1. | Биологические основы цветоводства. Садовые и комнатные растения. | 1 | Экскурсия в цветочный магазин. Беседа. |
| 2. | Строение и размножение цветочно-декоративных культур | 1 | Практическая мастерская. |
| 3. | Аранжировка букетов и цветочных композиций. | 2 | Встреча с флористом. Мастер-класс. Выставка-ярмарка. |
| 4. | Оформление ландшафта | 2 | Конструирование. Практическая мастерская. |
| **III** | **Овощеводство** | **6** |  |
| 1. | Особенности выращивания овощных и плодово-ягодных растений в Восточной Сибири. | 2 | Практические работы на пришкольном участке. |
| 2. | . Климатические, почвенные и биологические факторы произрастания различных культур. Растения открытого и защищенного грунта. | 2 | Экскурсия. Практическая мастерская. |
| 3. | Сбор урожая и способы его хранения. | 2 | Мастер-класс. Выставка-ярмарка. |
| **IV** | **Готовим сами** | **20** |  |
| 1. | Техника безопасности при кулинарных работах. Основы рационального питания. | 3 | Беседа. Организация встреч. Деловая игра. |
| 2. | Сервировка стола | 1 | Экскурсии. Мастер – классы.  Практические занятия |
| 3. | Холодные закуски. | 1 |
| 4. | Блюда из мяса. | 2 |
| 5. | Блюда из рыбы | 1 |
| 6. | Виды теста. Выпечка. | 3 |
| 7. | Блины. Блинчики. Оладьи. | 2 |
| 8. | Сладкие блюда. Десерты. | 2 |
| 9. | Домашние заготовки. | 3 |
| 10. | Особенности и блюда национальной русской кухни. | 2 |
|  | **Итого:** | **128** |  |

**Описание способов, которыми обеспечивается гарантия прав участников программы.**

Права педагога-психолога, социального педагога, воспитателя, педагога дополнительного образования определены Должностной инструкцией специалиста.

«При исполнении профессиональных обязанностей педагогические работники имеют право на свободу выбора и использования методик обучения и воспитания, учебных пособий и материалов, учебников в соответствии с образовательной программой, утвержденной образовательным учреждением, методов оценки знаний обучающихся, воспитанников». (ФЗ «Об образовании»).

Статья 5 ФЗ «Об образовании» определяет государственные гарантии прав граждан Российской Федерации в области образования. «Государство создает гражданам с ограниченными возможностями здоровья, то есть имеющим недостатки в физическом и (или) психическом развитии (далее - с ограниченными возможностями здоровья), условия для получения ими образования, коррекции нарушений развития и социальной адаптации на основе специальных педагогических подходов».

**Права и обязанности участников программы**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Участники программы** | **Права участников программы** | **Обязанности участников программы** |
| воспитанники детских домов и школ-интернатов | Права  воспитанников охраняются Конвенцией ООН о правах ребенка, действующим законодательством РФ.  Каждый обучающийся и воспитанник имеет право на:  - защиту своего достоинства;  - защиту от всех форм физического и психического насилия, оскорбления личности;  - удовлетворение потребности в эмоционально-личностном общении;  - развитие творческих способностей и интересов;  - получение квалифицированной помощи и коррекцию имеющихся недостатков развития;  - бесплатное пользование библиотечно-информационными ресурсами библиотеки Учреждения;  - уважение человеческого достоинства, свободу совести и информации, свободное выражение собственных взглядов и убеждений;  Запрещается:  - применение методов физического и психического насилия по отношению к воспитанникам Учреждения;  - привлечение воспитанников Учреждения без согласия обучающихся и их родителей (законных представителей) к труду, не предусмотренному программой; | Воспитанники Учреждения обязаны:  - выполнять Устав Учреждения;  - добросовестно учиться, не мешать учебному процессу, стремиться к самостоятельному овладению знаниями, выполнению заданий педагога;  - бережно относиться к имуществу Учреждения;  - уважать честь и достоинство других воспитанников и работников;  - выполнять требования работников Учреждения в части, отнесенной Уставом и правилами поведения для учащихся к их компетенции;  - выполнять законные требования работников Учреждения;  - быть аккуратным и опрятным в одежде;  - экономно использовать электроэнергию и воду;  - соблюдать установленные правила внутреннего распорядка, техники безопасности, санитарии, гигиены;  - уважать права и считаться с интересами других воспитанников, работников, не подвергать опасности их жизнь и здоровье.  -регулярность посещений занятий, активность, повтор отдельных упражнений вне занятий.  Дисциплина в Учреждении поддерживается на основе уважения человеческого достоинства воспитанников.  *Противопоказания к использованию программы.* Нецелесообразно использовать программу в работе с воспитанниками, имеющими тяжелую степень умственной отсталости. |
| Педагогические работники | -Вправе вносить изменения в календарно-тематическое планирование;  -гибко менять стиль общения с детьми соответственно их школьному и жизненному опыту;  **-**адаптировать предлагаемые упражнения (по макси­мальному уровню сложности, форме подачи, степени самостоя­тельности воспитанников в выполнении заданий и т.д.) соответствен­но возрасту и реальным возможностям детей,  **-**учитывать, что распределение времени на отдельные упражнения будет различным. | Педагогические работники обязаны:  - удовлетворять требованиям соответствующих квалификационных характеристик;  - соблюдать Устав Учреждения и Правила внутреннего распорядка, дополнительные инструкции;  - выполнять условия трудового договора;  - охранять жизнь, физическое и психическое здоровье воспитанников во время образовательного процесса;  - нести ответственность за обучение и воспитание воспитанников в Учреждении;  - использовать безотметочный метод работы;  - делать акцент на позитивных моментах, успешном выполнении заданий воспитанником;  -предлагать необходи­мую; - должны иметь профессиональную подготовку по методам диагностики, обладать теоретическими знани­ями по возрастной и педагогической психологии.  *Ряд требований к личност­ным качествам педагогов*  - Должны быть достаточно терпимыми и за­ранее быть готовыми к трудностям не только учебного, но и поведенческого характера воспитанников;  - Должны уметь владеть собой и гибко управлять процессом общения с ребенком на основе заинтересован­ности, а не принуждения;  – проявлять креативность в общении с детьми, уважение к внутреннему миру воспитанника. |

**Характеристика ресурсов, необходимых для эффективной реализации программы**

|  |  |
| --- | --- |
| **наименование** | **имеющиеся** |
| Кадровое обеспечение | Педагоги-психологи, воспитатели, социальные педагоги детских домов и школ-интернатов, прошедшие аттестацию и посещающие семинары при ОГАОУ ЦПМСС по внедрению программы |
| Требования к материально-технической оснащенности учреждения | Группы оборудованы по квартирному типу(прихожая, зал, спальни, санузел)  Мебель соответствует бытовому назначению(набор модульной корпусной мебели, кровати, мягкий уголок, шкафы, столы)  Необходимые бытовые приборы: утюг, телевизор, стиральная машина  Наличие душевой комнаты  Оборудованная детская кухня  Полностью оборудованные всем необходимым кабинеты специалистов: педагога-психолога, социального педагога, наличие комнаты психологической разгрузки  Обязательное условие — отсутствие помех, лишних шумов. Помещения должны быть хорошо проветрены, достаточно сво­бодны, так как на занятиях воспитанникам придется двигаться и пере­мещаться по комнате  Полностью оборудованный медицинский блок |
| Требования к информационной обеспеченности учреждения | Библиотека, видеотека, Интернет |

**Сроки и этапы реализации программы**

1. Организационно-подготовительный этап:

* кадровое обеспечение эксперимента;
* определение функциональных обязанностей специалистов;
* подбор и изучение существующей учебно-программной и методической литературы;
* проведение обучающих семинаров по проблемам;
* подготовка материальной базы;
* разработка документации по внедрению проектов.

Сроки реализации: февраль-июнь 2009 года

1. Организационно-диагностический этап:

* проведение диагностических мероприятий;
* обработка и анализ полученных результатов;
* проведение психолого-педагогических и медико-социальных консилиумов;
* составление планов сопровождения воспитанников

Сроки реализации: июнь – август 2009 года

1. Психолого-педагогический этап:

* организация коллективной деятельности и совместного досуга с целью создания поддерживающей и развивающей микросреды;
* создание условий для развития интеллектуального, личностного развития;
* помощь в реализации потребностей, интересов и стремлений;
* психолого-педагогическое консультирование;
* оказание медицинской помощи;
* катамнестические исследования.

Сроки реализации: сентябрь 2009 года – май 2010 года

1. Социально-правовой этап:

* оказание социально-правовой поддержки:
* содействие в трудоустройстве;
* содействие в истребовании необходимых документов;
* содействие в истребовании предусмотренных государством льгот и гарантий;
* содействие в решении проблем жилья;
* оказание экстренной социально-экономической помощи;
* привлечение к решению проблем других ведомств и организаций

Сроки реализации: сентябрь-декабрь 2010 года

**Ожидаемые результаты.**

*Воспитанники должны знать:*

- свои индивидуально-личностные особенности

- основные ценности семьи

- нормы и правила здорового образа жизни

- свои права и обязанности;

*воспитанники должны уметь:*

- понимать себя и других людей

- адекватно оценивать собственные возможности в профессиональном самоопределении

- заботиться о своем здоровье, противостоять вредным привычкам

- пользоваться нормативно – правовыми документами;

*воспитанники должны иметь навыки:*

- управления своим поведением и эмоциональным состоянием

-эффективного общения

- социально-бытовой и профессионально-трудовой ориентации.

**Система организации внутреннего контроля за реализацией программы**

Внутренний контроль реализации программы осуществляют администрация Учреждений и специалисты ОГАОУ ЦПМСС. Данные эффективности и результативности работы в рамках реализуемой программы вводятся в мониторинг «Подготовка воспитанников к самостоятельной жизни».

При формировании диагностической базы исходили из основных принципов психолого-педагогической диагностики: системности, конкретности, научной обоснованности, последовательности, преемственности, комплексности, прогностичности, оптимизации форм и методов диагностики, доступности методик и процедур.

**Перечень основных методик диагностики** представлен в таблице.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **№** | **Название** | **Цель** |
| 1 | Диагностика структуры учебной мотивации школьника | Оценить значимость причин обучения |
| 2 | Выявление показателя самооценки / Будасси | Уровень самооценки и адекватности реакций на ситуацию  **Цель:** изучение индивидуальных особенностей самооценки личности.  Знание самооценки личности важно, поскольку она определяет отношение ученика ко всем его жизненным задачам, и прежде всего к учению, влияет на становление личности и тесно связана с уровнем притязаний.  Характер самооценки тесно связан с престижностью выбираемой профессии, оказывает существенное влияние на процесс профессионального самоопределения. |
| 3 | Интегральная самооценка личности «Кто я есть в этом мире» | Подготовлена Забродиной Ю.М., Новиковой В.В. |
| 4 | Экспресс диагностика уровня самооценки | Самооценка - это оценка личностью самой себя, своих возможностей, качеств и места среди других людей.  Для того, чтобы быть уверенным в себе человеком и реально оценивать себя, окружающих и ситуации, очень важно следить за тем, чтобы самооценка была адекватной (средней), ну или чуть-чуть завышенной. |
| 5 | Диагностика уровня эмпатии / В.В.Бойко, | Способность к сопереживанию, эмпатии  **Рациональный канал эмпатии** характеризует направленность внимания, восприятия и мышления эмпатирующего на сущность любого другого человека — на его состояние, проблемы, поведение. **Эмоциональный канал эмпатии.** Фиксируется способность эмпатирующего входить в эмоциональный резонанс с окружающими — сопереживать, соучаствовать |
| 6 | Опросник САН | Предназначен для оперативной оценки самочувствия, активности и настроения |
| 7 | Шкала самооценки Ч.Д.Спилберга и Ю.Л.Ханина | Данная методика позволяет сделать первые и существенные уточнения о качестве интегральной самооценки личности: является ли стабильной этой самооценки ситуативной или постоянной, то есть личностной. Результаты методики относятся не только к психодинамическим особенностям личности, но и к общему вопросу взаимосвязи параметров реактивности и активности личности, ее темперамента и характера. Методика также является развернутой субъективной характеристикой личности. |
| 8 | Стиль саморегуляции поведения-98 | Данная методика создана специалистами лаборатории психологии саморегуляции ПИ РАО в 1998 году под руководством доктора психологических наук В.И. Моросановой.  **Цель методики**- диагностика индивидуального профиля саморегуляции, развитости планирования, моделирования, программирования, оценки результатов и выявления особенностей индивидуального развития регуляторно важных свойств – гибкости и самостоятельности. |
| 9 | Опросник Басса-Дарки | Опросник личностный, разработан А. Бассом и А. Дарки в 1957 г. и предназначен для диагностики агрессивных и враждебных реакций. |
| 10 | Степень развития воли | Для диагностики волевых качеств необходимо использовать как субъективные критерии, получаемые при опросе (метод самооценок) и наблюде­нии за субъектами, так и объективные критерии, вытекающие из лабораторного тестирования. Использование только первых часто приводит к ошибочным выво­дам, так как у наблюдателя и опрашиваемого человека создается общее мнение о волевой сфере опрашиваемого. При этом ошибка порой состоит не столько в том, что неверно определяется конкретное волевое проявление, сколько в том, что на основании проявления одного волевого качества делается заключение о развитии у данного человека силы воли «вообще», т. е. осуществляется перенос наблюдае­мого поведения и на другие виды затруднений. |
| 11 | Коммуникативные качества | Определение уровня коммуникативной компетентности |
| 12 | Социометрия | Основной целью социометрического теста является диагностика эмоциональных связей, т. е. взаимных симпатий между членами группы.  Социометрический тест решает следующие задачи:  А) измерение степени сплоченности – разобщенности в группе;  Б) выявление относительного авторитета членов группы по признакам симпатии – антипатии (лидеры, звезды, отвергнутые);  В) обнаружение внутригрупповых сплоченных образований во главе с неформальными лидерами. |
| 13 | Карта интересов | Методика используется в целях профориентации**.** Может применяться для обследования как подростков, так и взрослых. |
| 14 | Дифференциально-диагностический опросник | Методика предназначена для отбора на различные типы профессий в соответствии с классификацией типов профессий Е. А Климова. Ее можно использовать при профориентации подростков и взрослых. |
| 15 | Профориентационная анкета | Методика предназначена для отбора на различные типы профессий в соответствии с классификацией типов профессий Е.А. Климова. Ее можно использовать при профориентации подростков и взрослых |
| 16 | Готовность к выбору профессии | Подготовлен профессором В. Б. Успенским |
| 17 | Социализированность личности воспитанника интернатного учреждения | Разработана профессором М.И. Рожковым |

Список литературы для проведения диагностики:

1. Фетискин Н.П., Козлов В.В., Мануйлов Г.М. Социально-психологическая диагностика развития личности и малых групп. – М., Изд-во Института Психотерапии. 2002.
2. Лучшие психологические тесты / сост. М.В. Оленникова. – М.: АСТ; СПб.: Сова, 2010.
3. Прохоров А.О. Методики диагностики и измерения психических состояний личности. – М.: ПЕР СЭ, 2004.

**Календарно-тематическое планирование к пилотному проекту «Дифференцированное обучение и воспитание детей с ограниченными возможностями развития»**

**1. Раздел «Я и другие»(18 часов)**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | Тема занятия | Количество часов | Цели и задачи | Оборудование, наглядность | Методы. Виды работ | Срок |
|  | **Цель и задачи курса. Правила групповой работы. Ожидания участников группы.** | **2** |  |  |  |  |
| 1 | Вводное занятие | 1 | Создание благоприятной эмоциональной атмосферы и позитивного настроя на дальнейшую работу в группе.  Знакомство с группой  Рассказать о целях и задачах курса  Принять правила групповой работы | Ручки, тетрадки, цветные карандаши, маркеры, листы формат А4, ватман | Упражнения:  «Как тебя звать», «Назови свое имя»,  «Назови свое имя-2», |  |
| 2 | Мои ожидания | 1 | Создание благоприятной эмоциональной атмосферы и позитивного настроя на дальнейшую работу в группе.  Продолжить знакомство в группе  Работа с ожиданиями участников группы | Ручки, тетрадки, цветные карандаши, маркеры, листы формат А4, ватман | «Ласковое имя»,  «Имя и движение», «Хорошо или плохо» |  |
|  | **Представления о личности и ее ценностях. Разнообразие ресурсов личности. Мои ценности и ресурсы. Собственная уникальность и уникальность другого человека. Безоценочное принятие своих качеств и качеств других людей. Самооценка** | **4** | Введение в новую тему. Познакомить с понятием «Ценности» и разнообразием ресурсов личности  Создание условий для формирования стремления к самопознанию детей-сирот.  Расширить представление об уникальности каждого человека.  Дать понятие самооценки личности, расширить представление о своей уникальной личности. | Ручки, тетрадки, цветные карандаши, маркеры, листы формат А4, ватман | «Ах, какой молодец-раз!»,Упражнения:  «Волшебная рука», «Никто не знает», «Чемодан в дорогу», «Волшебная лавка», «Загородный дом», «Волшебник», «Три желания», «Горячий стул»,  «Я особенный», «Напиши пожелание», «Розовый куст», «Портрет по памяти», «Ассоциации», «Зеркало», «Образ Я», «Автопортрет»  Дискуссия «Человек как ценность»  Коллаж «Кто я?»,  Творческие задания: «Я в будущем», «Я хороший» |  |
| 3 | Представления о личности и ее ценностях. | 1 | Введение в новую тему. Познакомить с понятием «Ценности» и с видами ценностей | Ручки, тетрадки, цветные карандаши, маркеры, листы формат А4, ватман | «Доброта»,  «Мои ценности»,  Презентация «Ценности и виды ценностей» |  |
| 4 | Собственная уникальность и уникальность другого человека. Разнообразие ресурсов личности. | 1 | Создание условий для формирования стремления к самопознанию | Ручки, тетрадки, цветные карандаши, маркеры, листы формат А4, ватман | «Рисование себя»,  «Роза и чертополох»,  «Ассоциации» |  |
| 5 | Мои ценности и ресурсы. Безоценочное принятие своих качеств и качеств других людей. | 1 | Создание условий для развития способности безоценочного принятия своих качеств и качеств других людей | Ручки, тетрадки, цветные карандаши, маркеры, листы формат А4, ватман |  |  |
| 6 | Самооценка | 1 | Дать понятие самооценки личности, расширить представление о своей уникальной личности. | Ручки, тетрадки, цветные карандаши, маркеры, листы формат А4, ватман |  |  |
| 7,8 | Социальные роли. Общение. Барьеры в общении. Манипуляции. Уверенное поведение. | **2** | Дать понятие «общение», виды общение, научить устанавливать конструктивный контакт с собеседником.  Дать понятие о «манипуляции», выработать навык уверенного поведения. | - Ручки, тетрадки, цветные карандаши, маркеры, листы формат А4, ватман | Беседа о способах общения. Беседа «Что такое манипуляции?» Дискуссия «Что значит – вести себя уверенно?»  Упражнения:«Броуновское движение», «Правила общения», «О чем говорят наши жесты», «Глаза в глаза», «Театр прикосновений», «Невербальный контакт», «Испуганный ежик», «Установление контакта», «Очередь», «Великий мастер», «Три портрета», «Геометрия уверенности», «Социальные роли», «Интервью», «Угадай-ка роль!», «Диалектика», «Парные роли», «Роль-атрибут», «Маски», «Лицедейство» (упражнение с гримом), «Автобус», «Найди пару», «Пустой стул», «Разговор», «Рассказ» |  |
| 9,10 | Дружба. Взрослые и подростки | **2** | Дать понятие «дружба», расширить представление о дружеских отношениях.  Дать представление о взаимоотношениях подростков и взрослых. | Ручки, тетрадки, цветные карандаши, маркеры, листы формат А4, ватман |  |  |
| 11,12 | Конфликты и как им противостоять. Толерантность. | **2** | Дать понятие «конфликта», проанализировать основные стадии протекания конфликта.  дать понятие о толерантности, актуализировать проблему терпимого отношения друг к другу. | Ручки, тетрадки, цветные карандаши, маркеры, листы формат А4, ватман |  |  |
| 13,14 | Общее представление об эмоциях. Эмоции как способ выражения отношения к происходящему.  Связь эмоциональной сферы и тела. | **2** | Дать понятие об эмоциях. Какие бывают эмоции, их разновидность.  Расширить представление об эмоциональной сфере человека. | Ручки, тетрадки, цветные карандаши, маркеры, листы формат А4, ватман | Упражнения: «Передай маску», «На что похоже мое настроение», «Называем чувства», «Быстрые превращения», «Волки и овцы», «Карточки», «Фантом», «Звук-чувство», «Линии» |  |
| 15,16 | Безоценочное принятие своих и чужих чувств и эмоций. Распознавание своего эмоционального состояния и состояния других. Способы выражения эмоций | **2** | Актуализировать собственное эмоциональное состояние, научить распознавать виды эмоций.  Проработать отдельные эмоции, научить выражать их приемлемым способом. | Ручки, тетрадки, цветные карандаши, маркеры, листы формат А4, ватман | Упражнения: «Нарисуй за минуту», «Шурум-Бурум», «Попугай», «Отгадай чувство», «Скульптура чувства», «Живые руки», «Маски», «Передаем чувства», «Цветок чувств», «Толкалки», «Датский бокс», «Бумажные мячики», «Изобрази свою злость (страх и т.д.)», «Слова гнева», «Морское царство» |  |
| 17,18 | Стресс и стрессовые ситуации. Признаки стресса. Управление стрессовым состоянием. Навыки саморегуляции | **2** | Дать понятие стресса, как он проявляется и влияет на организм человека.  Дать понятие саморегуляции, рассмотреть и проработать основные приемы саморегуляции. | Ручки, тетрадки, цветные карандаши, маркеры, листы формат А4, ватман | Задание «Стресс – это хорошо или плохо», Задание «Признаки стресса»  Мозговой штурм: «Какими способами помочь себе преодолеть стресс?»  (копилка ценных советов)  Упражнения: «Коридор», «Я злюсь, когда…», «Вибрация», «Пресс», «Релаксация», «Тряпичная кукла и солдат**»,** «Насос и резиновая кукла»,«Расслабление глаз»,  «Медленное дыхание», «Стабилизирующее дыхание»,  «Энергетизирующее дыхание», «Скрещенные руки», «Мысленный портрет», «Вещи, дарящие радость», «Медитация»  Игра «Дрожащее желе» |  |

**2. Раздел «Мир, в котором я живу»(16 часов)**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № п/п | Тема занятия | Количество часов | Цели и задачи | Оборудование, наглядность | Методы. Виды работ | Срок |
|  | **Взросление: представление о взрослении как балансе возможностей и ответственности. Актуализация личного опыта.** | **2** |  |  |  |  |
| 1 | Что значит быть взрослым | 1 | Дать понятие о взрослении:представлении о взрослении как балансе возможностей и ответственности. | - | Беседа «Что значит быть взрослым», «Воспитание и развитие ответственности»  Упражнение «Ассоциации». Ассоциации на слова «Я –взрослый»  Задание «Взрослый или ребенок?» |  |
| 2 | Актуализация личного опыта. | 1 | Помочь погрузиться в безбрежное фантазирование по созданию своего мира, пробудитьжелание включиться в учебный процесс. | - | Беседа  Упражнение «Счастливое событие» |  |
|  | **Гендерные роли. Отношения с противоположным полом, выбор будущего партнера.** | **4** |  |  |  |  |
| 3 | Гендерная культура и ее характеристика | 1 | Дать представление о понятиях "культура", "гендерная культура"; сформировать умение распознавать примеры проявления гендерной несправедливости и неравенства. | ручки, фломастеры, бумага формата А4или ватман, бланки опросника С. Бем. | Беседа  Упражнения: «Ценность», «Коллаж», «Кино про жизнь», «Маятник» |  |
| 4 | Гендерные роли и их многообразие | 1 | Дать представление о понятии "гендерная роль" и ее многообразии. | ручки, фломастеры, бумага формата А4, ватман, фотографии мужчин и женщин. | Беседа  Упражнения:  «гендерный перфоменс», «Заверши фразу», «Когда я вырасту», «Как другой человек», «Жещина в развитии» |  |
| 5 | Гендерные стереотипы и развитие индивидуальности | 1 | Познакомиться с понятием "стереотипы" и "гендерные стереотипы"; осознание опыта трансляции гендерных стереотипов и закрепления дискриминации по признаку пола, осознание источников собственных гендерных стереотипов. | ручки, фломастеры, листы чистой бумаги формата А4, ватман или доска, бланки опросника "Гендерные стереотипы И.С. Клециной". | Беседа  Упражнения: «Хорошо-плохо», «Два мира», «Секреты», «Наши вопросы» |  |
| 6 | Полоролевая идентификация. Отношения с противоположным  полом. Выбор будущего партнёра. | 1 | Помочь подросткам в осознании своей половой принадлежности, формировании адекватного образа мужчины и женщины, принятии себя как представителя/представительницу того или иного пола, уделять внимание вопросам любви, взаимопонимания, выстраиванию взаимоотношений с партнёром. | - | Дискуссия «Что такое любовь»  Упражнения: «Что такое мальчики и что такое девочки», «Мальчики и девочки идут гулять», «Два в одном», «Спрашиваем-отвечаем». |  |
|  | **Семья. Опыт проживания в семье: осознание, принятие. Прошлое, настоящее, будущее. Роль семьи в жизни человека. Планирование будущей семейной жизни. Родственные отношения** | **6** |  |  |  |  |
| 7 | Рождение семьи | 1 | Познакомить учащихся с понятием «семья»; рассмотреть ценности семьи, сформировать представление о влиянии взаимоотношений между партнерами на характер семейных отношений | листы бумаги; ручки; памятки для учащихся, раздаточный материал | Беседа «Семья- что это?»  Упражнения: «Семейные заповеди», «Словарь семейного благополучия», «Ассоциации», «Образ партнера» |  |
| 8 | Сущность брака и семьи. Исторический взгляд на семью и брак | 1 | Расширить представления об институте семьи и брака; способствовать развитию рефлексии собственного отношения к семье; сформировать ценности толерантной личности. | ручки, фломастеры, бумага формата А4, ватман, скотч, ножницы. | Беседа  Упражнения: «Незаконченные предложения», «Что такое семья», «Семья на отдыхе» |  |
| 9 | Особенности современной семьи, ее структура, динамика | 1 | Дать понятие благополучной, неблагополучной, конфликтной, кризисной, проблемной семьи. Познакомить с жизненным циклом семьи, моделями гармоничного и дисгармоничного функционирования семьи. | ручки, фломастеры, бумага формата А4, ватман | Беседа  Упражнения: «Тоннель», «Старые фотографии», «Маленькая книжечка» |  |
| 10 | Основные ценности семьи | 1 | Дать понятие семейным ценностям: чувства значимости и необходимости, гибкости, уважения, честности, уметь прощать, быть щедрым, ответственность, общительность. | ручки, фломастеры, бумага формата А4, ватман | Беседа  Упражнения«Разговор через стекло», «Представление о своей будущей семье» |  |
| 11 | Семейные отношения: культура отношений в семье, психологический климат. | 1 | Помочь осознать и принять свой опыт проживания в семье; помочь осознать значение семьи в жизни человека; дать возможность представить себя в воображаемом семейном будущем | ручки, фломастеры, бумага формата А4, ватман, | Беседа |  |
| 12 | Профилактика нарушений семейных отношений | 1 | Дать представления о конфликтных ситуациях в семье, о путях их решений; формировать позитивный образ семьи в жизни человека. Рассмотреть и изучить типы семейных отношений, типы проблем характерные для семей; определить влияние семьи на подростка; сформировать правила предупреждение конфликтов между супругами | листы картона разного размера и различная бумага - цветная, гофрированная, оберточная, газеты, журналы, открытки, рекламные проспекты, старые книги. | Беседа  Упражнения «Мои границы», «Маленькая книжечка», «Моя семья сейчас и в будущем» |  |
|  | **Понятие о браке. Нормы и правила (моральный кодекс), по которым живет семья. Трудности семейной жизни (размолвка, ревность, измена, развод). Способы преодоления трудностей. Секреты семейного счастья.** | **4** |  |  |  |  |
| 13 | Понятие о браке. Нормы и правила (моральный кодекс), по которым живет семья | 1 | Формировать представление о браке и семье, о нормах и правилах (моральном кодексе), по которым живет семья. | ручки, фломастеры, бумага формата А4, ватман | Дискуссия «Зачем люди создают семью?» Упражнения:  «Сценки из семейной жизни», «Генеалогическое дерево» |  |
| 14,15 | Трудности семейной жизни (размолвка, ревность, измена, развод). Способы преодоления трудностей. | 2 | Познакомить со способами разрешения семейного конфликта и видами психологической помощи при разрешении семейных конфликтов | ручки, фломастеры, бумага формата А4, ватман | Беседа  Упражнения: «Идеальная семья», «Жизнь идеальной семьи»,  «Семейный портрет» |  |
| 16 | Секреты семейного счастья. | 1 | Дать представление о секретах семейного счастья | ручки, фломастеры, бумага формата А4, ватман | Беседа  Упражнения:  «Поиграем в семью», «Связанные одной цепью», «Скульптура семьи»,  игра «Магазин» |  |

**3. Раздел «Здоровый образ жизни»(14 часов)**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| №п/п | Тема | Количество часов | Цели и задачи | Оборудование, наглядность | Виды работ | Срок |
| 1 | Здоровье – величайшая социальная ценность | 1 | 1.Помочь разобраться в своем внутреннем мире и понять, в какой степени от самого человека зависит собственное здоровье и здоровье окружающих его людей  2. Сформировать отношение к собственному здоровью как очень важной составляющей личности | 1.Плакаты, иллюстрации, выдержки о здоровье, здоровом образе жизни  2 Магнитофон со спокойной музыкой  3.Фломастеры, ножницы | 1 Мини-лекция  2 Беседа-диалог  3.Упражнения «Делимся по признаку, Ромашка, Клиника по передаче ценностей, Конфликт ценностей» |  |
| 2 | Экология и здоровье | 1 | 1.Проанализировать и дать оценку влияния факторов окружающей среды, факторов риска на здоровье | 1.Плакаты, иллюстрации | 1 Мини-лекция  2 Беседа |  |
| 3 | Психология мужчины и психология женщины | 1 | 1.Помочь разобраться в психологии противоположных полов  2. Учить правильному отношению к противоположному полу | 1.Ватман для работы, фотографии известных людей | 1.Беседа  2.Упражнения «Апельсин, Что нам нравится, Звезда Голливуда» |  |
| 4 | Мужчина и женщина - правила безопасного взаимодействия | 1 | 1.Познакомить с правилами безопасного сексуального поведения, показать связь с сохранением репродуктивного здоровья.  2. Научить осознавать свои потребности и ожидания по отношению к своему партнеру. 3.Сформировать навыки общения с противоположным полом | 1Плакат «Правила безопасного поведения»  2.Таблица для упражнения «Помоги принять решение» | 1.Мини-лекция  2.Беседа-диалог  3.Упражнения «Знакомство, Идеальное свидание, Слепой и поводырь, Помоги принять решение» |  |
| 5 | Курение и его влияние на состояние здоровья | 1 | 1.Показать, какие последствия может оказать курение на здоровье человека  2.Выработать критическое отношение к курению  3. Прививать навык отказа от сигарет | 1.Приложение (для ведущего)  2.Ватман  3.Карточки для упражнения «Купи мечту»  4.Банка с окурками в воде | 1.Дискуссия  2.Упражнения «Незаметный предмет, За и против, Банка с окурками, Купи мечту» |  |
| 6 | Пассивное курение и его влияние на здоровье | 1 | 1.Дать понятие о табачном дыме и его составных частях, показать опасность пассивного курения  2. Формировать критическое отношение к курильщикам | 1.Карточки с терминами и понятиями  2.Статистические данные о количестве курильщиков среди мужчин и женщин  3.Данные о токсичном составе табака  4.Мультимедийное оборудование для демонстрации материала | 1.Беседа-диалог  2.Рассказ |  |
| 7 | Алкоголь и его влияние на умственную и физическую работоспособность | 1 | 1.Дать представление о причинах и последствиях алкоголизма  2.Сформировать представление о культуре употребления спиртных напитков  3.Формировать навыки,  помогающие отказаться от алкоголя | 1. Тематические таблицы  2.Карточки для ролевой игры | 1.Беседа «Алкоголь в нашей жизни»  2.Анкетирование  3.Ролевая игра  4.Упражнения «Ассоциации по алфавиту, Зоопарк» |  |
| 8 | Наркотики, наркомания и токсикомания: общие понятия и определения, последствия употребления | 1 | 1.Дать представление о причинах и последствиях наркозависимости  2.Формировать негативное отношение к наркотикам  3. Сформировать навык отказа от приема наркотиков, даже легких | 1. Плакаты  2. Карточки для упражнений  3.Раздаточный материал  4.Шприц без иглы  5.Описание ломки наркоманами | 1.Мини-лекция  2.Упражнения «Гимнастика, Дерево проблем, Игра» |  |
| 9,  10 | Профилактика вредных привычек | 2 | 1.Формировать негативное отношение к злоупотреблению вредными привычками | 1Тематические таблицы  2.Пословицы и поговорки  3.Практические советы  4.Памятки  5 Видеозапись с фильмом  6.Флипчарт. маркеры | 1.Беседа  2.Упражнения «Последствия употребления алкоголя, Разговор в ресторане, подстава»  3.Защита проекта «Вредным привычкам –нет»  4.Методы и приемы развития критического мышления |  |
| 11 | ВИЧ/СПИД. Бояться не нужно, нужно знать | 1 | 1.Дать достоверную информацию о ВИЧ/СПИДе, путях передачи и способах профилактики  2.Сформировать толерантное отношение к больным ВИЧ-инфекцией | 1.Стаканчики с водой  2.Йод, крахмал  3.Информационные листы «Несколько слов об истории», «Строение ВИЧ…»  4.Мультимедийное оборудование | 1Мини-лекция  2.Упражнения «Игра с водой, Разница между ВИЧ и СПИДом, Жидкости организма человека» |  |
| 12 | ВИЧ/СПИД. Мы знаем, как себя защитить | 1 | 1. Научить избегать ситуации с высокой степенью риска | 1Плакат «Наш девиз везде и всегда:  СПИДу – нет!  Здоровому Образу Жизни – да!» | 1.Беседа-диалог  2.Упражнения «Оценка степени риска, Письмо из больницы»  3.Решение проблемных ситуаций |  |
| 13 | Взаимосвязь здоровья и образа жизни | 1 | 1.Развитие заботливого и бережного отношения к своему здоровью  2.Формирование мотивации на здоровый образ жизни | 1Лекционные стойки  2. Плакаты о вреде курения, алкоголя, наркотиков  3.Бумага, фломастеры  4.Жетоны, коробка  5.Призы для награждения | 1.Интеллектуальная игра «Слабое звено» |  |
| 14 | Заключительное занятие. Подведение итогов | 1 | 1.Укрепление желания вести здоровый образ жизни | 1.Высказывания:  Хороший человек должен беречь себя/М.Горький  Знать свой изъян-первый шаг к здоровью/Эпикур  Кто к себе суров, тот и здоров/Шекспир | 1.Упражнения «Те, кто», Клубочек, Черный и золотой стул, Сбор чемодана в дорогу, Свеча»  2.Итоговый тест |  |

1. **Раздел «Человек и общество»(20 часов)**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№** | **Тема занятия** | **Кол-во часов** | **Цели** | **Задачи** | **Оборудование и наглядность** | **Виды работ** | **Срок** |
| 1. | Введение. Знакомство с разделами программы «Я и общество». | 1 | Познакомить с разделами программы. | 1. Подробно рассказать о каждом разделе программы.  2. Дать определения понятию «общество». | - | 1. Обзорная информация |  |
| 2. | Ролевая игра «Слабое звено». | 1 | Выявить знания правил поведения в социуме. | 1.Првовести ролевую игру.  2. Выявить знания норм и правил поведения в общественных местах с друзьями, в гостях т.д. | Заготовленные вопросы; призы. | 1. Игра |  |
| 3. | Практическое занятие «Умеешь ли ты общаться?» | 1 | Научить основным правилам поведения в обществе. | 1. Выявить уровень знаний основных правил при общении с окружающими. 2. Научить правилам общения через сюжетно-ролевую игру. | Листы для записи; карточки с названием ролей; книга об этикете; карточки с заданиями-ситуациями. | 1. Тест – игра «С тобой приятно общаться». 2. Сюжетно-ролевая игра «День рождения». 3. Обсуждение (дискуссия). |  |
| 4. | Азы экономики. | 1 | Познакомить с основами экономики. | 1. Дать определения экономическим терминам. 2. В игровой форме познакомить с профессией «бизнесмен». 3. Учить принимать правильные решения. | Карточки с названиями предметов и ценой; три плаката (с заповедями бизнесмена, плакат с советами будущему коммерсанту и с названиями предприятий), столики для команд; стулья по количеству участников; письменные принадлежности на каждом столике; магнитофон; микрофон. | 1. Мини-лекция  3.Игра «Бизнес-Клуб». |  |
| 5. | Практическое занятие: заполнение бланков, для оплаты коммунальных услуг. | 1 | Научить правильно заполнять бланки, квитанции для оплаты коммунальных услуг. | 1. Ознакомить с бланками для оплаты коммунальных услуг. 2. Дать информацию о том, где принимают оплату коммунальных услуг. 3. Самостоятельная работа по заполнению бланков и квитанций | Заполненные и пустые шаблоны бланков для оплаты коммунальных услуг. | 1. Самостоятельная работа по образцу. |  |
| 6. | «Торговля» - как вид экономической деятельности. | 1 | Познакомить воспитанников с таким видом экономики, как «торговля». | 1. Дать определения терминам «торговля» и сопутствующим. 2. Познакомить с объектами и субъектами торговли. 3. Рассказать историю торговли в России. | - | 1. Мини-лекция.   2.Обсуждение. |  |
| 7. | Практическое занятие «Купи- продай». | 1 | Научить правильно себя вести в местах торговли. | 1. Познакомить с правилами поведения в местах торговли (рынки, магазины, супермаркеты). 2. Отработка полученных знаний в игре «Купи-продай». | Нарисованные заранее деньги, муляжи продаваемых предметов, продуктов, предметы мебели (столы, стулья). | 1. Мини-лекция.  2. Игра «Купи-продай»  3. Игра «Мебельный магазин»  4.Обсуждение. |  |
| 8,9 | Экскурсия в магазин (рынок). | 2 | Закрепить знания правил поведения в местах торговли. Научить совершать покупки правильно. | 1.Посетить магазин (рынок), пользуясь правила поведения в местах торговли.  2.Показать, как правильно выбирать необходимый товар.  3.Выбрать товар и рассчитаться за него на кассе. | Список покупок | 1. Экскурсия. 2. Обсуждение. |  |
| 10. | Средства и виды связи. | 1 | Дать информацию о существующих средствах и видах связи. | 1.Рассказать о существующих средствах связи и их предназначении.  2.Рассказать об истории средств связи в России.  3.Обсудить роль средств связи для современного человека.  4.Научить правилам ведения телефонных переговоров. | - | 1. Мини лекция.  2.Обсуждение.  3. Игра «Телефонный разговор» |  |
| 11,12 | Экскурсия на почту. | 2 | Познакомить с деятельностью почтового отделения. | 1. Познакомить с деятельностью почтового отделения, сотрудников. 2. Познакомить с правилами работы почты. | - | 1. Экскурсия.  2.Обсуждение. |  |
| 13. | Практическое занятие: заполнение всех видов бланков, квитанций почтовой связи | 1 | Научить правильно заполнять почтовые бланки и квитанции. | 1.Показать наглядно как правильно заполняются бланки.  2.Самостоятельная работа по заполнению почтовых бланков. | Образцы почтовых бланков (конверты, открытки, извещения), квитанции.  Шаблоны для заполнения. | 1.Самостоятельная работа по образцу. |  |
| 14. | Экскурсия в поликлинику. | 1 | Познакомить с деятельностью медицинского учреждения. | 1. Обзорная экскурсия по медицинскому учреждению. 2. Знакомство с деятельностью отдельных медицинских работников (врач, мед. сестра). | - | 1. Экскурсия. |  |
| 15. | Практическое занятие: оказание пострадавшему первой медицинской помощи. | 1 | Познакомить с правилами оказания первой медицинской помощи. | 1. Показать правила оказания первой медицинской помощи: при переломах, при потери сознания. 2. Отработка навыков оказания первой медицинской помощи. | Наглядные плакаты, бинты. | 1. Мини-лекция. 2. Самостоятельная работа. 3. Обсуждение. |  |
| 16,17. | Занятие «Ты вышел на улицу» | 2 | Познакомить с правилами дорожного движения. | 1. Познакомить с дорожными знаками. 2. Познакомить с правилами дорожного движения. 3. Проиграть ситуацию проезда в «час пик». | Макеты дорожных знаков, светофора. | 1. Мини-лекция. 2. Беседа. 3. Игра «Трамвайчик». |  |
| 18,19 | Экскурсия в Аэропорт | 2 | Познакомить с деятельностью Аэропорта | 1. Посетить Аэропорт | - | 1. Экскурсия. |  |
| 20 | Итоговое занятие. Викторина | 1 | Проверка знаний по пройденному материалу. | 1. Провести викторину. |  | 1. Викторина. 2. Обсуждение. |  |

1. **Раздел «Я и закон»(8 часов)**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№** | **Тема занятия** | **Кол-во часов** | **Цели** | **Задачи** | **Оборудование и наглядность** | **Виды работ** | **Срок** |
| 1. | Права и обязанности человека в РФ | 1 | Сформировать представление о конституциональных правах и обязанностях гражданина РФ | 1. Выявить и актуализировать имеющиеся знания о правах и обязанностях человека  2.Дать определения понятиям «права» и «обязанности».  3. Познакомить с Конституцией РФ | Конституция РФ, Толковый словарь Ожегова | 1. Дискуссия «А как думаешь ты?» (Обсуждение ситуации)  2.Мини - лекция «Права и обязанности человека в РФ»  3.Упражнение «Данетка» |  |
| 2. | Правоспособность и дееспособность несовершеннолетних. Имущественные права и ответственность несовершеннолетних. Защита гражданских прав несовершеннолетних | 1 | Познакомить с Гражданским кодексом РФ | 1.Сформировать знания, убеждения о необходимости подчинения регуляторам личных (гражданских) прав и свобод, навыки законопослушного поведения  2. Раскрыть содержание юридических терминов «правоспособность», «дееспособность», «имущественные и гражданские права», «ответственность» | Гражданский кодекс РФ, карточки с извлечениями из законов РФ о правоспособности и дееспособности | 1.Задание «Найди определения в Гражданском кодексе РФ» 2.«Игра «Меню» (ответы на вопросы с использованием дидактического материала в виде карточек с извлечениями из законов РФ о правоспособности и дееспособности)  3.Игра «Пирамида правовой активности» |  |
| 3. | Порядок получения жилой площади. Права несовершеннолетних членов семьи нанимателя жилого помещения. Дополнительные гарантии прав на жилое помещение | 1 | Познакомить с Жилищным кодексом РФ | 1.Разъяснить жилищные права несовершеннолетних  2.Рассказать о дополнительных гарантиях прав на жилое помещение для несовершеннолетних из числа детей- сирот и детей, оставшихся без попечения родителей  3.Познакомить с основными юридическими терминами Жилищного кодекса РФ  4.Дать представление о жилищных организациях, их деятельности и услугах  5.Информировать о том, куда можно обратиться гражданину в случае нарушения его жилищных прав | Жилищный кодекс, листовки с памятками о жилищных правах несовершеннолетних из числа детей- сирот и детей, оставшихся без попечения родителей, карточки с заданиями | 1.Лекция «Мои жилищные права»  2.Конкурс - викторина «Жилье мое» |  |
| 4. | Права на труд и его реализации. Трудовые права несовершеннолетних. Трудовая дисциплина | 1 | Познакомить с Трудовым кодексом РФ | 1.Дать определения терминам «трудовые права», «дополнительные гарантии реализации права на труд работников до 18 лет», «трудовая дисциплина», «дисциплинарная ответственность», «трудовой договор»  2.дать представление о пакете документов, необходимых для трудоустройства или обращения в ЦЗН | Трудовой кодекс РФ, памятки для раздачи с полезной информацией | 1.Лекция «Трудовые права и трудовая дисциплина»  2.Экскурсия в отдел кадров предприятия/ учреждения |  |
| 5. | Правовые основы семейно- брачных отношений. Права ребенка. Права беременных и матерей. | 1 | Познакомить с Семейным кодексом РФ | 1.Дать определения понятиям «семья», «брак», «ребенок»  2.Дать представление о правах детей, беременных женщин и матерей | Карточки с незаконченными предложениями на тему «Мои права» | 1.Упражение незаконченных предложений «Мои права»  2.Мини – лекция «Семейно - брачные отношения»  3.Диспут «Семья и брак» |  |
| 6. | Виды преступлений и уголовных наказаний. Освобождение от уголовной ответственность. Уголовная ответственность несовершеннолетних | 1 | Познакомить с Уголовным кодексом РФ | 1. Дать определения понятиям «преступление», «наказание», «уголовная ответственность несовершеннолетних». 2. Познакомить с видами уголовных наказаний 3. Рассказать об отягчающих и смягчающих обстоятельствах, освобождении от уголовной ответственности | Уголовный кодекс РФ, карточки с ситуациями | 1.Лекция «Нет преступления без наказания» 2.Диспут «Преступление и наказание»  3.Пресс – конференция «Преступление и наказание» |  |
| 7. | Административные правонарушения и взыскания. Административная ответственность несовершеннолетних. Права и обязанности правонарушителя | 1 | Познакомить с Кодексом об административных правонарушениях РФ | 1.Раскрыть понятия «административное правонарушение», «административное взыскание», «административная ответственность несовершеннолетних» 2.Информировать о правах и обязанностях правонарушителя | Кодекс об административных правонарушениях, таблички «Уголовная ответственность, «Административная ответственность» | 1.Лекция «Административные правонарушения и ответственность несовершеннолетних»  2.Правовая игра «Знаете ли вы закон?» |  |
| 8. | Стадии и участники уголовного процесса. Порядок допроса несовершеннолетних. Производство по уголовным делам в отношении несовершеннолетних | 1 | Знакомство с Уголовно – процессуальным кодексом | 1.Создать представление о стадиях и участниках уголовного процесса  2.Сформировать понимание порядка допроса несовершеннолетних  3.Разъяснить особенности производства по уголовным делам в отношении несовершеннолетних | Уголовно- процессуальный кодекс, табличка с надписью «Конституция», карточки с различными чертами характера | 1.Лекция «Знакомство с УПК»  2.Занятие - тренинг «Закон и мы»  3.Ролевая игра «В зале судебного заседания» |  |

**6. Раздел «Я и мое будущее»(10 часов)**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№** | **Тема занятия** | **Кол-во часов** | **Цели** | **Задачи** | **Оборудование и наглядность** | **Виды работ** | **Срок** |
| 1. | Профессиональное самоопределение: понятия, значение. | 1 | Познакомить с основами профессионального самоопределения. | 1. Дать понятия терминов: профориентация, самоопределение, профессия и др. 2. Рассказать о значимости профессионального самоопределения. 3. Провести упражнение «Допиши слово». | - | 1. Мини-лекция.  2. Упражнение «Допиши слово» |  |
| 2. | В мире профессий. | 1 | Познакомить с различными профессиями. | 1. Организовать выставку книг на тему «Профессии». 2. Провести игру «Угадай профессию» | **-** | 1. Выставка книг.  2. Игра «Угадай профессию». |  |
| 3. | Упражнение «Пять шагов» | 1 | Учить достигать поставленные цели. | 1. Учить ставить и достигать поставленные цели. 2. Учить работать в команде. | **-** | 1. Упражнение «Пять шагов».  2.Обсуждение. |  |
| 4. | Мотивы, потребности, склонности и интересы. Их роль в профессиональной деятельности. | 1 | Выявить профессиональные склонности личности. | 1. Провести анкетирование на выявление профессиональных склонностей. 2. Провести игру «Поиск выгоды». | **-** | 1. Анкета «Профессиональные склонности».  2. Игра «Поиск выгоды». |  |
| 5. | Возможности личности в профессиональной деятельности («могу») | **1** | Выявить возможности личности в профессиональной деятельности. | 1. Определить темперамент. | **-** | 1.Опросник Айзенка. |  |
| 6. | Социальные проблемы труда «Надо». | 1 | Проинформировать о возможных социальных проблемах труда. | 1. Выявить уровень информированности о рынке труда.  2. Научится соотносить «тип профессий» с «классом профессий». | - | 1. Упражнение «Информированность»  2. Практическая работа.  3. Обсуждение. |  |
| 7. | Достижение жизненных целей и самовоспитание. | 1 | Выявить тип характера личности. | 1. Заполнить характерологическую анкету. 2. Интерпретироватьполученные результаты. 3. Обсудить. | - | 1.Характерологическая анкета. |  |
| 8. | Общение и его роль в трудных жизненных ситуациях. | 1 | Выявить уровень коммуникабельности личности. | 1. Провести тест на выявление коммуникативных навыков. 2. Провести упражнение на развитие коммуникативных навыков. | - | 1. Тест «Ваша коммуникабельность»  2. Упражнение «Телефонный разговор» |  |
| 9. | Беседа «Что может помочь в планировании карьеры?» | 1 | Создать  условия для формирования у учащихся знаний об основных требованиях к профессионалу, о профессиональной карьере и об основных направлениях ее роста | 1. Обсудить вопрос «Зачем люди работают» 2. Дать обзорную информацию и профессиональной карьере. 3. Дать определения терминам: профессиональная карьера, карьера, профессионализм. | - | 1. Дискуссия.  2. Беседа. |  |
| 10 | Итоговое занятие «В добрый путь» | 1 | Проверить сформированность личного профессионального плана. | 1. Провести анкетирование. 2. Провести упражнение «Сбор чемодана в дорогу». | - | 1. Анкета.  2. Упражнение «Сбор чемодана в дорогу». |  |

**7. Раздел «Труд в моей жизни»(42 часа)**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№ п/п** | **Тема** | **кол-во часов** | **Цели** | **Оборудование, наглядность, словарь** | **Виды работ, методы** | **сроки** |
| **I.** | **Мой дом** | **10** |  |  |  |  |
| 1. | Интерьер жилища | 1 | 1.Познакомить с понятием «интерьер».  2.Воспитание эстетического вкуса.  3.Учить рационально располагать мебель. | Набор игрушечной мебели, макет жилого помещения, карандаши, краски. | -Рассказ учителя.  -Беседа.  -Групповое конструирование: «разделение» макета жилого помещения на зоны, расстановка мебели. |  |
| 2. | Освещение | 1 | 1.Познакомить с видами комнатного освещения.  2.Учить безопасному обращению с осветительными приборами | -Виды осветительных приборов: **бра, торшер, настольный светильник.**  -Макет жилого помещения с расставленной мебелью. | -Беседа.  -Практическая работа «Освещаем наш дом». |  |
| 3. | Дизайн интерьера | 1 | 1.Познакомить с понятием «дизайн».  2.Развитие эстетического вкуса. | -Картины интерьера, слайды.  -Компьютерная игра «Я-**дизайнер**» «Обставим дом». | -Встреча с дизайнером по интерьеру.  -Работа с пословицами.  -Коллективная компьютерная игра. |  |
| 4. | Украшение дома. | 1 | 1.Обобщение знаний по теме «Мой дом».  2.Развитие эстетического вкуса и художественной инициативы. | -Таблицы для игры  -Карточки-задания командам  -Пословицы  -Макеты жилого помещения  -Наборы мебели | -Беседа.  -Работа с пословицами.  -Игра «найди и объясни слово».  -Конкурс «Радуга в доме». |  |
| 5. | Характеристика и использование строительных материалов для ремонта дома. | 1 | 1.Познакомить с современными строительными материалами и их использованием.  2.Воспитание бережного отношения к имуществу. | -Виды строительных и отделочных материалов.  -Таблички с описанием свойств отдельных материалов. | -Экскурсия в магазин строительных материалов.  -Беседа. |  |
| 6. | Ремонт в доме | 4 | 1.Учить практической работе по ремонту в доме (побелка, покраска деревянных поверхностей, заделка щелей окон и плинтусов).  2.Познакомить с техникой безопасности и средствах защиты при работе со строительными материалами. | -Строительные и отделочные материалы.  -Инструменты (кисти, шпатели, абразивные материалы).  -Рабочая одежда и средства защиты.  -Таблицы по ТБ.  -Инструктивные карты. | -Беседа.  -Практическая работа (побригадно, со сменой деятельности) |  |
| 7. | Составление сметы расходов. | 1 | 1.Привитие элементарных знаний и умений по ведению домашнего хозяйства.  2.Воспитание бережливости и экономии. | -Прайс-листы различных магазинов отделочных материалов.  -Калькуляторы.  -Схема составления **сметы**. | -Беседа.  -Деловая игра «Готовимся к ремонту».  Конкурс Самая экономная смета» |  |
| **II.** | **Цветы в нашем доме** | **6** |  |  |  |  |
| 1. | Садовые и комнатные растения. | 1 | 1.Познакомить с многообразием растений, используемых в цветоводстве.  2.Развитие эстетического вкуса. | -Образцы комнатных растений.  -Компьютерная презентация «Мир цветов» | -Рассказ учителя.  -Работа с презентацией.  -Экскурсия в цветочный магазин.  -Беседа |  |
| 2. | Строение и размножение цветочно-декоративных культур. | 1 | 1.Учить делению и пересаживанию комнатных растений.  2.Знакомство с правилами ухода за растениями. | -Комнатные растения.  -**Почвогрунты** (разные).  -Инструктивные карточки-задания. | -Беседа.  -Практическая работа. |  |
| 3. | Флористика— дизайн интерьеров с помощью цветочных композиций. | 1 | 1.Познакомить учащихся с понятием «Флористика»  2.Воспитание культуры поведения и общения. | -Виды цветочных композиций для украшения интерьера.  -Виды оформления букетов | -Экскурсия.  -Встреча с флористом в цветочном магазине.  -Мастер-класс |  |
| 4. | Аранжировка букетов и цветочных композиций | 1 | 1.Учить правильному составлению цветочной композиции (по схеме).  2.Развитие эстетического вкуса и художественной инициативы. | -Схемы составления букетов и цветочных композиций.  -Цветочные и декоративные растения. | -Беседа.  -Игра «Юные флористы»  -Выставка-ярмарка букетов и цветочных композиций |  |
| 5. | Оформление ландшафта. | 2 | 1. Формировать умения выращивать растения и использовать их в оформлении ландшафта.  2. Воспитание трудолюбия, аккуратности, ответственности за результаты своей деятельности. | -Компьютерная презентация «**Ландшафтный дизайн**».  -Таблицы-схемы оформления клумб. | -Работа с презентацией с элементами беседы.  -Практическая работа по оформлению клумб и рабаток.  -Составление композиций из декоративных растений. |  |
| **III.** | **Овощеводство** | **6** |  |  |  |  |
| 1. | Особенности выращивания овощных и плодово-ягодных растений в Восточной Сибири. | 2 | 1.Систематизировать знания и умения по технологии возделывания растениеводческой продукции.  2. Научить использовать ручные орудия труда.  3.Познакомить с агро - технологией возделывания овощных культур в защищенном и открытом грунте. | -Таблицы, предметные картинки по теме «Овощные и ягодные растения Восточной Сибири».  -Садовый инвентарь. | -Беседа по технике безопасности при работе с садовым инвентарем.  -Работа с таблицами.  -Практическая работа на пришкольном участке по прополке, поливу, рыхлению, подвязке и т.д. |  |
| 2. | Климатические, почвенные и биологические факторы произрастания различных культур. | 2 | 1. Познакомить с экологическими аспектами выращивания овощей в защищенном и открытом грунте.  2. Сформировать представление о понятии искусственного климата в условиях теплицы,основными автоматическими системами регулирования параметров. | -Компьютерная презентация «Растения открытого и защищенного грунта»  -Натуральные овощи и ягоды, выращиваемые в наших садах и огородах. | -Экскурсия в тепличное хозяйство «Максимовское» |  |
| 3. | Сбор урожая. | 1 | 1.Учить правильному обращению с растениями в период сбора урожая.  2.Воспитание трудолюбия и коллективизма. | -натуральные овощи и ягоды. | -Рассказ.  -Практическая работа не пришкольном участке (тепличном хозяйстве) по сбору овощных культур. |  |
| 4. | Способы хранения и переработки урожая. | 1 | 1.Привитие элементарных умений по ведению домашнего хозяйства; | -Инструктивные карточки по способам хранения: (**заморозка,сушка,консервирование**)  -Натуральные предметы | -Беседа.  -Выставка-ярмарка. |  |
| **IV.** | **Готовим сами** | **20** |  |  |  |  |
| 1. | Основы рационального питания. | 1 | 1.Познакомить с основами рационального питания.  2.Привитие элементарных знаний и умений по ведению домашнего хозяйства. | -Таблица необходимых составляющих для правильного питания.  -Диск для просмотра «Что мы едим» | -Рассказ с элементами беседы.  -Встреча с врачом-диетологом.  -Практическое задание «Выбор полезных продуктов» |  |
| 2. | Составление дневного меню. | 1 | 1.Учить составлению меню и правильному подбору продуктов.  2.Воспитание рачительности и бережливости. | -Карточки с названиями продуктов.  -Технологические карты блюд.  -Таблица калорийности. | -Беседа.  -Практическая работа по расчету калорийности.  -Конкурс дневных меню (работа в группах). |  |
| 3. | Основы техники безопасности при приготовлении еды. | 1 | 1.Знакомство с бытовыми приборами, используемыми при приготовлении пищи и техникой безопасности при работе с ними.  2.Привитие элементарных знаний по ведению домашнего хозяйства; | -Бытовые приборы (миксер, овощерезка, пароварка, тостер, комбайн).  -Таблицы по ТБ.  -Карточки с описанием функций приборов. | -Рассказ.  -Беседа.  -Деловая игра «Магазин бытовой техники» |  |
| 4. | Сервировка стола. | 1 | 1.Учить правильной сервировке стола.  2.Развитие эстетического вкуса. | -Предметы сервировки.  -Иллюстрации сервированных столов. | -Экскурсия в кафе.  -Мастер-класс официанта по правильной сервировке стола. |  |
| 5. | Холодные закуски. | 1 | 1.Знакомство с технологией приготовления холодных закусок.  2.Учить правильному подбору продуктов в соответствии с рецептурой блюда. | -Слайды «Холодные закуски».  -Технологические карты на закусочных блюд.  -Карточки с названиями продуктов | -Беседа.  -Игра «Веселые поварята».  -Практическая работа по приготовлению и правильной подаче салата. |  |
| 6. | Блюда из мяса. | 2 | 1.Познакомить с видами мясного сырья и особенностями кулинарного использования мяса.  2. Формировать умение определять доброкачественность пищевых продуктов, их правильный подбор.  3. Учить готовить блюда для дневного рациона. | -Слайды «Горячие блюда из мяса».  -Технологические карты.  -Карточки с названиями продуктов.  -Натуральные продукты. | -Экскурсия в отдел полуфабрикатов продуктового магазина.  -Беседа с использованием слайдов.  -Практическая работа по приготовлению блюда из мяса (котлеты, голубцы, тефтели и т.д.) |  |
| 7. | Блюда из рыбы. | 1 | 1..Познакомить с видами и особенностями кулинарного использования рыбы.  2..Привитие элементарных знаний по ведению домашнего хозяйства;  3. Учить готовить блюда для дневного рациона. | -Слайды «Блюда из рыбы».  - Технологические карты.  -Карточки с названиями продуктов.  -Натуральные продукты. | -Беседа с использованием слайдов.  -Практическое занятие. Приготовление в пароварке рыбы с овощами. |  |
| 8. | Виды теста: дрожжевое тесто на основе опары. | 2 | 1.Познакомить с рецептурой приготовления дрожжевого теста.  2. Закрепление навыков сан-гигиены. | -Натуральные продукты.  -Технологическая карта приготовления теста на **опаре**.  -Слайды «Изделия из дрожжевого теста» | -Беседа с использованием слайдов.  -Мастер-класс повара.  -Практическое изготовление булочек из готового дрожжевого теста |  |
| 9. | Виды теста. Песочное тесто | 1 | 1.Познакомить с рецептурой приготовления песочного теста.  2.Учить готовить блюда для дневного рациона. | -Натуральные продукты.  -Технологическая карта приготовления песочного теста.  -Слайды «Изделия из песочного теста» | -Беседа с использованием слайдов.  -Практическое изготовление песочного теста и изделий из него (коржики, корзиночки, пряники с различными наполнителями и т.д.) |  |
| 10. | Блины и оладьи. | 2 | 1.Познакомить с рецептурой и особенностями приготовления теста для блинов и оладий.  2.Учить готовить блюда с соблюдениями технологических требований. | -Технологические карты.  -Натуральные продукты.  -Слайды «Приготовление теста на оладьи» и «Блины с припеком» | -Рассказ с элементами беседы и использованием слайдов.  -Игра «Веселые поварята».  -Практическая работа по выпечке блинов и оладий.  -Конкурс на лучшее оформление и защиту блюда. |  |
| 11. | Сладкие блюда. Десерты. | 2 | 1.Познакомить с ролью десертов в праздничном обеде.  2.Учить готовить десерты с учетом технологических требований. | -Слайды «Десерты».  -Натуральные продукты.  -Предметные картинки.  -Карточки с названиями продуктов. | -Экскурсия в кафе с целью знакомства с видами десертов.  -Игра «Идем в магазин».  -Практическое занятие по приготовлению и оформлению десерта (желе, мусс) |  |
| 12. | Домашние заготовки. Соление. | 1 | 1.Познакомить с рецептурой соления овощей.  2.Учить готовить блюда для дневного рациона. | -Натуральные продукты.  -Образцы готовых заготовок.  -Технологические карты. | -Рассказ с элементами беседы.  -Дегустация блюд  -Практическое занятие «Соление капусты (огурцов, помидоров). |  |
| 13. | Домашние заготовки. Варенье. | 1 | 1.Познакомить с рецептурой приготовления компотов.  2. Учить заготавливать ягоды и фрукта впрок. | -Натуральные продукты.  -Образцы готовых заготовок.  -Технологические карты.  -Слайды «Домашнее консервирование» | -Рассказ с элементами беседы и использованием слайдов.  -Дегустация блюд  -Практическое занятие «Готовим фрукты к консервированию» |  |
| 14. | Домашние заготовки. Сушка и заморозка плодов и ягод. | 1 | 1.Учить заготавливать ягоды и фрукта впрок.  2.Воспитание рачительности и экономии. | -Натуральные продукты.  -Образцы готовых заготовок.  -Технологические карты.  -Слайды «Домашнее консервирование» | -Беседа с использованием слайдов.  -Игра «Веселые поварята».  -Ярмарка идей по использованию сушеных и замороженных плодов и ягод. |  |
| 15. | Особенности и блюда национальной русской кухни. | 2 | 1.Закрепление знаний и умений по приготовлению блюд и сервировке стола.  2.Воспитание трудолюбия, коллективизма, культуры поведения и общения;  3.Развитие эстетического вкуса и художественной инициативы. | -Презентация «Кухня народов России».  -Технологические карты.  -Карточки-задания.  -Карточки с названиями продуктов.  -Предметы сервировки.  -Готовые блюда. | -Беседа с использованием презентации.  -Составление праздничного меню «Русская кухня».  -Практическое занятие «Сервируем стол к приходу гостей».  -Викторина «Смак». |  |

**1. Раздел «Я и другие»**

**Занятие №1**

Тема:**Вводное занятие**

Цель:Создание благоприятной эмоциональной атмосферы и позитивного настроя на дальнейшую работу в группе.

Вводная часть:

1. Приветствие тренера
2. Упражнение  **«Как тебя звать».** Участникам предлагается представиться: назвать свое имя, рассказать, нравится ли оно, и сказать, каким именем ему хотелось бы, чтобы его называли в группе. Многие дети часто недовольны своим именем. Они предпочитают, чтобы их называли в группе полным или другим именем.
3. Знакомство с целями и задачами курса.
4. Выработка ритуала приветствия и правил группы.

Основная часть:

1. Работа над своим именем**. Упражнение «Назови свое имя»**

*Инструкция.* Сядьте, пожалуйста, в один большой круг, назовите свое имя и положительное качество (то, что вы в себе цените) на первую букву имени, по кругу

.После проведения этого упражнения можно провести обсуждение.

*Обсуждение.*  Что ты ценишь в себе? Трудно ли было находить в себе хорошее качество, что ты при этом чувствовал?

*Информация для ведущего.*Детям иногда трудно назвать качество на нужную букву или найти в себе положительное качество, поэтому ведущему важно вовремя поддержать ребенка, оказать ему помощь и привлечь для этого других участников группы.

1. Упражнение **«Назови свое имя-2»**

Это упражнение проводится так же, как и упражнение «Назови свое имя», только каждый последующий участник называет имена и качества всех предыдущих участников (или одного предыдущего). Кроме того, проводится еще один круг, где каждый участник снова называет свое имя и отрицательное качество на букву имени (то, что хотел бы в себе изменить).

*Обсуждение.* Что ты чувствовал, когда называли твое качество другие? Трудно ли было назвать свое отрицательное качество? Для ведущего это упражнение показывает, как воспринимает себя ребенок, как его воспринимает группа и какой может быть цель его дальнейшей работы в группе. После проведения этих упражнений ведущий рассказывает о стереотипах «хорошо-плохо», используя названные качества. Необходимо обратить внимание на то, что в каждом качестве есть две стороны - и позитивная, и негативная. Например, лень имеет позитивную сторону - умение отдыхать, а послушание имеет негативную сторону - отказ от своих потребностей. Когда мы осознаем и позитивную, и негативную стороны качества, возможен баланс и сознательный выбор линии поведения. После проведения беседы можно предложить следующее упражнение.

Заключительная часть

1. Рефлексия. Закончи фразу: «Сегодня я на занятии…»
2. Прощание. Участники группы все вместе говорят «До свидания, мы!»

**Занятие №2**

Тема: Мои ожидания

Цель:Создание благоприятной эмоциональной атмосферы и позитивного настроя на дальнейшую работу в группе.

Вводная часть:

Продолжаем знакомство**.** Упражнение **«Ласковое имя».** Это упражнение также выполняется в круге. Участник бросает мяч другому участнику, называя при этом свое ласковое имя. После того как все участники назовут свое ласковое имя, мяч возвращается назад, при этом каждый участник вспоминает ласковое имя того, кто бросал ему мяч, и произносит его.

Основная часть:

1. Предлагаем участникам высказаться по кругу о том, что они хотят получить от занятий, какие у них ожидания.
2. Упражнение «Песочные часы». Заранее на плакате необходимо изобразить песочные часы. Участникам предлагается написать свои ожидания на листочках и прикрепить к верхней части изображенных песочных часов. Данный плакат весит на видном месте в течение всех занятий. Ребятам говорим, что они могут перемещать свои листочки вниз песочных часов по мере исполнения своих ожиданий.
3. Упражнение **«Имя и движение».** Упражнение позволяет прочувствовать себя и свою принадлежность к группе, задействовав свое тело. Также оно дает возможность представить себя группе необычным образом. Детям нравится, что вся группа повторяет их жесты. По мере развития игры желание «запечатлеть» свое движение становится все более сильным. При этом дети получают прекрасную возможность посмеяться. *Инструкция.* Встаньте в круг. Сейчас каждый из вас, по кругу, шагнет вперед и сделает какое-то движение или встанет в какую-либо позу, то есть представит так себя и скажет свое имя. После этого все мы побудем этим человеком и на счет: раз, два, три! - все вместе, повторим его имя и движение. Можно продолжить упражнение - сделать еще круг, но «изображать уже иное движение, которое отражает, каким бы ты хотел быть».
4. **Упражнение «Хорошо или плохо».** Ведущий выбирает какое-либо качество. Это может быть то качество, которое называли чаще других, или более актуальное в этой группе. Можно записать на листках бумаги несколько качеств из названных. Вытянуть одно из них, или спросить у ребят, какое качество взять для упражнения. По кругу каждый участник высказывает свое мнение о данном качестве. При этом первый участник свое высказывание начинает со слов «хорошо быть (выбранное качество), потому что...», а следующий участник начинает со слов «плохо быть (выбранное качество), потому что...» и так далее попеременно. Например: «хорошо быть неряшливым, потому, что можешь бросать свои вещи, где хочешь», «плохо быть неряшливым, потому, что девочки не будут любить». Проводится два круга для того, чтобы каждый мог отразить и позитивную, и негатив­ную сторону качества. Ведущий помогает и поддерживает детей в поиске позитивной и негативной сторон качества, привлекает участников к активному обсуждению и поддержке друг друга.

Заключительная часть

1. Рефлексия. Как прошло сегодня занятие?
2. Прощание. Участники группы все вместе говорят «До свидания, мы!»

**Занятие №3**

Тема: Представления о личности и ее ценностях. Разнообразие ресурсов личности.

Цель: Введение в новую тему. Познакомить с понятием «Ценности» и разнообразием ресурсов личности

Вводная часть:

Приветствие. Упражнение на создание атмосферы доброжелательности и соучастия. **«Привет! Ты мне нравишься!»** Все участники сидят в кругу. Один из них идет по кругу и дотрагивается до любого участника, сидящего в кругу. Они вдвоем начинают бежать по кругу в противоположные стороны. Когда дети встречаются, они останавливаются, пожимают друг другу руки и говорят: «Привет! Ты мне нравишься, потому что ...!» и придумывают окончание фразы. Первый игрок возвращается в круг, а второй дотрагивается до головы другого играющего и игра продолжается (необходимо, чтобы каждый участник принял участие в игре).

Основная часть

1. Упражнение **«Доброта»** способствует развитию доверия, сплоченности группы. *Инструкция.* В каждом из нас, в той или иной степени, развито чувство доброты, доброе отношение к людям. Сейчас мы услышим добрые слова о людях. Что вы можете сказать доброго и хорошего о своих близких, знакомых, друзьях. У вас есть 5 минут для того, чтобы подготовиться к рассказу. Вы самостоятельно выбираете людей (лучше из группы), о которых будете рассказывать. Ваш рассказ должен быть кратким и конкретным, при этом нужно подчеркнуть, что именно вы цените в каждом из тех, о ком рассказываете.
2. Теоретический материал. Что такое ценности? Участникам задается вопрос: «Ребята, а что же такое ценности? Как вы понимаете это слово?». Дети активно предлагают свои варианты от самых абсурдных до разумных. Предложенные варианты ответов можно записать на доске. Но все дружно приходят к единому выводу. Далее ребята знакомятся с понятием «ценности». Ценности – это представления человека о самом важном в жизни; это то, что задает вектор его существованию.
3. Упражнение **«Мои ценности».** Ребятам предлагается представить, что они находятся в банке, в котором хранятся не золото и драгоценные камни, а то, что особенно ценно для каждого человека. Им предлагается на отдельных листочках записать то, что им особенно дорого, и распределить по сейфам. При этом самый большой сейф – для самого дорогого. *Обсуждение.* Что вы положили в сейфы (в большой, в средний и в маленький)? Почему?
4. Теоретический материал. Виды ценностей. Ребятам можно предложить ответить на вопрос: «А какие ценности вы знаете?». Ответы также можно записать на доске или ватмане. Обычно дети называют два самых распространенных варианта классификации ценностей человека - это материальные и духовные. После предложенных вариантов учащимся предлагается классификация ценностей в виде слайдовой презентации. Демонстрируется слайд. Виды ценностей: ценности могут быть неосознаваемыми – в виде смутных ощущений, образов, смысловых облаков, - тогда человек пытается объяснить их стихами, рисунками, музыкой или танцем. Они могут быть осознаваемыми, тогда человек может назвать их словами. Осознаваемые ценности, в свою очередь могут быть: реальными, и тогда человек поступает в соответствии с ними. Но могут быть и декларативными или нереальными: тогда человек говорит одно, а делает другое. Кроме этого ценности еще бывают:

Профессиональные ценности – связаны с работой. Это деньги, богатство, комфорт, профессиональный рост, помощь другим людям и т.д.

Интеллектуальные – это знания, образование, эрудированность, любознательность, творческое мышление и т.п.

Физические – спорт, красота и гигиена тела, здоровье.

Духовные - вера в Бога, душевная гармония, личностное развитие и самосовершенствование.

Эмоциональные - открытость в общении, принятие людей такими какие они есть.

Этические – честность, порядочность, справедливость, щедрость, умение радоваться тому, что имеешь, корректность.

Эстетические – стиль, мода, внешняя привлекательность людей, вещей, эстетический вкус, чистота, порядок в доме и т.п.

Материальные – деньги, благосостояние, имущество, ценные предметы и. т.п.

Культурные – искусство во всех своих проявлениях.

Патриотические – любовь к родине, к стране, традициям и т.д.

Заключительная часть

1. Рефлексия. Продолжи предложение: «Мои ценности – это...»
2. Прощание. Участники группы все вместе говорят «До свидания, мы!»

**Занятие №4**

Тема: Мои ценности и ресурсы.

Цель: Создание условий для формирования стремления к самопознанию детей-сирот.

Вводная часть:

**Приветствие.** Упражнение **«Рисование себя».** Подросткампредоставляется бумага разного формата и разных цветов, фломастеры, карандаши, ручки, мелки и т. д. *Инструкция.* Сейчас я предлагаю вам нарисовать себя. Себя можно изобразить растениями, животными, схематично, цветом и по-другому, как вам захочется. Для рисования вы можете использовать любую бумагу и любые пишущие принадлежности. Каждый участник может показать свой рисунок и рассказать группе о нем. Ведущему надо иметь в виду, что дети часто стремятся к тому, чтобы взрослый похвалил их рисунок, «оценил на отлично». Ведущий при этом подчеркивает, что у каждого рисунок хорош по-своему, и главное, что участники изобразили себя.

Основная часть

1.Упражнение **«Роза и чертополох».** Дается два этих предмета одному из участников. И он может подойти к любому из сидящих в круге и сказать: «Я дарю тебе эту розу за то, что ты и дарю тебе этот чертополох за то, что ты... (роза - за то качество, которое ты принимаешь в человеке, оно тебе нравится, а чертополох - за то качество, которое ты не принимаешь в нем, над которым, как тебе кажется, ему нужно поработать). Участник, получивший розу и чертополох «дарит» их другому члену группы и т. д.

2. Что такое собственная уникальность и уникальность другого человека? Предлагается всем ребятам ответить на данный вопрос. Ведущий обобщает сказанное подростками. Можно использовать результаты упражнений **«Рисование себя» и «Роза и чертополох».**

3. Упражнение **«Ассоциации»:** назовите какие у вас ассоциации возникают на слово «Ресурс». Далее в доступной форме рассказать ребятам: «Что такое ресурс личности, разнообразие ресурсов личности». Ресурсы – это определенные способности, знания и умения человека, позволяющие ему эффективно справляться с требованиями среды. К ним относится умение понимать социальную ситуацию, прогнозировать собственное поведение и поведение окружающих в ней, нести ответственность за свое поведение и жизнь в целом, сформированная в соответствие с возрастом позитивная самооценка, умение понимать и эмоционально сопереживать ближнему при сохранении четкого понимания, что у каждого – свой путь и свой выбор и каждый человек индивидуален и не похож на других. Иными словами ресурсы личности – это все те психологические основания, которые позволяют человеку без страха встречаться с жизненными трудностями, не стремиться избегать их, а разумно разрешать проблемы, пользоваться помощью и поддержкой окружающих.

4. Упражнение **«Ах, какой ты молодец - раз!».** Участники разбиваются на пары. Один из них говорит о себе что-то хорошее, а второй - считает эти комплименты: «Ах, какой ты молодец- раз!.. Ах, какой ты молодец - два!..» и т. д. Затем участники меняются местами. В обсуждении можно задать вопросы: «Легко ли было говорить о себе столько хорошего? Что помогало, что мешало выполнять это упражнение?» Упражнение позволяет обратиться к себе с позитивной стороны. Оно повышает самооценку, но достаточно сложно для детей.

Заключительная часть

1. Рефлексия. Продолжи предложение: «Мои ресурсы – это…»
2. Прощание. Участники группы все вместе говорят «До свидания, мы!»

**Занятие №5**

Тема: Собственная уникальность и уникальность другого человека. Безоценочное принятие своих качеств и качеств других людей.

Цель: Расширить представление об уникальности каждого человека.

Вводная часть:

1. **Приветствие.** Упражнение **«Принцесса, дракон и самурай».** Давайте разделимся на две, равные по количеству участников команды. Я предлагаю вам сыграть в игру “Принцесса и самурай”. Эта игра похожа на детскую игрушку “Камень-Ножницы-Бумага». Помните такую игру?. Только эта игра командная. Это означает, что у участников команд будет время, чтобы договориться какую фигуру они будут показывать. После того как вы договоритесь, команды выстраиваются в две шеренги друг против друга и по моей команде, вы одновременно, показываете выбранные фигуры. Фигур у нас будет три: принцесса, самурай и дракон. Принцесса побеждает Самурая, Самурай дракона, Дракон Принцессу. Как показывать фигуры? *Самурай.* Как будем его показывать? Обычный образ самурая это меч, он агрессивен и кричит “банзай”. Давайте попробуем показать самурая: у каждого в руке меч, шаг вперед, бьем мечом и кричим “банзай”! На счет три-четыре! *Дракон.* Как дракона покажем? Он больший и страшный, а еще у него изо рта пламя бьет. Давайте попробуем по моей команде показать дракона: шаг вперед, руки-когти и рычим - р-р-рррр. *Принцесса.* "Ну, принцесса у нас будет “тепленькая”. Попробуем: девочка-припевочка, в руках подол, ногами как в варьете и поет “ля-ля-ля”. Разобрались с фигурами, теперь у каждой команды есть 30 секунд, чтобы обсудить свой первый ход, т.е. то, какую фигуру вы будете показывать. Постарайтесь обсуждать так, чтобы вас не услышала другая команда. Игра будет играться до трех побед.

Основная часть

1. **Упражнение «Волшебная лавка»** Участники могут сосредоточиться на представлении о себе, о своих особенностях и на их анализе, обдумывании, что бы им хотелось изменить. Упражнение позволяет прийти к мысли: чтобы приобрести что-то новое, нам всегда приходится платить. Также участники могут задуматься о существенных для них жизненных целях. *Инструкция.* Я хочу предложить вам упражнение, которое даст вам возможность посмотреть на самих себя. Устройтесь поудобнее. Несколько раз глубоко вдохните и выдохните и полностью расслабьтесь. Представьте себе, что вы идете по узенькой тропинке через лес. Вообразите окружающую вас природу. Осмотритесь вокруг. Сумрачно или светло в окружающем вас лесу? Что вы слышите? Какие запахи вы ощущаете? Что вы еще чувствуете? Внезапно тропинка поворачивает и выводит вас к какому-то старому дому. Вам становится интересно, и вы заходите внутрь. Вы видите полки, ящики. Повсюду стоят сосуды, банки, коробки. Это старая лавка, причем волшебная. Теперь представьте себе, что я - продавец в этой лавке. Добро пожаловать! Здесь вы можете приобрести что-нибудь, но не вещи, а черты характера, способности - все, что пожелаете. Но есть одно правило: за каждое качество, ваше желание, вы должны отдать что-либо, другое качество или от чего-то отказаться. Тот, кто пожелает воспользоваться волшебной лавкой, может подойти ко мне и сказать, чего он хочет. Я задам вопрос: "Что ты отдашь за это?" Он должен решить, что это будет. Обмен состоится, если кто-то из группы захочет приобрести это качество, способность, умение, то, что отдается, или если мне, хозяину лавки, покажется этот обмен равноценным, понравится эта способность, умение. Через некоторое время ко мне может подойти следующий член группы. В заключение мы обсудим, что каждый из нас пережил.
2. **Упражнение «Загородный дом»** *Инструкция.* Представьте, что вы вместе со своими друзьями решили провести выходные в своем загородном доме. Каждый из вас поехал в свой дом, чтобы подготовить все к приезду друзей. Внезапно пошел снег, поднялся сильный ветер. Понятно, что друзья сегодня приехать не смогут. В доме есть запас воды, еды, топлива, тренажерный зал, бассейн, магнитофон, телевизор, видеомагнитофон, библиотека, алкоголь, компьютер с играми. Ребята описывают свои предполагаемые действия, при условии, связь с внешним миром отсутствует.

Затем задание усложняется тем, что:

* эта ситуация продолжается на следующий день;
* эта ситуация продолжается неделю;
* эта ситуация продолжается месяц.

**3. Упражнения «Чемодан в дорогу»**

По кругу участнику на отдельном листочке каждый пишет два качества: качество, которое вы цените в этом человеке, и качество, которое вы хотели бы видеть у этого человека более развитым.

Заключительная часть

1.Рефлексия. Продолжи предложение: «Моя уникальная ценность – это…»

2.Прощание. Участники группы все вместе говорят «До свидания, мы!»

**Занятие №6**

Тема: Самооценка.

Цель: Дать понятие самооценки личности, расширить представление о своей уникальной личности.

Вводная часть:

**Упражнение «Ха-ха-ха».**Все ложатся, кладя голову на живот другому участнику и, образуя, таким образом, длинную цепь. Первый играющий говорит: «Ха», второй: «Ха-ха» и т.д. Игра начинается заново, если кто-нибудь засмеется.

Основная часть:

Самооценка — ценность, которая приписывается человек себе или отдельным своим качествам. В качестве основного критерия оценивания выступает то, что человеку кажется значимым. Главные функции, которые выполняются самооценкой, — регуляторная, на основе которой происходит решение задач личностного выбора, и защитная, обеспечивающая относительную стабильность и независимость личности. Значительную роль в формировании самооценки играют оценки окружающих личности и достижений индивида. Также можно сказать, что самооценка это состояние, когда человек оценивает сам себя в разных областях, давая оценку тем или иным своим качествам (привлекательность, сексуальность, профессионализм).

Самооценка, т.е. оценка человеком себя, своих возможностей, качеств и места среди других людей, безусловно, относится к базисным качествам личности. Именно она во многом определяет взаимоотношения с окружающими, критичность, требовательность к себе, отношение к успехам и неудачам.

Человек, живя и действуя в окружающем мире, постоянно сравнивает себя с другими людьми, свои собственные дела и успехи с делами и успехами других людей. Такое же сравнение - самооценку мы проводим и по отношению ко всем своим качествам: внешности, способностям, успехам в учебе или в работе. Иными словами, мы с детства учимся оценивать сами себя.

1. **Упражнение «Образ «Я»**

*Упражнение направлено на осознание личностного существования, на соединение вербального и невербального компонентов выразительности самооценочной позиции.*

Каждому участнику предлагается произнести слово "Я" с только ему присущей интонацией, мимикой, жестами. Нужно сделать это так, чтобы одним словом как можно полнее выразить восприятие своего "Я", свою индивидуальность и свое место в мире.

1. **Упражнение «Автопортрет»**

*Упражнение направлено на изучение представлений о себе самом.*

Возьмите чистый лист бумаги и нарисуйте на нем свой портрет. Это может быть портрет себя во время упражнения “Театр прикосновений” (каким вы себя увидели), или это может быть ваш портрет в обыденной жизни или еще какой-то портрет себя в вашем воображении. Рисуем с тем условием, чтобы не смотреть и не видеть рисунков других участников группы. Когда закончите рисовать автопортреты отдадите нам лично в руки.

*Другой вариант*. Представьте себе, что вам предстоит встреча с незнакомым человеком и нужно, чтобы он узнал вас. Опишите себя. Найдите такие признаки, которые выделяют вас из толпы. Опишите свой внешний вид, походку, манеру говорить, одеваться. Может быть, вам присущи обращающие на себя внимание жесты.

Работа происходит в парах. В процессе выступления одного из партнеров другой может задавать уточняющие вопросы, для того, чтобы "автопортрет" был более полным.

На обсуждение в парах отводится 15-20 минут.

По окончанию задания участники садятся в круг и делятся впечатлениями.

**3. Коллаж «Кто я?»**

Участникам предлагается мысленно задать себе вопрос «Кто я?». И из предложенных картинок и вырезок создать коллаж, который бы отвечал на этот вопрос.

*Вариант:*Задать мысленно какой-то вопрос, волнующий тебя, и выполнить коллаж, с тем, чтобы получить ответ от своей «внутренней мудрости».

**4**. **Творческое задание «Я в будущем» (рисунок, рассказ, коллаж.).**

*Инструкция*. Давайте помечтаем о своем будущем:

* в профессиональном плане (кем вы будете, каким видом деятельности вы будете заниматься);
* в личностном плане (семья, дети и т.д.);
* в психологическом плане (человеческие качества).

Определите и хронологические рамки, например будущее через год, через пять лет, через 25 лет.

Заключительная часть:

1. Рефлексия. Продолжи предложение: «Я хороший, потому что…»
2. Прощание. Участники группы все вместе говорят «До свидания, мы!»

**Занятие №7**

Тема: Социальные роли. Общение. Барьеры в общении.

Цель: дать понятие «общение», виды общение, научить устанавливать конструктивный контакт с собеседником.

Вводная часть:

**Упражнение «Кто это?»**

Цель упражнения, которое мы проведем повеселить нас и тем самым взбодрить и приготовить к дальнейшему тренингу. Возьмите каждый по листку бумаги и нарисуйте сверху голову - человека, животного, птицы. Загните лист так, чтобы нарисованного не было видно только кончик шеи. И передайте рисунок соседу. У каждого участника игры оказался новый лист с изображением, которого он не видел. Все рисуют верхнюю часть туловища, снова "прячут" рисунок и передают соседу, чтоб на новом полученном листке дорисовать конечности. А теперь разверните все рисунки и посмотрите, какие на них изображены существа.

Основная часть:

В культуре человечества самое древнее искусство – искусство общения. Еще не было ни театра, ни живописи, ни музыки – было общение.

Общение - не только процесс обмена информацией. Это и сопереживание, и совместная деятельность, и многое другое.

Общение служит для решения многих вопросов, возникающих каждый день.

Синонимом общения является термин «коммуникативная деятельность».

Для того чтобы установился хороший контакт, важно расположить собеседника к себе, вызвать его доверие, интерес к себе. Для этого у нас есть невербальные и вербальные средства.

Невербальные - улыбка, контакт глаз, организация пространства общения (дистанция). Вербальные - комплименты, «ритуальные» фразы (какая хорошая погода...) и т. д.

Схема общения:

Что? (Информационный аспект общения).

Кому? (Направленность общения).

Зачем? (Актуальность, интерес).

Почему? (Аргументация, мотив общения).

Как? (Структура, уровни, формы общения).

Когда мы общаемся, то даже не замечаем этого, отвечаем на эти вопросы.

Часто бывает, что, начиная общаться с незнакомыми людьми, к одним из них мы испытываем симпатию и доверие уже с первых секунд нашего общения, по отношению к другим – явный негатив, а третьи - остаются для нас загадкой еще на некоторое время. Дело в том, что передача информации происходит не только за счет слов, то есть на вербальном уровне, но так же и с помощью невербальных средств общения, к которым относятся мимика, позы и жесты.

Наши **жесты** являются точными индикаторами внутреннего состояния, мыслей, эмоций и истинных желаний человека, поэтому в случае, когда мы на словах слышим одно, а по лицу и телу собеседника видим несоответствие сказанному, в нас зарождаются сомнения и недоверие к говорящему. Причем происходит это на подсознательном уровне. Нам почему-то просто не нравится этот человек, и только спустя время мы находим этому подтверждение, убеждаемся в правильности своего первого впечатления о нем, восклицая: «Я как чувствовал!». Дело в том, что слова легче контролируются, а вот **жесты**, взгляд и позы тела труднее всего поддаются волевому контролю. Поэтому наш «второй язык» зачастую более правдивый и действенный. Это мы и наблюдаем, когда нас пытаются обмануть или сбить с толку, язык тела говорит совсем иное, чем слова, а у того, кто нам сразу понравился и слова и **жесты** говорили одно и тоже, совпадали и не противоречили друг другу. Поэтому считается, что первые десять секунд дают самое верное впечатление о человеке, когда мы о нем еще ничего не знаем, так как и мимика, и поза, и **жесты** мгновенно вступают с нами в бессловесный диалог.

Альбертом Мейерабианом, исследователем в области коммуникаций, было установлено, что передача информации только на 7% происходит с помощью *слов*, на 38% за счет *звуковых средств* (включая тон голоса и интонацию звука) и на 55% за счет *невербальных средств общения*. В жизни наше тело выполняет множество различных движений, которые в свою очередь могут быть статическими, т.е. неподвижными к ним относятся позы, а могут быть динамичными – это походка и **жесты**.

Жестами мы располагаем к себе и отталкиваем, зовем и останавливаем, привлекаем внимание и защищаемся. В свою очередь **жесты** подразделяются на несколько видов. Они бывают: общепринятыми, эмоциональными (несут культурную основу), личностными (те, которые типичны для данного человека и, чем человек индивидуальнее, тем своеобразней будут эти **жесты**) и ритуальные (например, используемые при приветствии). Причем в разных странах и культурах одни и те же **жесты** могут обозначать совершенно противоположные по значению понятия, а по сему и восприниматься по-разному. Для примера возьмем самые простые **жесты**, означающие «да» и «нет». Говоря «да», греки, турки или болгары будут поворачивать голову слева направо и обратно, что для большинства европейцев равнозначно «нет». Или такой популярный во многих странах жест, когда большой и указательный пальцы соединяются в виде кольца. Для американца это «о’кей», для жителя французского Средиземноморья – «ноль» или «ничего», для тунисца – «я тебя убью», а для японца – «деньги». А приложенный к виску указательный палец будет выражать глупость во Франции и ум в Голландии. Тот же палец, приложенный к носу, в Шотландии означает «знаю секрет», а в соседнем Уэльсе – обыкновенное любопытство. Палец у века в Италии выражает проявление доброжелательности, в Испании – недоверие, а француз посчитает, что его принимают за лжеца. Махать рукой при прощании можно в любой стране, кроме Греции: там подумают, что вы их посылаете куда подальше. Поэтому, для туристов, путешествующих по разным странам, актуально будет помнить правило «В чужой монастырь со своим уставом не ходят», дабы избежать возможных неловких ситуаций.

1. **Упражнение «Социальные роли»**

Упражнение выполняется в круге. Участникам предлагается по кругу назвать роли, в которых они бывают. Мы можем играть разные роли и можем менять их, но при этом мы остаемся собой. Наподобие того, как у нас остается то же тело, когда мы переодеваем одежду. Нарисуйте или просто перечислите множество ролей, в которых вы когда-либо в жизни бывали.

1. **Упражнение «Броуновское движение»или « Молекулы».**

Представьте, что все мы «Атомы». Атомы постоянно двигаются. При низкой температуре атомы двигаются медленно, чем выше температура, тем быстрее двигаются атомы. Время от времени атомы объединяются в молекулы. Число атомов в молекуле может быть разным. Оно будет определяться тем, какое число я назову. Представьте себе, что:

* Температура 30 градусов – атомы начали двигаться (объединяются по 3 атома в молекулу).
* Температура 50 градусов – атомы двигаются быстрее (объединяются по 4 атома в молекулу).
* Температура 100 градусов – атомы «бегают как угорелые» (объединяются по 5 атомов в молекулу).

1. **Упражнения «Правила общения»**

Ведущий предлагает участникам сформулировать правила, которые помогают им в общении. Сформулированные правила выносятся на общее обсуждение:

В каких ситуациях это правило сможет помочь?

Трудно ли соблюдать это правило?

Применяете ли вы это правило?

Подходит ли вам это правило?

Правила, одобренные большинством участников, записываются на доске.

*Ведущему!*

Возможные варианты правил:

Будь краток.

Говори четко, разборчиво.

Не используй в речи оценки и обобщения («Это не правильно», «Ты не понимаешь», «Ты всегда так» и т.п.)

Говори от «Я» («Я чувствую, что…», «Я думаю…»)

1. **Упражнение «Невербальный контакт»**

*Инструкция.* Один из участников (доброволец) должен будет выйти из комнаты. Когда он вернется, ему надо будет определить, кто из участников готов вступить с ним вконтакт. При этом мы все будем пользоваться только невербальными средствами. Группа, в отсутствии добровольца должна будет определить участника, который будет демонстрировать готовность вступить в контакт, остальные должны будут показывать нежелание этого делать. Затем выбираются другие добровольцы. При этом количество участников, желающих вступить в контакт, можно постепенно увеличивать - двое, трое или все, кто хочет.

*Обсуждение.* Легко ли было устанавливать контакт? Что помогло определить человека, желающего общаться? Какими средствами показывали нежелание общаться? Что вы чувствовали, когда понимали, что в общении с вами не заинтересованы? Были ли добровольцы, которым удалось установить контакт с большим количеством членов группы, чем планировалось? При обсуждении упражнения обращается внимание на признаки, которые были определяющими при определении готовности к вступлению в контакт.

Предметом обсуждения могут стать сложности, связанные с неоднозначностью предъявления своего желания или нежелания вступать в контакт. Это упражнение позволяет отметить чувствительность, доброжелательность участников, средства невербального контакта. Для ведущего данное упражнение, в некоторой степени, является социометрическим.

Заключительная часть:

1. Рефлексия. Продолжи предложение: «Для меня общение – это…»
2. Прощание. Участники группы все вместе говорят «До свидания, мы!»

**Занятие №8**

Тема: Манипуляции. Уверенное поведение.

Цель: дать понятие о «манипуляции», выработать навык уверенного поведения.

Вводная часть:

**Упражнение «Миссис Мамбл»**

Усаживаемся в круг. Сейчас один из вас должен обратиться к своему соседу справа и спросит: «Простите, вы не видели миссис Мамбл?». Сосед справа должен ответить отвечает фразой: «Нет, я не видел. Но могу спросить у соседа», после чего он поворачивается к своему соседу справа и задает установленный вопрос, и так по кругу. Внимание! Есть одно условие правильного выполнения этого упражнения: задавая и отвечая на вопросы, нельзя показывать зубы. Тот, кто засмеется или покажет зубы во время диалога, выбывает из круга.

Основная часть:

В начале занятия ведущему предстоит выполнить процедуру манипулирования, применяемую продавцами так называемых «тайм-шеров» — домов, сдаваемых во временное пользование для отдыха. Для создания свободной обстановки ведущий начинает разговор с нейтральной темы (погода, спорт, телепередачи, как я провожу свободное время). Проводится поочередное завершение участниками фразы «Больше всего я люблю отдыхать в ... (время года)».

Ведущий • Назовите по кругу место (город, страну), где вам хотелось бы побывать. • Хотелось бы вам иметь возможность провести там каникулы (отпуск)? • Хотелось ли бы иметь там собственный дом? Если бы вы оплачивали туристическую поездку, то какую форму оплаты использовали: наличную, безналичную, кредитные карточки? (Ответы участников.) Иметь дом в каждом из этих мест не так уж и сложно и не так уж дорого. Допустим, что небольшой дом в некоем городе или стране стоит 200 тысяч долларов. Однако, если вы покупаете его не на 20 лет, а на один год, цена сокращается в 20 раз. Если же вам в течение года дом нужен только на один месяц, то сумму нужно разделить еще на 12. Если же вы планируете отдыхать в течение года только две недели, то вам нужно заплатить всего 416 долларов. После этого в течение 20 лет ежегодно вы можете приезжать в этот дом — он целиком ваш на две недели. Не нужно платить за дорогую гостиницу или снимать чужую квартиру. В вашем распоряжении целый дом.

• Не правда ли, выгодно?

• Хотели бы вы иметь такой вариант?

Как правило, участники дают утвердительные ответы. Затем ведущий спрашивает, не хотелось бы присутствующим прохладительный напиток, и предлагает его желающим. Он завершает свое выступление сообщением:

Это предложение действует только сегодня. Если вы в состоянии заплатить именно сейчас, заключив со мной договор, то вы получите 50%-ную скидку и право на временное пользование домом в Сочи (во Франции, на Мальдивских островах) всего за 200 долларов. Кстати, в параллельном классе согласились уже три человека и очень довольны.

После небольшой паузы, во время которой можно снова предложить прохладительный напиток, ведущий объясняет, что именно сейчас происходило, и предлагает обсудить ситуацию.

В процессе обсуждения участникам задаются вопросы:

• Приходилось ли вам в действительности сталкиваться с похожими предложениями?

• Согласились ли бы вы на подобное предложение? Почему?

•Возникало ли у вас ощущение, что вами пытаются управлять? если — «да», то почему?

Ведущий разъясняет суть осуществленных приемов манипулирования:

* вопрос о наличии кредитной карточки косвенно свидетельствует о платежеспособности клиента;
* продавец тайм-шерных услуг не говорит о качестве дома, как далеко от моря он расположен, есть ли в нем необходимые удобства;
* не говорит о том, сколько стоит проезд к дому, и о том, что фактически оплачивается дом только на один год — при продлении договора необходимо снова платить и т.д. Кстати, упоминание о том, что в параллельном классе покупку уже сделали, также является манипуляцией — клиента провоцируют «быть как все».

Ведущий. Очень часто люди покупают ненужные им вещи, при этом подчас дороже, чем могли бы это сделать в магазине. Они вкладывают деньги в финансовые пирамиды, принимают участие в «бесплатной и беспроигрышной» лотерее, в результате чего теряют большие деньги. (Участникам предлагается привести известные им примеры подобных случаев.)

Продавцы в подобных ситуациях применяют так называемые «манипуляции» (показывает плакат с определением этого понятия). Манипуляция имеет целью формирование у другого человека намерений, не совпадающих с его реальными желаниями, иными словами — это вынуждение другого поступить так, как это нужно манипулятору, при этом тот, кем манипулируют, считает, что действует самостоятельно.

Для манипуляции характерны определенные свойства. Это: скрытый характер воздействия, отношение манипулятора к другому как к средству достижения своих целей; стремление получить односторонний выигрыш.

Существует несколько видов манипуляции (по Р.Чалдини).

«Взаимный обмен»

Он предполагает, что человек будет стремиться отплатить за предоставленную ему услугу. Например, в эксперименте испытуемые, разбитые на пары, должны были оценивать картины. Один из них был «подсадным», то есть помощником психолога. Во время перерыва он уходил из лаборатории, а затем возвращался с двумя бутылками кока-колы и предлагал одну из них настоящему испытуемому. В контрольной группе он возвращался без воды.

После того как оценивание картин заканчивалось, он просил испытуемого оказать ему услугу — купить у него один или несколько лотерейных билетов. Испытуемые, которым до этого была предложена кока-кола, приобретали в среднем в два раза больше билетов (при том что один билет стоил дороже бутылки воды).

Правило «взаимного обмена» дает возможность повлиять на наше решение, предварительно что-то для нас сделав. Оно действует даже тогда, когда нам оказывают услугу, о которой мы не просили, и тогда, когда услуга, которую должны оказать мы, значительно более серьезна.

На этом правиле основана тактика «отказ-затем-отступление». Она заключается в том, что, начав с завышенного требования, требующий переходит к реальному, которое теперь выглядит как уступка и заставляет нас уступить в ответ. Кроме того, здесь задействовано еще и явление контраста: меньшая просьба по сравнению с более существенной может показаться менее трудной для выполнения.

Например, если мы попросим взаймы большую сумму денег, то можем получить отказ, но, скорее всего, нам не откажут, если наша следующая просьба будет о займе меньшей суммы. При этом у жертвы возникает чувство ответственности и удовлетворенность заключаемым соглашением, поскольку решение, как ей кажется, было принято самостоятельно.

«Последовательность»

Этот прием основан на том, что, заставив человека сделать мелкое одолжение, уже несложно заставить его сделать крупное. Примером является метод «нога-в-дверях». В «торговом» варианте он заключается в том, что покупателя легче склонить сделать крупную покупку, после того как он сделает мелкую. На этом же основан метод «выбрасывание низкого мяча», заключающийся в том, что даже после того, как исчезает причина (например, скидка на товар), по которой мы на что-то согласились, мы все равно это делаем (покупаем).

По мере обсуждения ведущий предлагает участникам приводить примеры. Если они затрудняются, это делает он сам. Завершая рассказ о «последовательности», ведущий рассказывает об управляемом умозаключении — ситуации, когда срабатывают те или иные типичные стереотипы. Так, если привести ряд 3,6,8 и сказать, что это цифры, потом спросить, что такое «о», вероятнее всего ответят, что это цифра «ноль», а если привести ряд а, б, в и задать тот же вопрос, то вероятнее всего ответят, что это буква «о».

«Социальные доказательства»

Этот механизм связан с тем, что мы, чтобы понять, как действовать в той или иной ситуации, часто ориентируемся на поведение в этой ситуации других людей. Принцип социального доказательства гласит: «Чем больше людей находит данную идею верной, тем более верной считается эта идея». В специально распускаемых слухах о финансовой пирамиде «Властилина» рассказывалось о том, что огромные барыши получали не побоявшиеся вложиться в пирамиду широко известные звезды эстрады.

Любопытно, что очень часто в непростой ситуации люди, на чье поведение ориентируемся мы, точно так же ориентируются на нас. Впрочем, в таком случае манипулирования не происходит. Почему?

«Благорасположение»

Основано на том, что мы склонны соглашаться с симпатичными нам людьми. Однако и симпатия возникает не просто так.

Во-первых, мы больше симпатизируем знакомым нам людям. Не случайно часто, когда кто-то обращается к нам с просьбой, он пытается представиться как знакомый нашего знакомого. Именно механизм «благорасположения» лежит в основе традиции при знакомстве быть представленным кем-либо.

Во-вторых, важна физическая привлекательность человека. Многочисленные исследования показали, что когда одна положительная характеристика бросается в глаза окружающим, она оттесняет на задний план другие, в том числе отрицательные, черты. Мы автоматически считаем красивых людей более добрыми, умными, талантливыми. С принципом благорасположения связано также использование положительных ассоциаций в рекламе.

«Авторитет»

Используется склонность людей автоматически повиноваться авторитетам. Повиноваться истинным авторитетам удобно, так как они имеют больше знаний, силы и в ситуации непростого выбора облегчают наши терзания, взяв ответственность за выбор на себя. Опасность заключается в автоматическом реагировании не на сам авторитет, а на его символы. Такими символами являются титулы, внешний вид и некоторые личные вещи (например, автомобиль определенной марки).

Примером может быть известный эксперимент, когда студентам в разных аудиториях был представлен один и тот же человек. В одной — как студент, в другой — как лаборант, в третьей — как лектор, в четвертой — как профессор. Испытуемых просили оценить его рост. Оказалось, что чем выше был его статус, тем выше он казался. Классик русской литературы ХIХ века с иронией писал, что уряднику было достаточно отправить в возмущенную чем-либо деревню свою фуражку, и волнения стихали.

«Дефицит»

Основан на простой зависимости — то, что менее доступно, особенно притягательно. Кроме того, принцип дефицита действует сильнее, если нечто стало дефицитным совсем недавно и при наличии конкуренции. «Всякий раз, когда что-то ограничивает наш выбор или лишает нас возможности выбора, потребность сохранить наши свободы заставляет нас желать их значительно сильнее, чем прежде». «Дефицитным» может быть время: вам предлагают принять решение немедленно, иначе «вы все потеряете»!

Ведущий напоминает ситуацию «Продажа тайм-шера» и предлагает участникам назвать используемые виды манипуляций: угощение прохладительными напитками («Взаимный обмен»), упоминание о приобретении товара знакомыми («Социальные доказательства»), предложение о скидке «только сегодня!» («Дефицит»). Могут быть названы и другие детали, например, начало разговора — издалека, с приятной для собеседников темы отдыха.

Ведущий. Распознать манипуляции, производимые по отношению к вам, не всегда легко. Одним из способов распознавания является анализ собственных эмоций, которые возникают в процессе общения. Если вы чувствуете «странность» эмоций (возникновение эмоций, не соответствующих ситуации) или резкий эмоциональный всплеск, знайте — это может быть признаком манипуляции.

Характерным признаком может быть также повторяемость эмоций при встрече с одним и тем же человеком. В таких случаях рекомендуется проанализировать его действия по отношения к вам. Собственные эмоции выступают в качестве важных сигналов, информирующих нас о манипулятивных действиях со стороны другого человека.

Помимо анализа эмоций, необходимо следить за изменением обстановки. Если вы оказываетесь в ситуации, которая вам невыгодна, по крайней мере на данный момент, — это также может быть признаком манипуляции.

Рассмотрим пример. Вам звонят на мобильный телефон и сообщают, что ваш номер выиграл в лотерее, проводимой фирмой мобильной связи. Если вы приедете в течение трех дней в офис (сообщается адрес), вы бесплатно получите новую модель телефона со встроенной цифровой фотокамерой и возможность бесплатных разговоров в течение месяца. Теряем ли мы что-либо в этой ситуации? Ответ: нет, по крайней мере, в настоящий момент. А какие эмоции в этот момент мы испытываем? Ответ: всплеск эмоций — радость, удивление, недоверие.

Таким образом, мы получаем первый сигнал о возможной манипуляции. Кроме того, не напоминает ли нам подобное начало разговора один из видов манипуляции? Ответ: «Взаимный обмен». Вопрос, который мы можем задать себе: не попросят ли нас сейчас о какой-нибудь услуге?

Вам предлагают в течение одной минуты перезвонить с вашего номера на указываемый номер, «чтобы вас зафиксировал компьютер». Что означает это действие для нас и для звонившего? Кто теряет, кто приобретает? Ответ: дальнейший разговор будет оплачиваться нами. Можно предположить, что звонящий вам применяет прием «нога-в-дверях».

Что означает этот прием? Не исключено, что вы все еще продолжаете выполнять получаемые инструкции. Вы должны в течение одного часа купить карточки экспресс-оплаты и по известному уже вам телефону сообщить их номера. После этого можно приезжать за выигрышем. Вопрос: в сложившейся ситуации вы получаете или теряете? (Вы уже начинаете платить.) Обращаю ваше внимание на выражение «вы должны». В подобных ситуациях мы иногда замечаем, что что-то должны, не зная, почему, — это также один из признаков манипуляции по отношению к нам.

Завершая описание примера, ведущий напоминает поговорку о том, что «бесплатный сыр бывает только в мышеловке».

1. **Упражнение «Три портрета».**

Ребятам предлагается разделиться на три микрогруппы. Каждая группа получает задание нарисовать человека: уверенного в себе, самоуверенного, неуверенного, а также описать основные психологические особенности и особенности поведения уверенного, неуверенного и самоуверенного человека. Выводы фиксируются на доске (на ватмане), разделенной на три части.

Например:

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Уверенный человек | Самоуверенный человек | Неуверенный человек |
| Спокойный | Говорит громко | Говорит тихо |
| Смотрит на собеседника во время разговора | Грубит | Не смотрит в глаза |
| Отстаивает свою точку зрения | Командует там, где не имеет права | Не умеет отказать |
| Общительный |  | Стесняется |
| Не боится показать, что чего-то не знает |  | Необщительный |

**2.Упражнение с гримом «Лицедейство»**

Детям очень нравится использовать грим, они увлеченно раскрашивают себе лица и потом с удовольствием смывают грим, размазывая его.

*Инструкция.* Используя грим, мы сейчас будем создавать свое необычное лицо. Это будет маска для какой-либо роли. Например, шаманы, чтобы усилить магическое значение своего действия, разрисовывали себя. И в наше время многие племена перед битвой или перед охотой разрисовывают себя, чтобы усилить свое внутреннее состояние готовности действовать. Индейцы украшали себя перьями, больше всего их было у вождей. Можно нарисовать себе совершенно любое лицо - злого пирата или грустного клоуна, веселую Пеппи или Кота Базилио. Прежде чем приступить к работе, подумайте, какое необычное лицо вам сейчас хочется изобразить, постарайтесь сохранить это в тайне. А теперь приступайте к работе. Походите разрисованные по комнате, не говоря между собой, попробуйте определить, кто есть кто. Не раскрывайтесь сами, пусть вас попробуют узнать». Затем дети представляют свои роли.

*Обсуждение.* Что было необычным для тебя в твоей новой роли? Что ты чувствовал, когда изображал эту роль? Чье лицо тебе показалось необычным?

Важно подчеркнуть, чем похожи друг на друга уверенное и самоуверенное поведение – и за тем, и за другим может стоять неуверенность человека.

Заключительная часть:

1. Рефлексия. Продолжи предложение: «Манипуляция – это…»
2. Прощание. Участники группы все вместе говорят «До свидания, мы!»

**Занятие №9**

Тема: Дружба.

Цель: дать понятие «дружба», расширить представление о дружеских отношениях.

Вводная часть:

Разделимся на четыре группы, у каждой группы будет свое слово.

• 1-я группа: *Блин!*

• 2-я группа: *Пол-блина!*

• 3-я группа: *Четверть блина!*

• 4-я группа: *Блинчики!*

Первая группа начинает хор со своей фразы, повторяя ее непрерывно, не останавливаясь. Как только 1-я фраза прозвучала один-два раза, в хор вступает 2-я партия. Затем присоединяются друг за другом 3-я и 4-я партии.

Основная часть:

Дружба – это когда люди хотят быть вместе, когда они интересуют друг друга, доверяют друг другу. Дружба возможна только при соблюдении определенных «законов», важнейшими из которых являются уважения прав друг друга, умение признавать свои ошибки, обязательность, отсутствие споров о вкусах, терпимость и справедливая критика.

Дружба - это больше, чем приятная компания или близость интересов. Дружба – глубокие, искренние отношения, включающие в себя целый комплекс эмоций. Для дружбы характерно глубокое взаимопонимание людей. Это означает возможность общаться друг с другом практически без слов, при помощи жестов и мимики, воспринимать и точно понимать друг друга на основе едва уловимых движений и интонации, понятных только друзьям и не воспринимаемых окружающими. Давние друзья могут заранее предсказывать реакции и поведение друг друга в разных жизненных ситуациях, вплоть до определения мыслей, которые друг другу придут в голову в тот или иной момент.

Дружба означает близость и взаимное тяготение людей друг к другу. Настоящий друг лучше, чем кто-либо другой поймёт наше настроение, наши переживания, разделит радость и огорчения, проявит сочувствие, утешит и поддержит в трудную минуту, окажет бескорыстную помощь. Если это необходимо, он ради вас даже поступится своим благополучием, пойдёт на какие угодно жертвы.

Нормы и правила, которыми руководствуются люди в дружеских отношениях, - это равноправие, готовность прийти на помощь, умение понять, уважение, преданность и доверие. Нарушение любого из них ведет к разрушению дружбы, в то время как в отношениях типа любви люди могут отчасти прощать друг другу подобные нарушения ради чувств, которые их связывают.

Настоящие друзья поддерживают друг друга не только эмоционально, но и другими доступными для них способами, причем такая поддержка всегда является бескорыстной, идет от души.

Дружба – это взаимоотношения, основанные на взаимной открытости, полном доверии, общности интересов, преданности людей друг другу, их постоянной готовности в любой момент прийти друг другу на помощь. Дружеские отношения бескорыстны, в них человек получает удовольствие от того, что доставляет приятное другому. Дружба, в отличие от любви, - это в основном отношения между людьми одного пола.

Многие знают о таком явлении как дружба, но дружить не умеют. Врожденная потребность в этом остается неудовлетворенной. Зачастую причиной этому служит непонимание человеком ее природы. Только поняв, что такое дружба, он получает возможность реализовать себя в ней. В противном случае если дружба и возникает, то только случайно, и не ценится должным образом, пока не распадется, а разница между просто знакомым и другом осознается, когда уже слишком поздно.

Хотя в дружбе всегда кто-то больше дает, чем получает, дружба все-таки основана на взаимности, друзья должны друг друга поддерживать. Друг всегда протянет руку помощи, вызволит из беды. Даже если нам никогда не приходилось воспользоваться его помощью, мы можем положиться на него: он не подведет, не оставит тебя одного в трудную минуту.

Дружить – это добровольно делиться с другим тем, что для вас важно, будь то ваши время или тайны, собственность или чувства. Делиться не всегда означает давать, скорее, это желание позволить другому участвовать в том, что тебе дорого. Крепкая дружба подразумевает общие идеалы, жизненные позиции и даже общие представления о прекрасном.

Доверие делает дружбу прочнее, укрепляет ее. Проверка на прочность и силу дружбы есть по сути проверка на уровень доверия. Могу ли я доверить ему свое имущество, жизнь, могу ли доверить важную тайну или только малосущественный секрет? Если мы можем доверить кому-либо только сумму в пятьдесят тысяч долларов, то такой человек может быть хорошим деловым партнером, но не другом. Если я действительно доверяю ему, то доверяю без границ. Я знаю, что друг не бросит меня в беде и поможет в любой ситуации, даже если он не согласен с моим мнением или считает мои действия глупыми.

Если дружеские чувства имеют определенные границы, это говорит о том, что речь идет о ненастоящей дружбе. Каждый из нас имеет товарищей и приятелей для совместных развлечений, в качестве «жилетки», в которую можно поплакаться, но настоящий друг – это друг на все случаи жизни. В настоящей дружбе, когда чувствуешь другого как самого себя, можно рассказывать обо всем без стеснения.

На настоящую дружбу не влияют время и расстояние. Люди могут разговаривать друг с другом лишь изредка, быть в разлуке в течение многих лет, но все равно оставаться очень близкими друзьями. Подобное постоянство – отличительная черта дружбы.

Хотя друзья могут очень любить друг друга, придавать своим отношениям большое значение, их дружба, в отличие от любви, не слепа. Мы можем видеть физические или личностные недостатки своего друга, он может быть невыносимым, скучным или еще что-нибудь похуже. Тем не менее, друг есть друг, верный и надежный, несмотря на все его недостатки. Более того: даже заядлый врун никогда не станет лгать другу, а лентяй сделает ради друга невозможное. Выбирая друга, мы ищем не богиню или рыцаря на белом коне, а человека, на которого можно положиться, с которым нас свяжут тесные отношения и сделают единым целым.

Но это все не означает, что между друзьями не бывает размолвок, наоборот, они могут ссориться, оставаясь при этом друзьями. Хотя это может вынести не каждая дружба. Обычно друзья знают границы дозволенного и если возникают какие-то проблемы, то могут их решить, обсудив. Но если люди не могут больше разговаривать друг с другом на любую тему, значит, они перестают быть друзьями.

Женская дружба тоже существует, хотя очень многие в этом сомневаются, большинство считают, что дружбы между девушками не бывает, что она заканчивается, рано или поздно, а существует она ради взаимовыгоды. Нет, мы считаем, что она есть, просто есть такой сложный и жуткий период в отношениях – притирка характеров, он может быть и очень долгим, но чем сложнее это время проходит, тем дружба в дальнейшем крепче. Потому что за это время переживаешь столько неприятных для тебя вещей, поступков, такая вот проверка, и если ты ее пройдешь – потом-то и начнутся отношения, которых ты заслужил, может это и будет настоящая крепкая дружба, вот тогда ты и поймешь, способен ли создать настоящие отношения с человеком.  Главное – вытерпеть это время и суметь понять человека, это очень сложно, удержать завязывающуюся дружбу. Крепкая дружба по-другому и не строится, нужно быть терпимым и несмотря ни на что не терять уверенности.

Как только мы осознаем важность дружеских отношений, слово «друг» приобретает иной смысл, значение и глубину. Если жизнь – лотерея, то истинный друг – огромный приз.

1. **Упражнение «Ассоциации»**

Какие ассоциации возникают у нас, когда мы слышим слово «дружба»? Эти ассоциации записываются на доске: друг, не бросит, не подведет, разговариваем. В общем, «дружба», как правило, вызывает у всех положительные чувства.

1. **Упражнение «Дружеская рука»**

Все участники садятся спинами в круг, закрывают глаза. Нужно подойти и положить руки на плечи тому, кому захочется, кто тебе больше всех нравится. Ограничений по количеству нет. Ведущий подходит к участникам и поднимает того, кто будет класть руки, так, чтобы другие участники не знали, кто к ним подходит. Задача: ни за что не открывать глаза. Важно терпение - как бы долго ни подходили, терпеть и не открывать глаза.

*Обсуждение.* Трудно ли было не открывать глаза? Подглядывал ли? Был ли терпеливым?

1. **Упражнение «Ищу друга»**

Можно представить, что мы переехали в другой город, в котором нет ни одного знакомого. В этом городе есть «Стена объявлений», на которой все желающие могут оставить какую-либо информацию. Необходимо составить текст и придумать оформление объявления, начинающегося словами «Ищу друга». Желательно, чтобы участники работали самостоятельно, не видели объявлений друг друга.

Ребята составляют текст и оформляют свои объявления. Готовые объявления развешиваются по стенам так, чтобы с ними могли ознакомиться все желающие.

Каждый из участников получает право «право трех голосов», он может цветным карандашом поставить крестики на трех объявлениях, на которые он бы откликнулся. Сам ведущий тоже имеет право голоса в случае, если принимал участие в первой части упражнения. Это к тому же позволит проследить за тем, чтобы объявления участников, испытывающих трудности с самопринятием, не оказались самыми популярными. Для того чтобы каждый мог поставить только три крестика, цвет «рабочего карандаша» у каждого свой.

Далее авторы объявлений могут снять их со стены и сделать вывод о популярности своего объявления. В ходе обсуждения выявляется, что чем больше требований к друзьям мы предъявляем, тем меньше у нас друзей. В дружбе требования предъявляются самому себе. В качестве иллюстрации можно привести английскую пословицу «Если хочешь, чтоб у тебя были друзья, нужно научиться самому себе быть другом»

Заключительная часть:

1. Рефлексия. Продолжи предложение: «Для меня дружба – это…»
2. Прощание. Участники группы все вместе говорят «До свидания, мы!»

**Занятие №10**

Тема: Взрослые и подростки.

Цель: дать представление о взаимоотношениях подростков и взрослых.

Вводная часть:

**Упражнение «Муха на носу»**

Сядьте удобно: руки свободно положите на колени, плечи и голова опущены, глаза закрыты. Мысленно представьте, что на ваше лицо пытается сесть муха. Она садится то на нос, то на рот, то на лоб, то на глаза. Ваша задача: не открывая глаз, согнать назойливое насекомое.

Основная часть:

Подростки задают взрослым множество вопросов, многим хотят с ними поделиться. Равнодушие взрослых для них мучительно. Родители должны проявлять постоянный интерес к учебе подростка, к его труду, увлечениям, переживаниям и мечтам и в то же время беседовать с ним о своей работе, друзьях, интересах. Отсутствие взаимного доверия не только обижает подростка, но и наносит значительный ущерб его общему, духовному развитию.

Родителям известно, что у подростка возможна резкая, не всегда объяснимая смена настроений. Например, вы заметили, что сын пришел из школы мрачный, неразговорчивый. Не садится обедать“нет аппетита”. Подходит время - не берется за уроки. Если вы начнете с упреков, повысите тон, то в ответ можете услышать грубость. А кроме того, не узнаете, что же произошло, чем расстроен ваш сын. Все будет по иному, если, выждав некоторое время, вы дружески побеседуете с ним и сумеете вызвать на откровенный разговор. Он сам расскажет о своих огорчениях Я почувствует облегчение от того, что поделился с вами своими бедами, нашел сочувствие. А если при этом вы дадите совет, как лучше поступать в данном затруднительном случае, вы достигнете двойной цели: не только поможете сыну, но и приобретете его доверие.

Когда подросток идет к вам с вопросами или сомнениями, не говорите ему “нет”, не ссылайтесь на занятость и отсутствие времени. Стремление ребенка поговорить с родителями по душам надо всячески поддерживать и укреплять. Неудовлетворенная потребность поделиться с отцом или матерью сокровенными мыслями и переживаниями заставляет подростка искать “поверенного” вне семьи. Им может оказаться человек случайный, с сомнительной репутацией, который поведет подростка по неверному пути. В таких случаях задуматься над своими взаимоотношениями с сыном или дочерью заставляют родителей уже какие-либо серьезные проступки детей. Иногда это бывает слишком поздно.

Многие родители считают, что конфликты при воспитании подростка неизбежны. В этом возрасте у детей действительно возникает ряд психологических особенностей, которые ставят перед родителями новые воспитательные задачи. Но эти особенности не обязательно влекут за собой отрицательные формы поведения детей и конфликтность их отношений со взрослыми. Все зависит от конкретных условий жизни и воспитания. При этом нужно помнить, что гораздо легче предупредить появление трудностей, чем потом преодолевать их.

Среди отрицательных форм поведения подростков чаще всего отмечаются грубость, упрямство, негативизм, противопоставление себя взрослым. Как правило, это связано со стремлением к самостоятельности, не встречающим поддержки со стороны воспитателей. Подростки хотят, чтобы считались с их мнениями, желаниями, настроениями. Они не переносят недоверия, пренебрежительного тона, насмешек, нотаций, особенно в присутствии друзей.

Подростки восстают против излишней опеки и нежностей, их возмущают частые напоминания: “не забудь шарф”, “возьми с собой завтрак”, “переходи улицу осторожно”. В ответ на усиленную, хотя и искреннюю, заботу родителей нередко можно услышать резкое “отстаньте”, “надоело”, “не учите”, “сам знаю”. Для подростка подобная грубость является своеобразной формой борьбы за свою самостоятельность, за утверждение своей взрослости как в собственных глазах, так и в глазах окружающих.

Недочеты и недоработки предшествующего воспитания в подростковом возрасте обнажаются особенно рельефно. Если у ребенка младшего школьного возраста не было выработано, например, ответственное отношение к занятиям, не были развиты познавательные интересы, если он не привык к систематической работе, то в подростковом возрасте неизбежно возникают трудности с учением.

Особое значение в этот период приобретает единство требований к ребенку в семье. Когда этого единства нет, у подростка вырабатывается избирательно корыстное отношение к членам семьи, Привычка лгать и изворачиваться может стать его второй натурой.

Поскольку подростковый возраст - это период интенсивного формирования самооценки, очень важно, чтобы в семье правильно относились к успехам и возможностям ребенка. Если захваливание ведет к самоуверенности и зазнайству, то недооценка возможностей и способностей подростка может привести к развитию пассивности, замкнутости, неуверенности в себе. В том и в другом случае у подростка возникают конфликты со взрослыми, а также и со сверстниками. И в том, и в другом случае перед родителями встает вопрос о перевоспитании подростка.

Для преодоления трудностей в воспитании ребенка прежде всего нужна разумная организация жизни семьи. В семье должна быть атмосфера уважения друг к другу, к труду, к правам и обязанностям каждого, в том числе и подростка. Иногда мы требуем от него выполнения какой-либо работы, наших поручений, не считаясь с тем, что у него могут быть свои планы на этот день, обязательства по отношению к товарищам. Вашей дочери, например, поручили организовать поход одноклассников в кинотеатр, а вы по ряду соображений ее не отпускаете. Ссоры, слезы, обиды, и девочка все же уходит. Нужно ли наказывать ее за это? Конечно, нет. Надо трезво взвесить все обстоятельства и признать, что виноваты вы сами.

Следует бережно, с пониманием относиться к внутреннему миру подростка, его переживаниям, увлечениям. Умейте выслушать подростка, согласиться с ним, если он прав, переубедить, если ошибается. Требования, предъявляемые подростку, должны быть разумно аргументированы. Выбор воспитательных воздействий, средств поощрения и наказания должен определяться замечательной формулой, предложенной А, С. Макаренко: “Как можно больше требований к человеку, но и как можно больше уважения к нему”. Применительно к подростковому возрасту особенно хочется подчеркнуть вторую часть этой формулы, так как родители нередко забывают о ней.

Уважение к личности подростка делает вас действительно нужным своему ребенку. К сожалению, некоторые родители понимают это только так: обеспечить материально, дать образование, оградить от неприятностей. Но быть нужным это значит и разделить с ним его тревоги и сомнения, его радости и печали; это значит быть всегда “настроенным на его волну”, чутко улавливая малейшие, но такие важные перепады его эмоций. Сделайте так, чтобы у вас искал он ответа на волнующие его вопросы, доверял вам то, в чем не может разобраться и что слишком интимно, чтобы выносить это “на люди”, обсуждать даже с друзьями. А добиться этого можно лишь в том случае, если ваши волнения, тревоги и заботы будут тоже открыты ребенку.

Откровенность, доверие должны быть взаимными, только тогда между вами и подростком не будет стены недомолвок, тайн, непонимания.

Задача взрослого быть рядом с подростком. А это значит вовремя прийти ему на помощь, подсказать, посоветовать, а если возникнет необходимость более активно вмешаться в его жизнь. Взрослый рядом это значит, что у подростка есть надежный и опытный друг, который умело и тактично поведет его через трудности отрочества и юности. Это значит, что подросток всегда будет чувствовать так необходимую ему в это время свободу и самостоятельность, уважение и доверие. Это значит, что его потребности, желания и интересы встретят понимание и поддержку.

Знание основных тенденций развития подростка, индивидуальных особенностей своего ребенка поможет родителям найти средства и методы конкретного воздействия, выбрать правильные формы взаимодействия с ним. Следует помнить, что каждый подросток личность складывающаяся под воздействием множества факторов.

Главная воспитательная задача родителей - помочь подростку в преодолении трудностей переходного периода. И здесь взрослый может многое сделать целенаправленно, с учетом основных психологических особенностей этого возраста. Важно создать в семье такие отношения, которые бы поставили подростка в реальные условия жизни по нормам и требованиям, предъявляемым к взрослым.

Помочь подростку взрослеть - это значит заботиться о гармоническом развитии его личности: формировать его познавательные интересы, развивать способности, воспитывать нравственные качества, развивать физически. Психологические исследования показывают, что учебная деятельность подростка во многом становится деятельностью по самообразованию и самосовершенствованию. Помочь подростку овладеть навыками самостоятельной работы с книгой, учебником, справочником, пробудить в нем стремление к овладению знаниями посильная задача для каждого родителя.

Помочь подростку взрослеть - это значит научить его анализировать поступки и отношения людей, разбираться в мотивах поведения, в причинах и следствиях поступков не только окружающих его людей, но и в своих собственных. Подросток нередко склонен не замечать недостатки в своем поведении. Необходимо научить его критически относиться к себе, к своим поступкам и отношениям.

Труд рядом и наравне со взрослыми рождает у подростка чувство удовлетворения и гордости, поддерживает и укрепляет чувство собственного достоинства, пробуждает уважение к себе. Эти положительные эмоции чрезвычайно важны для налаживания и закрепления контактов между взрослым и подростком.

Не следует, однако, думать, что взрослый может заменить подростку друзей, сверстников. Надо помнить, что товарищи подростку необходимы. Влияние друга, сверстника на формирование личности подростка очень велико, более того, оно неизбежно, и не надо его бояться. Взрослый должен знать круг общения подростка, понимать его специфику, только при этом условии и можно занять позицию ведущего, “впередсмотрящего” взрослого друга.

**Упражнение «Образ взрослого»**

Представьте в своем воображении образ: «Я - взрослый». Нарисуйте то, что вы представили.

Заключительная часть:

1. Рефлексия. Продолжи предложение: «На сегодняшнем занятии я…..»
2. Прощание. Участники группы все вместе говорят «До свидания, мы!»

**Занятие 11**

Тема: Конфликты и как им противостоять.

Цель: Дать понятие конфликта, проанализировать основные стадии протекания конфликта

Вводная часть:

**Упражнение «Ассоциации».** Какие ассоциации у вас возникают на слово «Конфликт»?

Основная часть:

Слово конфликт происходит от латинского глагола, который в переводе на русский означает противостоять, противоборствовать. Конфликт чаще всего ассоциируется с агрессией, угрозами, спорами, враждебностью. В результате бытует мнение, что конфликт - явление всегда нежелательное, что его необходимо, по мере возможности, избегать, и что его следует немедленно разрешать, как только он возникает.

Существует несколько стадий конфликта:

1. латентная – стадия формирования недовольства по какому-либо вопросу, накопления негативных моментов по отношению к определенному человеку или группе людей;
2. острая – «взрыв» негативных эмоций, активное выяснение отношений, негативное восприятие человека или группы, также как и результатов их труда. Обычно в данной стадии прибегают к вмешательству вышестоящих органов как арбитров в данной ситуации;
3. затухающая – стадия разрешения конфликта, снижение «накала» ситуации, поиск вариантов разрешения конфликта либо искусственное разрешение конфликта, возможно формирование хронического конфликта.

В конфликте можно выделить несколько периодов, включающих в себя этапы.

Первый период, латентный, включает в себя следующие этапы:

1. осознание объективной проблемной ситуации, когда реальность воспринимается как проблема, существует необходимость;
2. возникновение объективной проблемной ситуации. Конфликт зарождается путем определения объективной проблемной ситуации. Суть такой ситуации заключается в том, что возникают противоречия между субъектами, так как еще нет конфликтных действий и противоречий, и именно поэтому такую ситуацию принято называть проблемной;
3. понимание того, что конфликтная ситуация не всегда может возникнуть из-за противодействия сторон;
4. предконфликтная ситуация. Конфликтная ситуация, как правило, воспринимается как спокойствие и безопасность одной стороны конфликта и небезопасность другой.

Второй период, открытый:

1. инцидент, когда столкновение сторон только начинает набирать свои обороты и при этом происходит попытка силой доказать свою правоту;
2. эскалация – при данной ситуации возникает повышение интенсивности противостояния сторон. Эскалацию можно характеризовать некоторыми признаками: рост эмоциональной напряженности, переход от аргументов к претензиям и личным выпадам, расширение границ конфликта и т. д.;
3. сбалансированное противоречие, когда стороны противоречия продолжают конфликтовать, однако при этом интенсивность борьбы снижается и стороны осознают бессмысленность конфликта;
4. завершение конфликта. Заключается в том, что конфликтующие стороны ищут решение конфликта и прекращают конфликтовать по любым причинам.

Третий период, послеконфликтный:

1. в данном периоде частично нормализуются отношения, но негативные эмоции еще не исчезли;
2. наступает полная нормализация отношений, сторонами осознается важность взаимного сотрудничества.
3. **Упражнение «Однажды в созвездии Лебедя»**

Группа делится на две подгруппы. Подгруппы размещаются в разных концах большой аудитории или в двух разных аудиториях так, чтобы участники не могли слышать друг друга.

*Инструкция*. В созвездии Лебедя имеются две разные цивилизации, конкурирующие друг с другом в поисках новых ресурсов. Это цивилизации гуситов и уткинов. Между ними существует договоренность: в случае открытия новой планеты, на которой нет разумных обитателей, все ее богатства достаются той цивилизации, чей звездолет первым сядет на этой планете. Однажды случилось так, что корабли-разведчики обеих цивилизаций независимо друг от друга обнаружили новую необитаемую планету и одновременно сели на нее, причем в непосредственной близости, практически на расстоянии прямой видимости.

Недра планеты оказались насыщены разнообразными полезными ископаемыми и стратегически важными видами сырья, очень интересующими каждую цивилизацию. Обнаружив присутствие друг друга, и гуситы, и уткины укрылись в своих космических кораблях, приведя в боевую готовность нейтронные орудия и ручные бластеры. Эта планета крайне необходима и той, и другой цивилизации. По-видимому, вооруженного столкновения не избежать. Вопрос в том, кто начнет первым, то есть на кого ляжет ответственность за развязывание военного конфликта. Началось тягостное ожидание.

Впрочем, еще остается возможность мирно договориться. Но между кораблями нет связи, и чтобы высказать свои предложения, необходимо покинуть корабль и выйти наружу. Это риск! Соперники могут не сделать такого же шага, а просто уничтожат конкурентов.

Далее команды, определившись, кто из них будет гуситами, а кто уткинами, распределяют обязанности, которые они будут выполнять на звездолете. В командах распределяют роли капитана, первого, второго пилота, штурмана, программиста, разведчика, повара и т.п. (число «должностей» определяется в зависимости от количественного состава участников; «должности» участников в процессе игры не имеют никакого значения, за исключением капитана корабля, и нужны только для включения в игровую ситуацию).

Ведущий: «В этой игре вам придется решать, как поступить, совершив десять ходов. В каждом ходе вы должны сделать выбор: либо выйти наружу, либо открыть огонь. Как отражается в баллах соотношение сделанных вами выборов, представлено в карточке. В зависимости от выбора команд складываются разные ситуации, оценка которых в баллах приведена в розданных карточках. За пять минут, отводимых на каждый ход, команды должны принять решение. В случае, если решение за это время не принято, команда штрафуется на три балла. Голосовать можно сколько угодно, но если при окончательном голосовании есть люди, поднявшие руки «против», то за каждого из них команда лишается одного балла. Решение команд я буду сообщать вам после каждого хода. А побеждает та команда, которая после десяти ходов наберет максимальное количество баллов».

Ведущий вручает каждой из команд две карточки: одна является справочной, помогающей участникам подсчитывать полученные баллы, а вторая нужна для записи результатов каждого хода. Баллы подсчитываются следующим образом: если обе команды начинают военные действия, они теряют по три балла; если какая-то команда решает выйти из корабля для переговоров, а соперники прицельным огнем стирают их с лица планеты, то погибшие лишаются пяти баллов, а меткие стрелки по парламентерам приобретают пять баллов; если же представители обеих цивилизаций решат попытать удачу на пути переговоров, то те и другие получают по три балла. Ведущий имеет право удваивать баллы за отдельные ходы, что целесообразно делать перед четвертым и восьмым ходом. У участников игры часто возникает вопрос по поводу того, какая команда выигрывает, если идет накопление отрицательных баллов. В этом случае ведущий должен пояснить, что попадание в «минус» не может означать выигрыш. Отрицательные баллы означают не только потерю личного состава, но и повреждения звездолета.

Во время обсуждений ведущий подходит к командам, внимательно наблюдает за ходом принятия решения и уточняет, все ли согласны со сделанным выбором, оглашает решения обеих команд после каждого хода. Если решения команд форсируют конфликт, ведущий может при объявлении решений рисовать мрачные пейзажи неизвестной планеты: кратер, усеянный останками гуситов и уткинов; два космических корабля, разбитых и дымящихся; последние, оставшиеся в живых, не способны покинуть планету и т.п.

Обсуждение игры проходит в общем круге. Ведущему нужно дать возможность всем высказать свои чувства, не прибегая к взаимным обвинениям, перейти к конструктивному анализу. Если найдется хотя бы один человек, осознавший невыгодность обмана, недоверия к партнерам и увидевший путь конструктивного взаимодействия, основанного на доброжелательности и доверии, то ведущий должен обязательно предоставить возможность ему высказаться. Обсуждение завершается дискуссией о стадиях протекания конфликта на примере игры и о тех действиях, которые необходимы для поиска выхода из конфликтной ситуации (адекватное восприятие ситуации без эмоциональной оценки, готовность к общению и компромиссу, доверие к партнеру).

1. **Упражнение «Конфликты»**

*Цель упражнения*: помочь участникам группы научиться выражать свои чувства посредством «Я–высказывания».

Группа делится на пары, один участник из пары обвиняет в чем-то другого, создавая ситуацию конфликта. Второй участник реагирует тремя разными способами:

* оправдывается и извиняется (с позиции «жертвы);
* использует «Ты–высказывания» для ответных обвинений;
* использует «Я–высказывания» по схеме.

Затем участники меняются ролями и придумывают новую ситуацию и варианты решений.

В обсуждении участники анализируют критерии соответствия поведения заявленной позиции, правильность использования приема «Я–высказывания».

Заключительная часть:

1. Рефлексия. Продолжи предложение: «я на сегодняшнем занятии…»
2. Прощание. Участники группы все вместе говорят «До свидания, мы!»

**Занятие 12**

Тема: Толерантность.

Цель: дать понятие о толерантности, актуализировать проблему терпимого отношения друг к другу.

Вводная часть:

**Упражнение «Лимон»**

Сядьте удобно: руки свободно положите на колени (ладонями вверх), плечи и голова опущены, глаза закрыты. Мысленно представьте себе, что у вас в правой руке лежит лимон. Начинайте медленно его сжимать до тех пор, пока не почувствуете, что «выжали» весь сок. Расслабьтесь. Запомните свои ощущения. Теперь представьте себе, что лимон находится в левой руке. Повторите упражнение. Вновь расслабьтесь и запомните свои ощущения. Затем выполните упражнение одновременно двумя руками. Расслабьтесь. Насладитесь состоянием покоя.

Основная часть:

Толерантность означает терпимость к иному образу жизни, поведению, обычаям, чувствам, мнениям, идеям, верованиям. Таким образом, она связана со свободой инакомыслия в широком смысле этого слова, а не в том, который утвердился в политической сфере, близка к понятиям милосердия и снисхождения.

Важность этого феномена в современной жизни столь сильна, что в 1995 г. ЮНЕСКО была принята Декларация принципов толерантности, включающих уважение, принятие и правильное понимание богатого многообразия культур нашего мира, наших форм самовыражения и способов проявлений человеческой индивидуальности, гармонию в многообразии, направленность на достижение мира и содействие замене культуры войны культурой мира.

Толерантность выражает способность установить и сохранить общность с людьми, отличающимися от нас в каком-либо отношении. Разумеется, при этом надо иметь в виду, что существуют границы терпимости, т.е. наличие неких моральных пределов, позволяющих не смешивать толерантные отношения с вседозволенностью и безразличием к ценностям, питающим убеждения. В противном случае пришлось бы согласиться с определением Г.К.Честертона: «Толерантность – это добродетель людей, которые ни во что не верят».

По сферам проявления выделяют политическую, научную, педагогическую и административную толерантность. Применительно к личности психологи различают несколько видов толерантности.

## Естественная (натуральная) толерантность

Она подразумевает любознательность и доверчивость, свойственные и изначально присущие маленькому ребенку. Они не определяются и не определяют качеств его «Я», поскольку процесс становления личности, т.е. ее персонализации еще не привел к расщеплению индивидуального и социального опыта, к существованию обособленных планов поведения и переживания и т.д.

Наличие естественной толерантности позволяет малышу принимать родителей в любом виде, вплоть до крайне жестокого обращении с ним. В последнем случае она, с одной стороны, создает психологическую защищенность и позволяет сохранить позитивные отношения с семьей, но с другой – неизбежно невротизирует формирующуюся личность, снижая способность принятия себя, своего опыта, чувств и переживаний.

## Моральная толерантность

Этот тип означает терпимость, ассоциируемую с личностью (внешним «Я» человека). В той или иной мере она присуща большинству взрослых людей и проявляется в стремлении сдерживать свои эмоции, используя механизмы психологических защит.

Здесь имеет место некая условность, т.к. человек не проявляет нетерпимость, которая у него имеется, но остается внутри. Ситуационной моделью сути такого отношения являются варианты типа «обстоятельства так складываются, что мне приходится вас терпеть, но…».

Подобная схема, к сожалению, является основой современных реалий массовой культуры и семейного воспитания. И конфликт поколений тоже происходит из проявляемой его участниками квази-терпимости по отношению к ценностным установкам друг друга.

## Нравственная толерантность

Как ни странно, в терминологическом поле на сей раз мы имеем парадоксальный случай, когда синонимическое значение слов «моральный» и «нравственный» разведено. Но что поделать… В отличие от моральной , нравственная толерантность на языке специалистов предполагает принятие и доверие, которые ассоциируются с сущностью или «внутренним Я» человека.

Она включает как уважение ценностей и смыслов, значимых для другого, так и осознание и принятие собственного внутреннего мира, своих собственных ценностей и смыслов, целей и желаний, переживаний и чувств. Это дает личности преимущество не бояться и выдерживать напряжения и конфликты, миновать которые никому по жизни не удается.

Собственно, это и есть истинная, зрелая толерантность. Для оценки ее уровня специалисты разработали соответствующие психологические портреты, используя несколько критериев. Они могут служить подсказкой и для желающих убедиться в собственной толерантности.

## Итак, что свойственно человеку толерантному (Т) и интолерантному (И)?

**1. Знание себя**

Т: Адекватно оценивает себя и окружающих. Способен относиться к себе критически, старается разобраться в своих проблемах, собственных достоинствах и недостатках.

И: Замечает у себя преимущественно достоинства, а у других недостатки, по поводу которых занимает обвинительную позицию.

**2. Защищенность**

Т: Уверен в себе, не сомневается, что справится с любой возникшей задачей.

И: Опасается своего социального окружения и самого себя: во всем видит угрозу.

**3. Ответственность**

Т: Не перекладывает ответственность на других, сам отвечает за свои поступки.

И: Считает, что происходящие события от него не зависят, следовательно, снимает с себя ответственность за происходящее вокруг. Беспричинно подозревает, что ему вредят.

**4. Потребность в определении**

Т: Стремится к работе, творчеству, самореализации.

И: Склонен отодвигать себя на второй план («пусть кто-нибудь другой, только не я…»).

**5. Чувство юмора**

Т: Живо реагирует на шутки, способен посмеяться и над собой.

И: Апатично либо мрачно воспринимает юмор. Раздраженно реагирует даже на безобидные шутки в свой адрес.

**6. Авторитаризм**

Т: Предпочитает демократические начала.

И: Предпочитает жесткую власть.

Как видим, толерантность – это не просто отдельно взятое качество, а результирующий фактор взаимосвязанных свойств личности. А потому взятая на себя задача «стану терпимым!» может привести только к усилению моральной толерантности.

Дорасти же до нравственной можно, лишь начав с самопознания и двигаясь в направлении внутренней гармонии. И она, эта гармония, будет расти и, по мудрому выражению Джебрана Калила Джебрана, «раскрываться, как лотос с бесчисленными лепестками»...

1. **Упражнение «Создание чудовищ»**

Эта кооперативная игра потребует общего творчества. Возможно, появятся лидеры, готовые взять на себя ответственность. Группа детей должна изобразить чудовище - динозавра, привидение или все, что придет в голову. Основное правило - все должны согласиться с тем, что группа будет делать и как. Каждый ребенок должен принять участие в реализации идеи, то есть стать частью чудовища - лапой, зубом, хвостом.

1. **Упражнение «Апельсины»**

Нам часто справедливо кажется, что учить детей понимать различия - дело долгое и трудное. Однако оказывается, что иногда это проще, чем апельсин очистить. Соберите группу детей и поставьте перед ними корзинку с апельсинами. Пусть каждый выберет себе один. Предложите детям поближе познакомиться со своим апельсином. Пусть дети рассмотрят свой плод, понюхают его, покатают по полу, подбросят в воздух. Через несколько минут соберите апельсины обратно в корзинку. Попросите детей попробовать найти в корзине свой апельсин. Как это ни странно, большинство детей сразу узнают свой апельсин.

Попросите, чтобы дети рассказали, как они отличили свой апельсин от чужих. Ответы будут разные. Кто скажет, что его был самый большой, кто-то - что самый круглый, кто-то опишет бугорки и трещинки. Это может послужить хорошим началом для дискуссии о том, чем люди отличаются друг от друга, - ростом, цветом волос, возрастом и другими «бугорками и трещинками».

После окончания обсуждения соберите все апельсины, но сначала попросите детей очистить их от кожуры. Предложите детям снова найти свой апельсин. Реакция детей будет предсказуемой -теперь все апельсины одинаковы. Это позволит вам перейти к следующей дискуссии о том, что люди тоже похожи на апельсины -внешне все они отличаются друг от друга, но внутри очень похожи.

Не используйте это упражнение часто, поскольку оно вызывает сильные чувства и волнение.

1. **Упражнение «Паровозики»**

*Цель упражнения*: физическая и эмоциональная разгрузка, а также предоставление возможности участникам группы почувствовать наиболее эмоционально комфортное положение для себя.

Упражнение выполняется в тройках. Каждая тройка представляет собой поезд. «Паровоз» - идет первым с вытянутыми вперед руками, «вагон» - передает управление, «машинист» - управляет всем поездом. При этом у «вагона» и «паровоза» завязаны глаза. При обсуждении акцент ставится на том, насколько было спокойно в роли паровоза, который идет первым, но не знает, в какую сторону (у него завязаны глаза, как и у вагона), насколько можешь доверять машинисту и «вагону». Как это было - быть в роли паровоза, вагона, машиниста?

Заключительная часть:

1. Рефлексия. Продолжи предложение: «я на сегодняшнем занятии…»
2. Прощание. Участники группы все вместе говорят «До свидания, мы!»

**Занятие 13**

Тема: Общее представление об эмоциях. Эмоции как способ выражения отношения к происходящему.Связь эмоциональной сферы и тела.

Цель: Дать понятие об эмоциях. Какие бывают эмоции, их разновидность.

Вводная часть:

**Упражнение «Передай маску»**

Это упражнение взбадривает детей, делает их более внимательными, помогает настроиться на работу в группе. Каждый может избавиться от тех непродуктивных настроений, с которыми он пришел, и тем самым освободить голову для работы. Дети очень любят эту игру, позволяющую им вести себя спонтанно и проявлять чувство юмора. Упражнение может проводиться в качестве разминки или завершения в других блоках программы.

*Инструкция.* Посмотрите, пожалуйста, на меня, чтобы видеть, что я делаю. Я пытаюсь придать своему лицу особое выражение, например вот такое (зафиксируйте на лице какое-то выражение, медленно поверните голову, чтобы у всех детей появилась возможность увидеть выражение вашего лица). А дальше я повернусь к своему соседу слева, чтобы он мог получше разглядеть выражение моего лица. Он должен в точности повторить это выражение на своем лице. Как только у него это получится, он должен медленно повернуть голову влево, поменяв при этом выражение лица на новое, которое он передает" своему соседу слева. И так все по очереди.

Основная часть:

Эмоциями называются переживания человека, связанные с его потребностями, интересами, с процессом их удовлетворения, окрашенные в приятные или неприятные тона. Эмоции представляют собой психологические состояния человека, возникающие у него в зависимости от того, как он себя физически и психологически чувствует в данный момент, а также в зависимости от того, как идет процесс удовлетворения, насколько полно удовлетворяются его потребности и интересы. Поскольку человек находится под влиянием некоторых важных на данный момент потребностей и интересов, то в каждый момент времени он находится в том или ином эмоциональном состоянии. К эмоциям относятся, например, переживания голода, жажды, удовольствия, неудовольствия, страха, гнева, печали, радости, а также многочисленные и разнообразные чувства, которые человек может испытывать по разным поводам и в различных жизненных ситуациях. Эмоциональные состояния достаточно динамичны, они меняются, время от времени, переходят одно в другое, иногда — в свою прямую противоположность. Например, радость может смениться печалью, страх — гневом, удовольствие — неудовольствием.

1. **Упражнение «Называем чувства»**

Целью является обогащение словаря эмоций участников. В зависимости от уровня готовности детей это упражнение можно проводить как соревнование в парах или между двумя командами или же, как общегрупповой «мозговой штурм».

*Инструкция.* Давайте посмотрим, кто сможет назвать больше слов, обозначающих различные чувства. По очереди называйте слова и записывайте их на лист ватмана.

*Информация для ведущего***.** Результат работы группы - лист ватмана с крупно написанными на нем словами - можно использовать на всем протяжении работы группы в качестве «подсказки», напоминания. По ходу работы в этот список можно вносить новые слова - это словарь, отражающий эмоциональный опыт группы, и он может показательно отличаться от группы к группе. Следите за тем, чтобы там нашли отражение основные эмоции - гнев, печаль, радость, страх, обида.

Если вам кажется, что кто-то из ребят неуверен в том, что обозначают некоторые слова, попросите кого-нибудь описать ситуации, в которых человек может испытывать это чувство.

Также в завершение этого упражнения можете задать группе несколько вопросов: «Какие чувства испытывал каждый из вас, когда вы в последний раз писали контрольную работу? Что вы чувствовали, когда приближались кани­кулы? Что вы чувствовали, когда в последний раз что-нибудь сломали?»

*Обсуждение.* Какое, по-твоему, самое неприятное чувство? Какое чувство тебе нравится больше других? Какое из названных чувств знакомо тебе лучше (хуже) всего?

1. **Упражнение «Быстрые превращения»**

*Инструкция.* Начните ходить по комнате. Сейчас мы с вами будем превращаться в различных людей, испытывающих разные чувства. Представьте, что вы сейчас - актер, стоящий на сцене после удачного выступления. Зал вам рукоплещет, слышны крики "Браво!". Превратитесь в этого актера. Что вы сейчас чувствуете? А теперь, представьте, что вы нечаянно разбили красивую вазу в гостях у друга. Что вы чувствуете сейчас? и т. д.

1. **Упражнение «Волки и овцы»**

Это упражнение позволяет интенсифицировать эмоциональное состояние участников.

*Материалы.* Кассета с записью энергичной, активной музыки.

*Инструкция.* Волк выходит за дверь. Включается активная музыка. Овцы пасутся на лугу, бегают по кругу. В неожиданный момент врывается Волк и хватает Овцу. Овца превращается в Волка. Теперь уже два Волка врываются в круг и т. д.

*Обсуждение.* Что происходило с тобой во время игры? Что ты чувствовал? Какие еще есть чувства? Что дают нам чувства? Есть ли абсолютно бесполезные или вредные чувства? Что значат эмоции для тебя? Нужны ли они тебе и зачем? Что в них хорошего для тебя, чем они тебе полезны? Чем они тебе вредят или мешают?

*Замечания для ведущего*.Это упражнение вызывает сильные эмоции -радость, страх, возбуждение - и может послужить хорошим началом совместного обсуждения и исследования того, как эмоции окрашивают нашу жизнь, делают нас неравнодушными к происходящему.

Заключительная часть:

1. Рефлексия. Продолжи предложение: «я на сегодняшнем занятии…»
2. Прощание. Участники группы все вместе говорят «До свидания, мы!»

**Занятие 14**

Тема: Общее представление об эмоциях. Эмоции как способ выражения отношения к происходящему.Связь эмоциональной сферы и тела.

Цель: расширить представление об эмоциональной сфере человека.

Вводная часть:

**Упражнение «На что похоже мое настроение»**

Это упражнение в его различных вариантах может стать традиционной разминкой-ритуалом в начале занятий этого раздела. Оно позволяет участникам осознать свое эмоциональное состояние «здесь и сейчас» и выразить его в образной, символической форме.

*Инструкция.* Прислушайтесь к себе. На какой цвет похоже сейчас ваше настроение?» Упражнение выполняется в круге, с мячиком. Варианты: «На какую погоду, (музыку, цветок, животное и т. д.) похоже ваше настроение?

Основная часть:

Учеными давно доказано влияние эмоций на здоровье человека. Одни и те же эмоции у разных людей могут возникать в совершенно разных ситуациях. Но какая-то конкретная эмоция (например, страх) одинаково влияет на организм любого человека вне зависимости от ситуации, в которой человек испытывает эту эмоцию.

То, что положительные эмоции хорошо влияют на здоровье – это не только наша «интуитивная догадка», это научно доказанный факт! Положительные эмоции действительно подпитывают наш организм и способствуют хорошему здоровью. В тоже время люди, которые страдают от депрессии и постоянно испытывают чувство тревоги, более подвержены различным заболеваниям. Почему когда мы испуганы, то можете бежать намного быстрее? Почему сердце начинает биться сильнее и чаще, когда мы ожидаем результаты экзамена или выступаем перед большой аудиторией?

Потому что эмоции подготавливают нас к определенным действиям. Соответствующая эмоция подготавливает наше тело к соответствующему поведению: если Вы испуганы, то тело мобилизуется для бегства; если Вы испытываете гнев, то тело готовиться нападать. В организме происходят соответствующие процессы, что бы подготовить нас для действий в конкретной ситуации. Так, во время опасности повышается свертываемость крови и происходит ее отток от поверхности тела – это уменьшит потерю крови в случае ранения.

Как показывают проведенные исследования, во время радости высвобождаются катехоламины – гормоны, препятствующие воспалительным процессам. В это же время происходит выброс эндорфинов, которые способны уменьшить болевые ощущения.

Наибольшее влияние эмоции оказывают на сердечнососудистую систему. Сильный гнев и длительное раздражение способствуют нарушению работы сердца и развитию такого заболевания как гипертония.

Кровообращение во многом зависит от эмоций: изменяться пульс, давление, тонус кровеносных сосудов. Положительные эмоции вызывают приток крови к коже, а также улучшают состав крови.

Эмоции изменяют ритм дыхания: от сильного давления человек может задыхаться. Люди, постоянно испытывающие стресс чаще страдают инфекционными заболеваниями верхних дыхательных путей. А у людей, испытывающих положительные эмоции, дыхание становиться более легким.

Ученые доказали, что пессимистично настроенные люди с заниженной самооценкой, часто испытывающие тревогу и страх больше других страдают от головных болей, болезней желудка и позвоночника. И наоборот, оптимисты менее подвержены простудным заболеваниям. Кроме того, люди, часто испытывающие положительные эмоции легче засыпают и крепче спят, а это очень серьезно влияет на самочувствие.

Все эти факты подтверждают значительное влияние эмоций на здоровье человека. Положительные и отрицательные эмоции соответствующим образом сказываются на Вашем здоровье.

1. **Упражнение «Карточки»**

Данное упражнение позволяет развивать словарь эмоций, укрепляет соотнесение названия эмоции с мимическим ее выражением, осознавание индивидуального и общего в выражении эмоций.

*Материалы. 2* комплекта карточек с рожицами, изображающими различные эмоции и такого же количества карточек с названием эмоций (исходя из списка эмоций, выработанного группой).

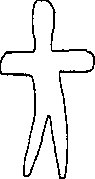
*Инструкция.* Разбейтесь на две команды. Сейчас я раздам вам набор карточек, на которых нарисованы разные рожицы. Вам надо будет за одну минуту подобрать к каждой рожице карточку, обозначающую эмоцию, которую она выражает.

*Варианты.* Если участники группы достаточно свободно владеют языком эмоций, то можно попросить их самих, без опоры на карточки, подобрать названия к каждой карточке.

2. **Упражнение «Фантом»**

Позволяет осознать связи эмоций с телесным переживанием, расширяет осознанность в отношении собственного переживания и выражения эмоций.

*Материалы.* Листок со схематичным изображением человеческого тела - «фантом» - для каждого участника и достаточное количество карандашей синего, красного, желтого, черного цветов.



*Инструкция*. Представьте, что вы сейчас очень сильно злитесь на кого-нибудь или на что-нибудь. Постарайтесь всем телом почувствовать свою злость. Может быть, вам будет легче представить, если вы вспомните какой-нибудь недавний случай, когда вы сильно разозлились на кого-нибудь. Почувствуйте, где в теле находится ваша злость. Как вы ее ощущаете. Может быть, она похожа на огонь в животе? Или у вас чешутся кулаки? Заштрихуйте эти участки красным карандашом на своем рисунке. Теперь представьте, что вы вдруг испугались чего-то. Что вас может напугать? Представили? Где находится ваш страх? На что он похож? Заштрихуйте черным карандашом это место на своем рисунке. Аналогично предложите детям обозначить синим карандашом, где они переживают грусть и желтым - радость. Где в теле ты чувствуешь свою злость (страх, грусть, радость)? Какое чувство тебе было легче всего представить и ощутить в теле? А какое - труднее? Были ли у кого-нибудь из участников группы похожие ощущения?

**Упражнение «Звук-чувство»**

*Инструкция.* Сейчас я буду называть различные чувства, и мы будем показывать, как часто мы эти чувства испытываем. Для того чтобы показать это, мы будем гудеть. Если редко испытываем чувство - будем гудеть тихо; если чаще - то громче, если очень часто - то громко.

*Обсуждение.*Как вам показалось, какие чувства мы с вами испытываем чаще всего?

*Информация для ведущего***.** Обратите внимание ребят на то, как они гудели, когда назывались различные чувства, - одинаково, или некоторые чувства хотелось гудеть со своей интонацией. Это может служить переходом к разговору об интонационных особенностях выражения различных чувств. Можно обсудить, звучало ли громче гудение во время тех чувств, которые в действительности чаще переживаются ребятами, или же когда назывались «приятные» чувства. Поговорите о том, что «приятные» чувства у себя и у других принимать легче, чем «неприятные».

3. **Упражнение «Линии»**

Упражнение позволяет потренироваться в выражении своих эмоций в символической, образной форме.

*Информация для ведущего.*Наряду с важностью обучения детей языку эмоций - словам, обозначающим различные эмоциональные состояния, - важно предоставлять возможность для выработки другого «языка» - языка образов, символов, который на этих занятиях будет альтернативой разговору о чувствах, другим способом выражения чувств и переживаний.

*Материалы.* Карандаш и лист бумаги каждому ребенку.

*Инструкция.* Сейчас мы попробуем передавать различные чувства,не рисуя ничего конкретного - только лишь простые линии. Нарисуйте счастливые линии…, грустные линии..., злые линии..., усталые линии..., тревожные линии».

Заключительная часть:

1. Рефлексия. Продолжи предложение: «я на сегодняшнем занятии…»
2. Прощание. Участники группы все вместе говорят «До свидания, мы!»

**Занятие 15**

Тема:Безоценочное принятие своих и чужих чувств и эмоций. Распознавание своего эмоционального состояния и состояния других. Способы выражения эмоций.

Цель: актуализировать собственное эмоциональное состояние, научить распознавать виды эмоций.

Вводная часть:

**Упражнение «Нарисуй за минуту»**

За одну минуту нарисуйте свое настроение, не рисуя ничего конкретного, - используйте только линии, формы, различные цвета…Теперь передайте свой рисунок соседу справа... Посмотрите внимательно на рисунок, который оказался у вас в руках. Попробуйте угадать, какое настроение изображено на нем.

Основная часть:

**1. Упражнение «Шурум-Бурум»**

Водящему предлагается загадать чувство, а затем только с помощью интонации, отвернувшись от круга и, произнося только слова «Шурум-Бурум», показать задуманное им чувство.

**2**.**Упражнение «Отгадай чувство»**

*Инструкция.* Разбейтесь, пожалуйста, в группы по три человека.

Каждой группе я дам карточку с изображением какого-то чувства. Ваша задача определить, что за чувство изображено на этой карточке, а потом нарисовать его так, как вам захочется, это может быть рисунок ситуации или просто линии и формы. Потом придумайте сценку, посвященную этому чувству. Также подумайте, какие ассоциации вызывает у вас это чувство - на какой цвет, животное, цветок оно похоже. Через несколько минут, когда вы закончите свое обсуждение, вам надо будет представить вашу работу - рисунок, сценку и ассоциации - всей группе, чтобы остальные смогли отгадать, что это за чувство.

**3**. **Упражнение «Скульптура чувства»**

Участники разбиваются на пары - скульптор и «глина». Скульптор лепит из глины скульптуру задуманного чувства. Остальные участники отгадывают, что за чувство изображено.

**Упражнение «Передаем чувства»**

*Инструкция.* Сейчас вместе с этим мячиком мы будем передавать любому из сидящих в кругу какое-то чувство, изображая его с помощью рук, позы, темпа, выражения лица. Тот, кто получает "чувство", попробует отгадать и сказать нам, что за чувство он получил.

*Обсуждение.* Легко ли тебе было выражать то чувство, которое ты хотел передать? Поняли ли то чувство, которое ты хотел выразить? Как приняли то чувство, которое передал? Что ты при этом чувствовал? Легко ли тебе было принимать то чувство, которое тебе передавали? Какие чувства чаще всего звучали в нашей группе? Какие чувства (почти) не выражались в нашей группе?

*Информация для ведущего***.** Следите затем, чтобы вес дети хотя бы один раз получили мячик-чувство. Это упражнение может служить хорошей иллюстрацией того, какие чувства приемлемо выражать в данной группе. Это могут по большей части агрессивные чувства или, наоборот, «приятные». 11родолжением упражнения может быть разговор о том, как другие воспринимают проявление наших чувств - понимают, но не принимают; принимают, но не понимают.

Заключительная часть:

**Упражнение «Цветок чувств»**

Этим упражнением можно заканчивать занятия по данной теме.

*Инструкция.* На наших занятиях было много всего и много разных чувств было у нас. Подумайте, какие чувства сегодня были у вас на занятии.

Детям предлагаются разноцветные «лепестки», - какого цвета им хочется. На этих лепестках напишите, пожалуйста, чувства, которые вы испытывали сегодня.

Затем каждый называет свои чувства и кладет лепесток в центр круга. Таким образом, получается цветок чувств всей группы.

**Занятие 16**

Тема:Безоценочное принятие своих и чужих чувств и эмоций. Распознавание своего эмоционального состояния и состояния других. Способы выражения эмоций

Цель: проработать отдельные эмоции, научить выражать их приемлемым способом.

Вводная часть:

**Упражнение «Бумажные мячики (Снежки)»**

Эта игра учит канализировать свои агрессивные чувства через игру, дает возможность снять эмоциональное напряжение в группе или эмоционально включиться в работу усталым или апатичным детям.

*Материалы.* Старые газеты или что-то подобное; клейкая лента, которой можно будет обозначить линию, разделяющую две команды.

*Инструкция.* Возьмите каждый по большому листу газеты, как следует скомкайте его и сделайте из него хороший, достаточно плотный мячик. Теперь разделитесь, пожалуйста, на две команды, и пусть каждая выстроится в линию так, чтобы расстояние между командами составляло примерно четыре метра. По моей команде вы начнете бросать мячи на сторону противника. Игроки каждой команды стремятся как можно быстрее забросить мячи, оказавшиеся на их стороне, на сторону противника. Услышав команду "стоп!", вам надо будет прекратить бросаться мячами. Выигрывает та команда, на чьей стороне оказалось меньше мячей. И не перебегайте, пожалуйста, за разделительную линию» (2-3 мин.).

Основная часть:

**Способы выражения эмоций.**

Акцент делается на проработке отдельных эмоций и поиске способов их приемлемого выражения. Также внимание уделяется дифференциации эмоциональных проявлений - например, злость может быть легким недовольством или сильным гневом.

**1.Упражнение «Датский бокс»**

Эта игра дает детям опыт конструктивной агрессивности, способности сохранять контакт с партнером во время спора. Многим людям это дается с большим трудом, так как они привыкли к тому, что хорошие отношения связанны с дружелюбным поведением, агрессивность - с большим отдалением. Это упражнение также может служить разрядкой в момент спора между участниками группы.

*Инструкция.* Кто может рассказать мне о каком-нибудь своем хорошем споре? Как все происходило? Почему ты считаешь этот спор хорошим? О чем вы спорили? Я хочу показать вам, как с помощью большого пальца руки вы можете провести хороший спор. Хорошим спор бывает до тех пор, пока мы следуем правилам ведения спора и радуемся тому, что и наш партнер выполняет правила. При этом мы не хотим никого обидеть.

Разбейтесь на пары и встаньте на расстоянии вытянутой руки друг от друга. Затем сожмите руку в кулак и прижмите его к кулаку своего партнера так, чтобы ваш мизинец был прижат к его мизинцу, ваш безымянный - к его безымянному. Стойте так, словно вы привязаны друг к другу. Тем более что это так и есть: во всяком споре спорящие, так или иначе зависят друг от друга

Итак, восемь пальцев прижаты друг к другу, а большие пальцы вступают в бой. Сначала они направлены вертикально вверх. Затем кто-то из вас считает до трех, и на счет "три" начинается бокс. Побеждает тот, чей большой палец окажется сверху, прижав большой палец партнера хотя бы на секунду. После этого вы можете начать следующий раунд. Вы поняли суть игры? Говорят, что эту игру придумали датские мужчины, скучая в долгую темную зиму у себя на севере. Но в нее могут играть и девочки, потому что все зависит не от силы, а от скорости реакции и остроты глаз. Можно выиграть и хитростью. Например, если делать обманные движения и броски, поддаваться на время, чтобы затем воспользоваться движением пальца партнера вниз. Попробовав поиграть в эту игру пару раундов, вы почувствуете, что у вас получается все лучше и лучше, и вам понравиться эта игра. После пяти раундов сделайте перерыв, чтобы рука отдохнула, и выберете себе другого партнера. Прощаясь со своим партнером, поблагодарите его за честное ведение борьбы».

**2.Упражнение «Изобрази свою злость (страх и т. п.)»**

Упражнение позволяет осознать особенностей переживания и проявления чувства.

*Материалы.* Бумага и любые изобразительные средства; пластилин.

*Инструкция.* Изобразите свою злость в виде живого существа или какого-либо образа.

*Вариант.*Возьмите плотную бумагу, типа оберточной. Изобразите свою злость, «вырвав» ее из бумаги. Работа с плотной бумагой требует физических усилий и, таким образом, высвобождает энергию. Обсуждение заключается в том, что дети рассказывают о том, что они изобразили, что хотели передать.

**3.Упражнение «Слова гнева»**

Упражнение позволяет обсудить индивидуальные способы выражения гнева.

*Материалы.* Доска или большой лист ватмана для записи слов, которые будут называть дети.

*Инструкция.* «Подумайте о тех словах, которые люди могут говорить или думать, когда злятся. Называйте мне эти слова, а я буду записывать их».

*Обсуждение.* Что может тебя разозлить? Что происходит в этом случае? Что ты делаешь, когда злишься? Что ты делаешь или можешь делать, чтобы избежать неприятностей в минуты гнева? Что ты чувствуешь, когда слышишь в свой адрес ранящие слова? А что - когда слышишь слова, отражающие чувства другого человека?

*Информация для*ведущего. Записывайте все, что говорят дети - не давайте никакой оценки словам, которые они называют, дайте возможность без смущения проявить широкий спектр словесных реакций. Когда вы закончите писать список, обратите внимание детей, что некоторые из записанных слов ранят другого, обвиняют, подразумевают нападение, атаку. Другая же группа слов является выражением испытываемого чувства.

*Варианты.*Аналогичным образом можно провести обсуждение возможных реакций в страшных, пугающих ситуациях и др.

Заключительная часть:

1. **Упражнение «Морское царство»**

*Материалы.* Большие листы ватмана, мелки, карандаши или фломастеры разных цветов. Кассета с записью шума волн

*Инструкция.* Мы с вами будем рисовать сейчас подводное царство.

Представьте себе, что перед вами океан. И в океане живут разные рыбы, раки, акулы, морские звезды. Но так как это волшебное подводное царство, то там еще могут жить чудовища. Мы будем их рисовать. Какие -вы можете придумать сами.

*Варианты.*Это упражнение можно выполнять всей группой, рисуя общее «морское царство», или же разбиться на две команды, каждая из которых будет рисовать свой подводный мир. Ведущий группы также может принимать уча­стие, рисуя воду, волны. Если детям трудно начать самим, то ведущий может начать рисовать что-нибудь простое (змею, например). После окончания рисо­вания попросите ребят дать название своему рисунку и описать его, а может быть, даже придумать общий сюжет.

*Обсуждение.* Выходит ли твое чудовище из воды?

Как к нему относятся те, кто его видит? Что в нем страшного? Что оно делает? Как оно пугает окружающих?

Рефлексия: закончи, пожалуйста, фразу «Я на сегодняшнем занятии…»

**Занятие 17**

Тема: Стресс и стрессовые ситуации. Признаки стресса. Управление стрессовым состоянием. Навыки саморегуляции.

Цель: Дать понятие стресса, как он проявляется и влияет на организм человека.

Вводная часть:

**Упражнение-разминка «Как чихает слон»**

Знаете ли вы, как чихает слон? Послушаем. Для этого разделимся на три группы. Правая говорит: "Хрящики!"; вторая — "Ящики!"; третья — "Потащили!".  
Ведущий поочередно взмахивает руками, указывая на ту или иную группу, а участники произносят слова. Когда ведущий поднимает обе руки вверх, каждая группа кричит свое слово, и получается такой звук, словно чихает слон.

Основная часть:

В последнее время понятие «стресс» приобрело большую популярность - недаром прошедший 20 век назвали веком стресса. Сегодня на дворе 21 век, но стресс, не признавая никаких границ, с легкостью шагнул в новое тысячелетие и продолжает укреплять свои позиции.

Каждый испытывал его, все говорят о нем, но мало кто задавался вопросом, так **что же такое стресс**?

На этот вопрос словари и энциклопедии дают следующие ответы:

**Стресс** - это состояние напряжения, возникающее у человека под влиянием сильных воздействий.

**Стресс** – это неспецифическая защитная реакция организма в ответ на неблагоприятные изменения окружающей среды.

Определения, приведенные выше, лаконичны и просты, но чтобы понять, что такое стресс вовсе не обязательно заглядывать в словари – достаточно посмотреть вокруг. Стресс – это все, что нас окружает. Стресс – это наша жизнь. Он врывается в нашу жизнь с самого утра, вместе со звонком будильника, а потом... Потом все по накатанной схеме - пробки (для автомобилистов), утренняя толкотня в транспорте (для остальных), учёба, вызов к директору, проблемы с друзьями, ссоры с близкими, плохой сон. «И такая дребедень каждый день».

Можно ли жить без стресса? Наука утверждает, что нельзя. Жизнь не терпит постоянства и стабильности, и конечно же именно она - главный источник стресса.

1. **Упражнение «Коридор».** Разделиться на две группы и встать напротив друг друга. Каждый человек получает задание - фразу, которую он должен произносить человеку, проходящему внутри коридора

|  |
| --- |
| **Сядь!** |
| **Встань!** |
| **Улыбнись!** |
| **Стой смирно!** |
| **Замолчи!** |
| **Говори громко!** |
| **Спи!** |
| **Беги!** |
| **Наклонись!** |
| **Повернись!** |
| **Лежать!** |
| **Иди быстро!** |

*Обсуждение упражнения*. Что понравилось в нем, а что нет? Что вызвало затруднения? Что мешало и что помогало? Успевали ли вы выполнять все команды?

Какие групповые настроения преобладали во время выполнения упражнения?

1. **Упражнение «Я злюсь, когда…».** Вспомните ситуацию, когда вы чувствовали раздражение, злость. Возьмите газету, скомкайте ее и продолжите фразу «Я злюсь, когда…» и резко выбросить комок газеты (злости)
2. **Вибрация.**

Снятие мышечного напряжения.

Потрясите кистями, руками, ногами и всем телом. Время выполнения 2-3 минуты.

1. **Упражнение «Пресс»**

Игровое упражнение выполняется индивидуально. Нейтрализует и подавляет отрицательные эмоции гнева, раздражения, повышенной тревожности, агрессии.

*Инструкция*. Представьте внутри себя, на уровне груди, мощный пресс, который движется сверху вниз, подавляя возникающие отрицательные эмоции и связанное с ними внутреннее напряжение. Выполняя упражнение, важно добиться отчетливого ощущения физической тяжести внутреннего пресса, подавляющего и как бы выталкивающего вниз нежелательные отрицательные эмоции и энергию, которую она с собой несет и заземляет.

Заключительная часть:

1. Рефлексия. Продолжи предложение: «я на сегодняшнем занятии…»
2. Прощание. Участники группы все вместе говорят «До свидания, мы!»

**Занятие 18**

Тема:Стресс и стрессовые ситуации. Признаки стресса. Управление стрессовым состоянием. Навыки саморегуляции.

Цель: Дать понятие саморегуляции, рассмотреть и проработать основные приемы саморегуляции.

Вводная часть:

**Упражнение-разминка «Догони поросёнка»**

Все участники встают лицом в круг. Предлагается представить, что по кругу бегает маленький, розовенький поросеночек, который все время хрюкает. Задача играющих – поймать поросенка. А делают они это следующим образом: по команде ведущего звук «хрю» передается по кругу от одного участника к другому, при этом засекается время на секундомере. Игра проводится несколько раз, с каждым разом увеличивается темп прохождения звука «хрю» по кругу.

Основная часть:

Каждый день вы посещаете занятия, где вам объясняют сущность различных явлений, вы изучаете законы природы и общества, учитесь жить в мире с самим собой и другими. Очень, очень многое вы должны выучить, запомнить, проанализировать, доказать.

Жизнь предъявляет нам кучу требований, и мы должны уметь находить правильные решения, разрешать конфликты, владеть собой.

Человек не может оставаться равнодушным к окружающему его миру. Люди, с которыми мы сталкиваемся, события свидетелями или участниками которых мы становимся, вызывают у нас различные чувства и эмоции: радость, грусть, гнев, отвращение, стыд, гордость, любовь или ненависть.

Можно сказать, что чувства являются регуляторами поведения человека. Благодаря им мы понимаем, всё ли у нас хорошо. А если не всё благополучно на уровне чувств, человек начинает искать причину плохого настроения.

Сегодня мы и будем вести речь о том, что такое саморегуляция, как научиться управлять своими эмоциями. Это следует делать по разным причинам. И одной из главных является сохранение своего собственного здоровья. Уже с древности врачеватели поняли, что между эмоциями человека и его здоровьем существует тесная связь. Например, зависть и злость приводят к заболеваниям органов пищеварения, а постоянный страх поражает щитовидную железу. Безутешное горе влечёт за собой сахарный диабет, а необходимость долго сдерживать эмоции разрушает сердце. Печаль, уныние, тоска ускоряют процессы старения. «Все болезни от нервов», - так и сегодня утверждает медицинская наука.

Опыт показывает, что эффективным средством предотвращения эмоциональных расстройств, стрессов является использование способов саморегуляции и «восстановления себя». Это своего рода «техника безопасности» для всех, кто хочет на долгие годы оставаться здоровыми.

Итак, саморегуляция – это управление своим психоэмоциональным состоянием, достигаемое путём воздействия человека на самого себя с помощью слов, мысленных образов, управления мышечным тонусом и дыханием. Пренебрежение правилами психогигиены, длительные стрессы в конце концов приведут к неврозам. И вместо осуществления задуманных планов нам придётся заняться лечением.

При возникновении нежелательных эмоциональных реакций можно использовать различные естественные приёмы саморегуляции:

* смех, улыбку, юмор;
* размышления о хорошем, приятном;
* расслабление мышц;
* общение с природой;
* музыку, танцы;
* мысленное обращение к высшим силам и др.

Сейчас я хочу предложить вам несколько упражнений, направленных на сохранение и укрепление психического здоровья. Они помогут вам снять усталость, обрести уверенность в себе, справиться с раздражением, гневом, повышенной тревожностью.

**Упражнение 1.** Сожмите пальцы в кулак с загнутым внутрь большим пальцем. Делая выдох спокойно, не торопясь, сжимайте с усилием кулак. Затем, ослабляя сжатие кулака, сделайте вдох. Повторите 5 раз. Теперь попробуйте выполнить это упражнение с закрытыми глазами, что удваивает эффект. Слегка помассируйте кончик мизинца.

**Упражнение 2. «Улыбка»** - улыбнитесь себе как можно шире, покажите зубы (помогает снять мышечное напряжение).

**Упражнение 3. «Точечный массаж»** - помассируйте указательными пальцами обеих рук (до 10 раз) точки на лбу между бровями, на висках и за ушами.

**Упражнение 4. «Левостороннее дыхание»** - Пальцем зажимаем правую ноздрю. Дышим левой ноздрей спокойно, неглубоко.

**Упражнение 5. «Ладони»** - Трите ладони друг о друга, пока не появится тепло. Это энергия силы. Далее «умойтесь» ладонями, потеребите пальцами мочки ушей, потрите уши.

**Упражнение 6. Техника «глубокого дыхания»** - Сделать глубокий вздох и в уме досчитать до 10, затем сделать глубокий выдох.

**Упражнение 7. «Тигриное рычание»** - Вы пришли домой, и ваше настроение далеко от праздничного, нервы натянуты, вот-вот взорветесь агрессией, которую тщательно приходилось сдерживать весь день. Не ждите, когда кто-либо из домашних подаст вам повод для взрыва. Подойдите к зеркалу, посмотрите в глаза своему отражению и... рычите. Громко. С выражением. Излейте в рыке всю ярость, гнев, обиду. Как настоящий тигр, рвущий добычу. Кстати, вибрации, которые неизбежны во время такого рычания, благотворно сказываются на организме - по тому же принципу, как поглаживание урчащей кошки.

Но рычание не всем подходит. В этих случаях агрессию можно перенести на неодушевленные предметы.

Достаточно лечь на кровать и минут 5-10 с силой колотить пятками по матрацу - такое упражнение не только снимает внутреннее психологическое напряжение, но и неплохо тренирует мышцы ног и брюшного пресса.

Помогает и битье подушек. А если для подушечной экзекуции пользоваться еще и обычной выбивалкой, то заодно избавите мягкую мебель от пыли. Тем более что ни один суперсовременный пылесос не способен так надежно убрать пыль, накапливающуюся в креслах и диванах, как самая обычная, «старорежимная» выбивалка.

Заключительная часть:

1. Рефлексия. Продолжи предложение: «я на сегодняшнем занятии…»
2. Прощание. Участники группы все вместе говорят «До свидания, мы!»

**2. Раздел «Мир, в котором я живу»**

**Занятие 1**

Тема: Что значит быть взрослым

Цель: Дать понятие о взрослении: представлении о взрослении как балансе возможностей и ответственности.

Вводная часть: Игра-разминка «Приветствие»

Основная часть: Быть взрослым - это не означает достичь какого-то определенного возраста. Быть взрослым - значит стать человеком, который может отвечать за себя и доверенных ему людей или за что-то другое. Взрослым может считаться человек, который в состоянии принять решение, за которое потом не будет раскаиваться, а так же - отстоять и доказать свое мнение. Многие люди, добившиеся положения в обществе или просто прожившие достаточно долго, не могут по праву считаться взрослыми. Потому что в жизни ведут себя как существа, не отвечающие за себя, за свои поступки, слова. Взрослый человек - это человек, достигший совершеннолетия. Хотя это далеко не так. Некоторых людей, еще не достигших 15 лет, можно считать вполне сформировавшимися. Взрослый - это не тот, кто создал свою семью, очаг и прочее; это человек, который знает свои цели в этой жизни.

Ответственность, как один из важнейших социальных [навыков](http://www.psychologos.ru/Навык), можно развивать, а при его отсутствии -[воспитать](http://www.psychologos.ru/Воспитание). Ответственным - не рождаются, ответственным - становятся.

Многие дети не хотят взрослеть, потому что не видят в этом ничего привлекательного. Зачем? Ведь ребенком быть выгоднее?

Что с этим делать? Любая способность развивается в процессе тренировки, поэтому ответственность развивается тогда, когда человек так или иначе берет или на него нагружают ответственность. Приемы:

* Поставить (себя или другого) в ситуацию, когда нет другого жизненного выхода, кроме как оказаться ответственным. Хочешь выжить - бери на себя работу ответственности. Обстоятельства требуют. Приходит понимание: за тебя никто ничего не сделает. Помогает опыт самостоятельности: или накормишь себя, или останешься голодным.
* Поставить (себя или другого) в ситуацию, когда ответственность оказывается внутренне (морально) обязательной. Остался без родителей, рядом младший брат, еще более бестолковый, чем ты - но все-таки брат. Результат - беру за него ответственность.
* Нагрузить ответственностью. Назначить ответственным в ситуации, когда неудобно отказаться.
* Обменять на права. Новые, привлекательные права даются в обмен на ту или иную новую ответственность.

Ответственным становится тот,

* кто учится на своих и чужих ошибках.

Ответственный человек способен обращать провалы себе на пользу, извлекать ценный опыт из поражений, вырабатывать наилучший образ действий и добиваться значительного результата. Безответственный обречен все глубже погружаться в озлобленность на весь мир и болезненную жалость к себе.

В готовность брать на себя трудные моменты жизни входит:

* Представление о том, что от меня в ситуации требуется и от меня ждут.
* [Способность](http://www.psychologos.ru/Способность) это сделать (наличие необходимого [опыта](http://www.psychologos.ru/Опыт), [умений](http://www.psychologos.ru/Умение) и [навыков](http://www.psychologos.ru/Навык)).
* Наличие [привычки](http://www.psychologos.ru/Привычка) это делать или наличие той или иной [мотивации](http://www.psychologos.ru/Мотивация).

Воспитание ответственности - привитие вначале способности, а потом [желания](http://www.psychologos.ru/Желание) и привычки брать на себя трудные моменты жизни.

Техники воспитания ответственности

Развитие личной ответственности - приучение себя выполнять свои обязательства и платить за последствия своих действий.

Чем платить, деньгами или временем - не важно. Важно приучить себя платить всегда, даже если совсем не хочется.

Для развития личной ответственности можно практиковать следующие задания самому себе (перечислены по возрастанию трудности):

* Взять специальные задания по работе с [обвинениями](http://www.psychologos.ru/Бытовые_обвинения) и [оправданиями](http://www.psychologos.ru/Оправдание) - приучить себя мыслить и разговаривать без обвинений и оправданий.
* Записывать свои [обязательства](http://www.psychologos.ru/Обязательство) (от 3 до 10).

Например, записать несколько дел на день, которые сделать необходимо, но не хочется - и повесить на видном месте.

* Записывать свои обязательства и назначать [санкции](http://www.psychologos.ru/Санкции) за невыполнение.

Взял обязательство не опаздывать, за каждое опоздание - плати. И не важно - хочешь платить, не хочешь платить - плати в любом случае. Проще давать обязательства внешние - то есть кому-то во внешнем мире: родителям, друзьям, начальнику. Будьте уверенными - вас проконтролируют.

* Записывать свои [ошибки](http://www.psychologos.ru/Реакция_на_ошибки) (от 3 до 10), приведшие к невыполнению или частичному выполнению обязательств. Таким образом фиксировать свои ошибки за каждый день, через некоторое время - за каждый час.

Важно - параллельно с этим непременно фиксировать свои удачи и достоинства - см. [Тетрадь успехов](http://www.psychologos.ru/Тетрадь_успехов)

* Свои ошибки компенсировать дополнительными заданиями самому себе.

Остановился во время пробежки, хотя дал себе задание пробежать без остановок - увеличиваешь дистанцию.

* Научить себя свои ошибки признавать сразу и в категоричной форме.
* Приучить себя платить за свои ошибки - деньгами или выполнением наказания.
* В неприятной или трудной ситуации, в которой неясно, кто виноват, брать всю ответственность на себя.
* Не забыть взять ответственность на себя помогает фоновое: "[Если бы я любил](http://www.psychologos.ru/Упражнение:_Если_бы_я_любил)". Отвечать за близких и любимых людей естественно, такая ответственность не висит грузом и не давит, а воспринимается легко. Осуществляется просто: каждый раз, когда произошло что-то неприятное или трудное спрашивать себя - а если бы рядом был бы мой отец? мой брат? мой близкий друг? как бы я тогда поступил? и дальше поступать созвучно своим ответам.

Общая техника безопасности: развивать ответственность нужно и правильно, важно только помнить, сколько ответственности в какой ситуации правильно взять на себя.

Развитие ответственности - давать (себе или другому) все время возрастающие нагрузки, сохраняя при этом каждый раз успешность. Развивая желание и способность нести груз ответственности.

Как стать ответственным?

Для начала сделать [ответственность](http://www.psychologos.ru/Ответственность) своей [ценностью](http://www.psychologos.ru/Ценность,_ценный,_ценить). А именно: осознать, что ответственность - это важнейший социальный навык, благодаря которому можно качественно улучшить свою жизнь и стать ее полноценным автором. Этому навыку может научиться любой человек. Поверить в это, загореться этим. Захотеть воспитывать в себе и развивать [чувство ответственности](http://www.psychologos.ru/Чувство_ответственности). Например, искренне считать себя ответственным за события своей семейной (личной) жизни и действовать сообразно. Ответственный человек даже в трудных отношениях вряд ли будет утверждать, что его обидели. Он сознает, что автор обиды - он сам.

Можно стать более ответственными, задавая себе несколько раз в день следующие вопросы:

* Какие передо мной существуют возможности для использования? Что я могу сделать?

Вместо мыслей и высказываний в стиле «я хочу» иногда лучше спросить себя:

* Что я могу сделать, чтобы получить то, что хочу?

Чтобы получить больше ясности в том, поступаю ли я ответственно, полезно спросить себя:

* Если бы я хотел быть полностью ответственным за свои поступки прямо сейчас, что я должен был сделать?

Задание «Взрослый или ребенок».

Заключительная часть:

Упражнение «Ассоциации». Ассоциации на слова «Я – взрослый».

**Занятие 2**

Тема: Актуализация личностного опыта

Цель: Дать представление о мире внутренних переживаний, ориентировать на исследование своего внутреннего мира.

Помочь погрузиться в безбрежное фантазирование по созданию своего мира, пробудить желание включиться в учебный процесс.

Вводная часть: Игра-разминка «Приветствие»

Основная часть:

Сущность данного занятия заключается в постановке задания, которое отвечает следующим требованиям:

— Актуализация личного жизненного опыта каждого ученика.

— Доступность, «нетрудность» задания, снимающая внутренние препятствия для включения в деятельность по его выполнению.

— «Открытость» задания, предполагающая возможность выбора вариантов его выполнения.

— Неожиданность, оригинальность задания, вызывающая эффект новизны и эмоциональную привлекательность.

— Внутренняя связь задания с основной идеей и сверхзадачей мастерской.

Примеры индукторов.

1. Вспомните, как вы сегодня шли в школу. Опишите свою дорогу.

2. Прочитайте фразу: «Гений и злодейство — две вещи несовместные». Подумайте, какой знак препинания вы поставили бы в конце этой фразы. Защитите свой выбор.

3. Представьте, что вас попросили создать сборник поучений, обращенных к вашим сверстникам. Предложите свое поучение и объясните, почему оно должно быть воспринято читателями.

4. Запишите ассоциации к словам «цветы» и «зло» в две колонки. Составьте все возможные словосочетания, соединяя слова из первой колонки со словами из второй.

5. Нарисуйте время. Поместите себя в этот рисунок. Запишите слова, отражающие ваши чувства, мысли, переживания, связанные с присутствием в созданном вами мире.

6. Закончите предложение: «Любовь должна быть...».

7. Вспомните и опишите ситуацию, которую вы могли бы охарактеризовать словами: горе от ума.

8. Нарисуйте счастье.

Упражнение «Счастливое событие»

Заключительная часть: Подведение итогов.

**Занятие 3**

Тема: Гендерная культура и ее характеристика

Цель: Дать представление о понятиях "культура", "гендерная культура"; сформировать умение распознавать примеры проявления гендерной несправедливости и неравенства.  
Оборудование: ручки, фломастеры, бумага формата А4 или ватман, бланки опросника С. Бем.

Вводная часть:

Основная часть:

Трактовки понятия "культура" широки и многообразны, ученые насчитывают около 500 определений. В самом широком смысле культура - это то, что создано не природой, а людьми в процессе постижения и упорядочивания мира. Что в себя включает культура? (Культура включает язык, обычаи, образ жизни, нормы поведения, убеждения, знания, ценности, и символическое восприятие (отображение) мира в мифах и искусстве).Культурные нормы существуют в любом обществе, и поэтому мы можем говорить об универсальности культуры. Человек, живущий в рамках одной культуры, может думать, что этот способ мышления является единственно верным способом организации мира. Но при знакомстве с другими культурами появляется понимание, что существуют различия и в культуре разных обществ, и в рамках одного общества культура меняется в разные исторические эпохи. И даже в одну историческую эпоху в рамках одной культуры могут существовать такие феномены, как субкультура (которая включает элементы "большой" культуры, но также и содержит "локальные" или "специфические" особенности) или контркультура (т.е. противоположный тип культуры в рамках данного общества). Это позволяет говорить о культурном разнообразии культуры, то есть относительности представлений о "правильности" норм какой-либо одной культуры.  
Существуют различные классификации культуры по следующим основаниям: а) по властным отношениям – культура делится на патриархатную и матриархатную; б) по психологическим проявлениям – на феминную, маскулинную и андрогинную; в) по форме проявления – на мужскую, женскую и бесполую; г) по выявлению (соединению) социокультурного и биологического фактора – на гендерную, биогендерную, сексуальную.

Как вы думаете, что такое гендерная культура? Есть разные определения данного понятия. Попытайтесь проанализировать следующие определения:

1. Гендерная культура - это культура, предполагающая сформированность у человека правильного понимания о предназначении мужчин и женщин, их социальном статусе, функциях, взаимоотношений в обществе и семье". (Обсудить, какое поведение мужчин и женщин считается "правильным").

*Дополнительная информация для учителя:* Учеными Маккоби Е., К. Джеклин, Дж. Стоккард, М. Джонсон доказано, что следование традиционным моделям поведения типичных мужчин и типичных женщин может привести к негативным последствиям.   
Последствия традиционной системы гендерных ролей, по мнению О.А.Ворониной и Т.А.Клименковой, можно проследить на трех уровнях: индивидуальном, межличностном и социетальном. На индивидуальном уровне следование жесткой гендерной роли может отразиться на здоровье. Агрессивность и стремление достичь цели, которые общество требует от мужчин, сокращает их жизнь по сравнению с женщинами, ведут к большей преступности и к большему числу убийств и самоубийств среди мужчин. В исследовании J.L. Rosen, G.L. Bibring (1968) доказывается наличие связи между представлениями мужчин о маскулинных ценностях и степенью выраженности у них негативной реакции на перенесенный инфаркт миокарда, естественно, что эта реакция существенно влияет на протекание процесса лечения и реабилитации больного. У женщин требование пассивности и жертвенности приводит к большему, по сравнению с мужчинами, числу депрессий, тревожности, расстройств аппетита.

Гендерные стереотипы, формируемые в процессе социализации, могут выступать барьером в развитии индивидуальности. Самореализация и самовыражение как считает К.А.Абульханова-Славская невозможно, если деятельность выполняется на основе чувства долга. В подобной ситуации не учитываются личные интересы, теряется чувство "Я", формируется покорность и зависимость. Подобное самоощущение и самовосприятие не соответствует идеям самореализации и свободного выбора.

На уровне межличностных отношений мужчины имеют гораздо менее близкие связи и контакты с друзьями, родителями и детьми – действует традиционное табу на мужскую эмоциональность. Следование стереотипным представлениям об особенностях поведения и чертах характера мужчин и женщин приводит к замещению тонких механизмов построения межличностных отношений "готовыми рецептами" манипулятивных приемов и техник. На уровне общества традиционная система гендерных ролей мешает активному участию женщин в политической и экономической жизни страны.

Современное общество характеризуется появлением новых моделей и стилей жизни. Женщины и мужчины осваивают их в процессе вторичной социализации, несмотря на негативную оценку со стороны общества. Женщины успешно выполняют новые роли в бизнесе, в политической сфере, способствуют познанию и распространению новых культурных символов и т.д. Получение разнообразной информации о гендерных ролях и будет способствовать формированию навыков эффективной коммуникации, повышению адаптивных способностей учащихся.

1. Гендерная культура - это система действующих в данном обществе взглядов, установок, принципов, матриц поведения и т.д., формирующих социокультурные аспекты пола (гендерные роли, гендерные отношения, гендерные стереотипы, семейно-брачные установки и т.д.). (Обратить внимание на то что "система действующих в данном обществе взглядов и т.д." может носить и негативный характер. Идеалы гендерной культуры характеризуют социальную сторону взаимоотношений между полами, основу которой должны составлять именно нравственные норма и ценности).
2. Гендерная культура - это совокупность социокультурных характеристик определяющих взаимоотношения мужчин и женщин, основанных на эгалитарных ценностях. Эгалитарность (равенство полов) – трактовка равенства предполагает, что мужчины и женщины должны иметь равные доли в социальной власти, равный доступ к общественным ресурсам. Значимость идей равенства полов можно выразить через гендерные ценности.

Работа в группах.

Необходимые материалы: ватман, маркеры или фломастеры, скотч.

**Упражнение «Ценность»**

Участники определяют для себя, что является важным при выборе партнера, что может обеспечить стабильность брака. Возраст, внешность, характер, здоровье, общие друзья, приятные родители, материальная обеспеченность, общие увлечения, совместная работа, сходные цели в жизни, сходные взгляды, идеалы и т. п. Проводится обсуждение.

**«Коллаж»**

Группа делится на две подгруппы (по принципу «мальчики направо - девочки налево). На листах ватмана из предложенных материалов девочки составляют коллаж «Типичная женщина», а мальчики - «Типичный мужчина».

Закончив работу, подгруппы представляют друг другу свои творения на листе.

**Упражнение «Кино про жизнь»**

Группа делится на две подгруппы — мальчики и девочки. Девочки составляют сценарий на тему «Кино про женщину», мальчики — «Кино про мужчину», описывая их жизненный путь (по возможности с момента рождения до смерти). Завершенные работы представляются классу.

Заключительная часть:

**Упражнение**: **Маятник.**

Цель: выявить аргументы за и против гендерного воспитания в школе, учиться обмениваться своим мнением.

Группа делиться на две части. По очереди каждая из групп озвучивает по одному аргументу за и против гендерного воспитания в школе.

Ведущий делает общий вывод.

Практическая часть: Изучение личных гендерных характеристик: Опросник С. Бем  
На каждое из нижеприведённых качеств поставьте плюс или минус, оценивая тем самым наличие или отсутствие у себя названных качеств соответственно:

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| 1. | верящий в себя | 31. | быстрый в принятии решений |
| 2. | умеющий уступать | 32. | сострадающий |
| 3. | способный помочь | 33. | искренний |
| 4. | склонный защищать свои взгляды | 34. | полагающийся только на себя |
| 5. | жизнерадостный | 35. | способный утешить |
| 6. | угрюмый | 36. | тщеславный |
| 7. | независимый | 37. | властный |
| 8. | застенчивый | 38. | имеющий тихий голос |
| 9. | совестливый | 39. | привлекательный |
| 10. | атлетический | 40. | мужественный |
| 11. | нежный | 41. | теплый, сердечный |
| 12. | театральный | 42. | торжественный, важный |
| 13. | напористый | 43. | имеющий собственную позицию |
| 14. | падкий на лесть | 44. | мягкий |
| 15. | удачливый | 45. | умеющий дружить |
| 16. | сильная личность | 46. | агрессивный |
| 17. | преданный | 47. | доверчивый |
| 18. | непредсказуемый | 48. | малорезультативный |
| 19. | сильный | 49. | склонный вести за собой |
| 20. | женственный | 50. | инфантильный |
| 21. | надёжный | 51. | адаптивный, приспособляющийся |
| 22. | аналитичный | 52. | индивидуалист |
| 23. | умеющий сочувствовать | 53. | не любящий ругательств |
| 24. | ревнивый | 54. | несистематичный |
| 25. | способный к лидерству | 55. | имеющий дух соревнования |
| 26. | заботящийся о людях | 56. | любящий детей |
| 27. | прямой, правдивый | 57. | тактичный |
| 28. | склонный к риску | 58. | амбициозный, честолюбивый |
| 29. | понимающий других | 59. | спокойный |
| 30. | скрытный | 60. | традиционный |

Ключ к тесту

Маскулинность (да): 1,4,7,10,13,16,22,25,28,31,34,37,40,43,46,49,52,55,58. Феминность (да): 2,5,8,11,14,17,20,23,26,29,32,35,38,41,44,47,50,53,56,59.

Остальные пункты нейтральные. За каждое совпадение ответа с ключом начисляется 1 балл. Затем определяются показатели феминности (F) и маскулинности (М) в соответствии со следующими формулами. F= (сумма баллов по феминности):20. М=(сумма баллов по маскулинности):20. Основной индекс IS определяется как: IS= (F-М)х2,322. Если величина индекса IS заключена в пределах от –1до+1, то делаются заключения об андрогинности. Если индекс меньше -1 (IS<-1), то делается заключение о маскулинности, а если индекс больше +1 (IS>1) – о феминности. При этом в случае, когда IS<-2,025 говорят о ярко выраженноймаскулинности, а если IS>2,025-говорят о ярко выраженной феминности.

**Занятие 4**

Тема: Гендерные роли и их многообразие

Цель: Дать представление о понятии "гендерная роль" и ее многообразии.  
Оборудование: ручки, фломастеры, бумага формата А4, ватман, фотографии мужчин и женщин.

Вводная часть:

Основная часть:

Как вы думаете, что такое социальная роль. (Социальная роль – это набор норм, определяющих, как должны вести себя люди в данной социальной ситуации).  
 Какие роли выполняет человек? (Записывается на доске или ватмане.)Например: мужчина, женщина, руководитель, подчиненный, служащий, рабочий, учитель, воспитатель, воспитанник, ученик, ученица, директор, муж, жена, отец, мать, сын, дочь, брат, сестра, друг, подруга, бабушка, дедушка, домохозяйка, хозяин и т.д.  
Каждый человек выполняет множество ролей. Выделите роли, выполнение которых зависит от пола. Учащиеся называют, ведущий записывает в таблицу:

|  |  |
| --- | --- |
| **Роли** | |
| **мужские** | **женские** |
| Муж Отец Сын  Руководитель Поклонник (любовник) Брат Друг и т.д. | Жена  Мать Дочь Домохозяйка  Подруга Сестра Любовница (содержанка) и т.д. |

Роли, выполнение которых зависит от пола/гендера, называют половой/гендерной ролью. Гендерная роль — одна из социальных ролей человека. Гендерная роль - набор ожидаемых образцов поведения (норм) для мужчин и женщин, вытекающие из понятий, окружающих гендер, а также поведения в виде речи, манер и жестов. Предписания относительно поведения, связанные с гендерными ролями, особенно очевидны в разделении труда на мужской и женский.

Гендерные роли, которые мы с вами выделили, можно как-то объединить по сферам?

Все описанные в литературе гендерные роли можно условно разделить на:

1) общественно-трудовые, или профессиональные, предписывающие, какие сферы деятельности более приемлемы для мужчин, а какие — для женщин (водитель, милиционер, воспитатель, учитель, шахтер, продавец, врач и т.д.);

2) семейные, которые, в свою очередь, делятся на супружеские и родительские; они определяют нормы отношений, поведение супругов, родителей и детей (муж, жена, мать, отец, брат, сестра, дядя, тетя, бабушка, дедушка);

3) сексуальные, дифференцирующие сексуальное поведение мужчин и женщин, определяющие отношения между ними в сексуальной сфере (любовница, любовник, альфонс, содержанка и т.д.).

**Упражнение:** Гендерный перфоменс.

Цель: формировать умение оценивать свои чувства.

Ход упражнения: участникам предлагается изобразить, роли, которые написаны на карточке, остальные должны угадать. Гендерные роли: мужчина, женщина.Можно предложить уточняющие характеристики: грубый мужчина, грубая женщина, мягкий мужчина, мягкая женщина, ласковый мужчина, ласковая женщина, безразличный мужчина, безразличная женщина, злой мужчина, злая женщина. Предлагается только две роли, чтобы участники смогли прийти к выводу, что поведение у женщин и мужчин бывает одинаковое и разное.

Вид роли, при котором человек проявляет как мужские, так и женских характеристики называют андрогиния.

Вплоть до 70-х годов проявление маскулинных черт у женщин и фемининных черт у мужчин были для психологов источником беспокойства. А среди людей, далёких от психологии, такое понимание широко распространено и сейчас. И именно из-за него люди оказываются в замешательстве, когда их дети проявляют интересы и поведение, свойственные противоположному полу. Однако исследования не подтверждают положение о том, что отклонение от полоролевых стандартов влечёт за собой психологическую рассогласованность.

Многие исследователи придерживаются мнения, что целостную (холическую) личность характеризует не маскулинность или фемининность, а андрогиния, то есть интеграция женского эмоционально-экспрессивного стиля с мужским инструментальным стилем деятельности, свобода телесных экспрессий и предпочтений от жёсткого диктата половых ролей.

Хотя создателем теории андрогинности считается Сандра Бем, у неё были предшественники, в том числе и такой авторитетный, как Карл Юнг. Карл Юнг видел в идее единства двух противоположностей – мужского и женского – образ архетипический.   
Как отмечает К.Мартин, раньше андрогинное поведение допускалось родителями только в отношении девочек. Теперь взгляды изменились, и андрогинным может стать и мальчик. Такое поведение вырабатывается у детей в том случае, если оно моделируется на глазах ребёнка родителем своего пола и принимается (поощряется) родителем противоположного пола.

Сейчас в представлениях о мужественности выделяют традиционную модель и эгалитарную. Содержание первой модели подразумевает черты характера связанные с активной деятельностью: энергичность, деловитость, властность, уверенность, настойчивость в достижении цели, стремление к соперничеству, смелость, ловкость, сила воли, сдержанность, рациональное мышление. Вторая модель мужественности предъявляет высокие требования к личному развитию мужчин, к их нравственной воспитанности, культуре чувств, коммуникативным умениям и навыкам.

**Упражнение: "Заверши фразу".**

Цель: оперативное включение учащихся в деятельность, взаимодействие, создание благоприятной атмосферы, установление коммуникации.

Ход исполнения:

Необходимо каждому участнику закончить начатую фразу, например, если бы я была мальчиком……, если бы я был девочкой …….., я как мальчик……, я как девочка…….. и др.

**Упражнение «Когда я вырасту»**.

Это упражнение позволяет детям задуматься о том, с какими надеждами и тревогами связано для них предстоящее превращение в мужчину (женщину), чего бы они хотели достичь в будущем. Ведущий прикрепляет к большой доске фотографии мужчин и женщин различных профессий. Например, мужчины - врач, бизнесмен, учитель, спортсмен, мужчина с ребенком, танцор, музыкант, рабочий, каскадер, солдат, полицейский, художник, водитель, официант. Женщины - врач, медсестра, секретарь, учитель, спортсменка, женщина с ребенком, фотомодель, балерина, работница фабрики, официантка. У каждой картинки есть номер. Дети рассматривают фотографии и определяют, чем занимаются эти люди.

*Обсуждение.* Чем занимаются эти мужчины и женщины? На кого из них ты хотел бы быть похож, когда вырастешь, чем он (она) тебя привлекает? Как ты думаешь, сможешь ли ты стать таким (такой) и что для этого нужно? На кого тебе совсем не хотелось бы быть похожим?

При обсуждении акцентируется внимание на том, каким дети видят свое будущее, насколько их мечты исполнимы, соизмеряют ли они свои желания со своими возможностями. Подобное экспериментирование дает воспитанникам опыт в выборе направления своего жизненного пути, своих приоритетов.

**Упражнение «Как другой человек»**

Для этого упражнения надо принести как можно больше открыток с изображениями мужчин и женщин. На каждой открытке должен быть изображен только один человек. Подобрать открытки надо так, чтобы были представлены люди разных возрастов, начиная с младенцев, разных эпох, профессий, в разной одежде и без одежды. Можно использовать репродукции картин, фотографии скульптур. Открытки надо разложить на столе так, чтобы их можно было хорошо разглядеть.

*Инструкция.* Давайте встанем вокруг стола и посмотрим, каждый со своего места, на эти открытки. Сейчас мы будем медленно ходить вокруг стола, чтобы иметь возможность пристальнее рассмотреть их все. Трогать руками открытки не надо. Постарайтесь заприметить глазами ту открытку, которая вас чем-то притягивает, нравится. На всякий случай приметьте еще одну, вдруг вы с кем-то совпали в выборе. Приметили? Теперь постарайтесь встать так, чтобы быть напротив этой открытки, пока другие еще не определились в выборе. Все выбрали? Возьмите ее. Если вашу открытку взяли, возьмите запасной вариант. Теперь давайте сядем в круг. Попробуйте представить себя этим человеком. Будучи им, что ты чувствуешь, о чем думаешь? Внимательно рассмотри свое тело, какие чувства оно у тебя вызывает? Обрати внимание на свою одежду, выражение лица, позу. Чем ты сейчас занят? Чем вообще занимаешься в жизни? Какой у тебя характер? Что ты любишь? А теперь давайте поделимся своими размышлениями. Свой рассказ мы будем начинать со слов: «Я мужчина (женщина), мне столько-то лет».

**Упражнение «Женщина в развитии»**.

Создается история некой женщины. Группа определяет, как ее зовут, чем она занимается. Участники выбирают себе разные этапы ее жизни и затем последовательно рассказывают ее историю по мере ее взросления. Здесь можно обратить внимание на выбор возраста участниками. Можно так же создать историю мужчины.

Заключительная часть:

Вопросы для закрепления:

1. Что такое гендерная роль?
2. Какие гендерные роли вы знаете?
3. Что такое андрогинность?

**Занятие 5**

Тема: Гендерные стереотипы и развитие индивидуальности

Цель: Познакомиться с понятием "стереотипы" и "гендерные стереотипы"; осознание опыта трансляции гендерных стереотипов и закрепления дискриминации по признаку пола, осознание источников собственных гендерных стереотипов.

Оборудование: ручки, фломастеры, листы чистой бумаги формата А4, ватман или доска, бланки опросника "Гендерные стереотипы И.С. Клециной".

Вводная часть:

Основная часть:

Допустим, вы случайно подслушали чужой разговор и услышали характеристику двух незнакомых вам людей. Про одного говорят, что этот человек авантюрного склада, независимый и властный, а другой – сентиментальная кроткая душа. Какая из характеристик принадлежит мужчине, а какая женщине?  
С вами согласятся жители более 30 стран мира. Мы имеем в голове "сложившуюся картинку" или стереотип как должен вести себя человек. Характеристики, которые единодушно приписывают людям мужского и женского пола называются гендерными стереотипами.

Гендерные стереотипы бывают разные.

Первая группа представлена стереотипами маскулинности-феминности. Мужчинам и женщинам приписываются определенные психологические качества и свойства личности. (Вспомните начало урока). Маскулинность-феминность – нормативные представления о свойствах, характерных для мужчин и женщин.   
**Упражнение: Типично мужские и типично женские качества.**

Цель: осознание стереотипных представлений о качествах мужчин и женщин.  
На листе бумаги в две колонки каждый записывает по три "типично мужские" и "типично женские" качества. Затем по очереди озвучивают, ведущий записывает на ватмане или доске. Качества не должны повторяться.

Пример:

|  |  |
| --- | --- |
| **Качества** | |
| **мужчины** | **женщины** |
| доминанты, независимы, компетентны, самоуверенны, агрессивны и склонны рассуждать логически | покорны, зависимы,  эмоциональны, конформны и нежны |

Вопросы для обсуждения.

**-**Какие качества только принадлежат мужчинам и только женщинам? Встречали ли Вы когда-нибудь женщин и мужчин с качествами, которые занесены в противоположные колонки? (Необходимо прийти к выводу, что явными и бесспорными являются только биологические различия. Все остальное относительно).

**-**Вторая группа гендерных стереотипов касается закрепления семейных и профессиональных ролей в соответствии с полом. Для женщин главными социальными ролями являются, мы с вами уже говорили об этом, семейные роли (мать, домохозяйка), для мужчин – профессиональные. Мужчин принято оценивать по профессиональным успехам, женщин – по наличию семьи и детей.

**-**Третья группа гендерных стереотипов связана с различиями в труде. Перечислите виды профессиональной деятельности, где работает много женщин. (Воспитатель, учитель, продавец, врач, социальный работник, библиотекарь, бухгалтер, швея и др.).

**-** Перечислите виды профессиональной деятельности, где работает много мужчин. (Шофер, строитель, программист, банковское дело, военный, милиционер, инженер и др.).

**-** В сфере занятости до сих пор распространено явление профессионального деления как воплощение в реальной жизни действия гендерных стереотипов. Женщины в основном работают в непроизводственной сфере, труд в которой малопристижен, малооплачиваем и связан с выполнением обслуживающих функций. Так называемые "женские профессии" сформировались путем "вынесения" на макроуровень традиционных женских занятий в рамках семьи. Руководящие должности, как правило, занимают мужчины.

Дополнительная информация для учащихся***:*** *Так, например, в здравоохранении и социальном обеспечении женщины составляют 83%, в торговле и общественном питании — 82%, в образовании — 79 % от общего числа занятых. Так называемые "женские профессии" сформировались путем "вынесения" на макроуровень традиционных женских занятий в рамках семьи. Руководящие должности, как правило, занимают мужчины. Так, среди имеющих высшее и среднее специальное образование руководителями того или иного уровня являются 48% мужчин, т.е. каждый второй мужчина — руководитель. Среди женщин — дипломированных специалистов доля руководителей составляет всею 7%.*

Далее учащиеся выполняют упражнение на выбор.

**Упражнение: "Хорошо - плохо"**

Цель упражнения: Позволяет довести существующие стереотипы до абсурда, посмотреть на них с разных сторон.   
Класс делится на две группы. По очереди идет обращение учителя к каждой группе, к новому ученику. Игра начинается с фразы "Это хорошо, когда …., потому что…..". следующий участник берет окончание предыдущей фразы и говорит: "Это плохо, когда …, потому что…." и так далее.

**Упражнение «Два мира»**

Группа делится на две части - мужская и женская. Подгруппы встают друг напротив друга «стеной» и по очереди говорят друг другу:

Мне нравится быть женщиной/мужчиной, потому что... Мне хочется быть мужчиной/женщиной, потому что... Мне трудно быть женщиной/мужчиной, потому, что... Я горжусь, что я мужчина/женщина, потому что... Я завидую мужчинам/женщинам, потому что... Мне не нравится в мужчинах/женщинах ... Хорошо быть женщиной/мужчиной, потому, что...

**Упражнение «Секреты»**

Участникам предлагается на листочке бумаги написать свой секрет, но не подписываться, а сложить записку и положить ее в общую кучу в середину комнаты. Затем каждый ребенок по очереди выбирает записку и читает ее вслух группе, будто это его собственный секрет.

Сначала дети стараются удостовериться, действительно ли никто не сможет узнать, что именно они написали эту записку. После этого упражнение вызывает заинтересованность и проходит живо.

**Упражнение «Наши вопросы»**

Поставьте в центр комнаты коробку и предложите детям написать записки с такими вопросами, которые их интересуют, но они не решаются задать их вслух, стесняются спросить. Обязательно скажите, что подписывать их не надо и вам не важно, кто именно написал конкретные вопросы. Дети должны чувствовать себя в безопасности. Затем эти вопросы можно обсудить. Если вопросов очень много, можно обсуждать их на последующих занятиях. Если же их очень мало, можно поставить эту коробку в какое-то определенное место и дети смогут класть в нее вопросы на других встречах.

Наши представления об образе мужчины и женщины в значительной степени зависят от культурных стереотипов мужественности-женственности. Считается, что женщина должна быть мягким, нежным созданием, не должна быть грубой и агрессивной. Мужчина же - это сила и твердость, он не должен плакать и быть нежным. Вооруженные такими стереотипами, мужчины воспринимают женщин как слабых и зависимых, а женщины видят мужчин грубыми. Однако от природы и женщины, и мужчины могут быть и нежными, и твердыми. Как мужчина может реагировать на женскую нежность, если у него совершенно не развито это чувство? Как женщина может оценить твердость и выдержку мужчины, если она не имеет представления о том, что это такое?

Можно провести с детьми беседу о том, какими они представляют себе идеальных мужчину и женщину.

**Практическая часть:** Изучение гендерных стереотипов опросник "Гендерные стереотипы И.С.Клециной".

У кого, по твоему мнению, у мужчин или у женщин сильнее выражены перечисленные ниже черты и свойства характера? (Выбери и обведи соответствующий пункт в каждой строке)

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Черты и свойства характера** | у мужчин значительно сильнее | у мужчин немного сильнее | выражено одинаково | у женщин немного сильнее | у женщин значительно сильнее | трудно ответить однозначно |
| * Эмоциональность | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| * Разговорчивость | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| * Уверенность в себе | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| * Стремление руководить | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| * Забота о детях | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| * Логическое мышление | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| * Боязливость | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| * Тревожность | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| * Уступчивость | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| * Застенчивость | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| * Заботливость | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| * Активность | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| * Целеустремленность | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| * Агрессивность | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| * Низкая самооценка | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| * Соревновательность | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| * Авторитарный стиль общения | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| * Математические способности | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |  |
| * Умение строить межличностные отношения | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| * Способность ориентироваться в пространстве | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |

Опросный бланк методики включает список из 20 личностных качеств – 10 типично маскулинных, 10 типично фемининных. Инструкция: "У кого, по вашему мнению, у мужчин или у женщин сильнее выражены перечисленные ниже черты и свойства характера? (Выберите и обведите соответствующий пункт в каждой строке)". При ответе испытуемый выбирает один из шести вариантов ответа: 1 – " у мужчин значительно сильнее", 2 – "у мужчин немного сильнее", 3 – "выражено одинаково", 4 – "у женщин немного сильнее", 5 – "у женщин значительно сильнее", 6 – "трудно ответить однозначно".

При обработке результатов подсчитываются три индекса: индекс выраженности стереотипов в отношении маскулинности, индекс выраженности стереотипов в отношении фемининности, общий индекс гендерных стереотипов.   
Индекс выраженности стереотипов в отношении маскулинности подсчитывается для пунктов – 3, 4, 6, 12 –14, 16 –18, 20. Если испытуемый выбирает ответ 1 – " у мужчин значительно сильнее", ему начисляется 3 балла, при выборе ответа 2 – "у мужчин немного сильнее", начисляется 2 балла, при выборе ответов: 3 – "выражено одинаково", 4 – "у женщин немного сильнее", 5 – "у женщин значительно сильнее" - начисляется 1 балл. При выборе ответа 6 – "трудно ответить однозначно" - начисляется 0 баллов. Для получения числового значения индекс выраженности стереотипов в отношении маскулинности подсчитывается сумма баллов по всем пунктам.

Индекс выраженности стереотипов в отношении фемининности подсчитывается для пунктов – 1, 2, 5, 7 –11, 15, 19. Если испытуемый выбирает ответ 5 – "у женщин значительно сильнее", ему начисляется 3 балла, при выборе ответа 4 – "у женщин немного сильнее", начисляется 2 балла, при выборе ответов: 3 – "выражено одинаково", 2 – "у мужчин немного сильнее", 1 – " у мужчин значительно сильнее" - начисляется 1 балл. При выборе ответа 6 – "трудно ответить однозначно" - начисляется 0 баллов. Для получения числового значения подсчитывается сумма баллов по всем пунктам. Чем выше балл, тем ярче выражены гендерные стереотипы. Низкая степень выраженности гендерных стереотипов 0 -15, средняя – 15 – 30, высокая - выше 30.

Общий индекс гендерных стереотипов подсчитывается путем суммирования числовых значений индекса выраженности стереотипов в отношении маскулинности и индекса выраженности стереотипов в отношении фемининности.

Заключительная часть:

Вопросы для закрепления:

1. Что такое гендерные стереотипы? Приведите примеры гендерных стереотипов из разных сфер жизни человека: семья, работа, досуг и др.
2. Какие три группы гендерных стереотипов выделяют?
3. Может ли человек жить без стереотипов?
4. Откуда возникают те или иные стереотипы?

**Занятие 6**

Тема: Полоролевая идентификация. Отношения с противоположным  полом. Выбор будущего партнёра».

Цель: помочь подросткам в осознании своей половой принадлежности, формировании адекватного образа мужчины и женщины, принятии себя как представителя/представительницу того или иного пола, уделять внимание вопросам любви, взаимопонимания, выстраиванию взаимоотношений с партнёром.

 Вводная часть:

Основная часть:

Наши представления об образах мужчины/женщины в значительной степени зависят от культурных стереотипов мужественности и женственности. Считается, что девочка/девушка/женщина должна быть мягким, нежным созданием, не должна быть грубой и агрессивной. Многим внушается с детства, что мальчик/парень/мужчина  – это сила и твёрдость, он не должен плакать и быть нежным. Вооружённые такими стереотипами, мужчины воспринимают женщин как слабых  и зависимых, а женщины видят мужчин грубыми.

Однако от природы и в зависимости от воспитания, конкретной ситуации и т. д., и представители обоих полов могут быть и нежными и грубыми, и слабыми и сильными.

Возникают вопросы:

– Как мужчина может реагировать на женскую нежность, если у него совершенно не развито это чувство?

– Как женщина может оценить твёрдость и выдержку мужчины, если она не имеет представления о том, что это такое?

(Примечание: представляется уместным сделать выборочный анализ наиболее типичных ответов анкет-представлений об идеальных мужчине и женщине).

**Упражнение   «Что такое мальчики и что такое девочки?».**  
Класс разделить на две подгруппы по половому признаку. Девочки создают коллаж «Что такое девочки?», мальчики –  «Что такое мальчики?». После работы девочки рассказывают мальчикам о своих работах, мальчики – девочкам о своих.

**Упражнение   «Мальчики и девочки идут гулять».**

Исследовать различное отношение к женскому и мужскому поведению в детстве.  
Раздать бланки, объяснить, что это не тест и здесь нет правильных и неправильных ответов. Дополнить предложения высказываниями, которые первыми приходят в голову. Попросить посмотреть на их ответы. Видят ли они различия в том, что они написали для мальчиков и девочек? В небольших группах обсудить разное отношение к мужчинам и женщинам по поведению.

Бланк незаконченных предложений.

– Маленькие девочки всегда…

– Маленькие мальчики всегда…

– Большие девочки никогда…

– Большие мальчики никогда…

– Девочки любят…

– Мальчики любят…

– Игры, которые нравятся девочкам…

– Игры, которые нравятся мальчикам…

– Причина, по которой девочки играют в …, в том , что…

**Упражнение «Спрашивайте – отвечаем».**

Цель упражнения – предоставить уникальную возможность представителям другого пола поделиться своими мыслями и мнениями о свиданиях и вообще, об отношениях между девушками и парнями.

Участники одного пола, отделившись, вместе составляют перечень вопросов другому полу. Каждый на листке пишет по 1 вопросу, например:

– Что ты любишь делать на свидании?

– Как ты можешь определить, что нравишься кому-нибудь?

– Какой стиль одежды мальчика/девочки тебе больше всего нравится?

Листки собираются в две разные коробки. Обсуждение вопросов начинают девочки.

Участница, читающая вопрос, руководит его обсуждением. Действует «правило поднятой руки».

**Упражнение «Два в одном».**

Цель: помочь осознать особенности «мужского» и «женского» культурных миров, погрузиться в мир ценностей, идеалов и интересов своего пола.

Оборудование: для девочек – куклы с гардеробом, косметика, украшения, шарфы, сумочки, цветы; для мальчиков – игрушечные машины, мотоциклы, оружие, удочки, банки из-под пива и др.

Также нужны бумага, мел, карандаши, большие куски ткани для изображения предметов и сфер жизни, не обеспеченных реальными предметами.

Девочкам – задание: создать «женский мир», а мальчикам – «мужской». Ученики  могут наблюдать, как создаётся другой мир, брать «женские» предметы и наоборот. Мальчики могут наряжаться, брать женские украшения, шляпки.

Обсуждение:

– Кто как  чувствует себя в обустроенном пространстве?

– Кто что-нибудь хочет рассказать о своём мире?

– Как проходит женщина/мужчина в вашем мире?

 Заключительная часть: Подведение итогов

**Занятие 7**

Тема: Рождение семьи

Цель: Познакомить учащихся с понятием «семья»; рассмотреть ценности семьи, сформировать представление о влиянии взаимоотношений между партнерами на характер семейных отношений;

Оборудование: листы бумаги; ручки; памятки для учащихся, раздаточный материал

Вводная часть:

Основная часть:

Брак и семья относятся к числу таких явлений, интерес к которым всегда был очень устойчивым. В настоящее время в нашем обществе происходит переход от представлений о семье как о ячейке общества к пониманию ее самоценности. Семья… мы очень часто слышим и произносим это слово, но часто ли мы задумываемся о том, что оно обозначает*?*   
*Какое определение вы бы дали понятию «семья»?*

**Упражнение ассоциации**

У каждого из вас свои представления о семье, давайте попробуем с помощью ассоциаций представить себе семью.

*Какие ассоциации с этим словом у вас возникают?*

* Если семья – это постройка, то какая
* Если семья – это стихия, то какая
* Если семья – это природное явление, то какое…
* Если семья – это цветок, то какой

*Например*:

* *Если семья* – это постройка, то какая – дом, сарай, гараж, вилла, домик в деревне, необжитая квартира
* *Если семья* – это стихия, то какая - вода, бушующий океан, ревущее пламя, теплый ветер.
* *Если семья* – это природное явление, то какое - наводнение, легкий пушистый снег, теплое солнце
* *Если семья* – это цветок, то какой - роза, астра, ромашка.

**«*Семья*** - ячейка (малая социальная группа) общества, важнейшая форма организации личного быта, основанная на супружеском союзе и родственных связях, т. е. отношениях между мужем и женой, родителями и детьми, братьями и сестрами, и другими родственниками, живущими вместе и ведущими общее хозяйство» [Соловьев Н. Я]. Семья играет огромную роль, как в жизни отдельной личности, так и всего общества.

Но как зарождается семья и с чего она начинается?

*Как вы считаете с чего начинается создание семьи?*

Одним из самых первых шагов на пути к становлению семьи – является выбор партнера. На то, какого человека мы хотим видеть рядом с собой, влияет очень много факторов. И конечно, одним из самых весомых является набор личностных характеристик человека. Давайте посмотрим, какие качества наиболее важны именно для вас при выборе партнёра для общения и для создания семьи.

**Упражнение «Образ партнера»**

*Инструкция*: перед вами на столах лежит таблица, состоящая из двух столбцов. В первом столбце перечислены пять основных характеристик, включённых в образ предпочитаемой подруги или друга, во втором – характеристики будущей супруги или супруга. Ваша задача поставить эти характеристики на первое, второе, третье и т.д. места в зависимости от того, что именно для вас является наиболее важным. Например: вы считаете, что для подруги/друга наиболее важным является чувство юмора, тогда вы ставите его на первое место и так далее по степени важности. Прорабатывать надо каждый список отдельно: отдельно для образа предпочитаемого подруги/друга и отдельно для образа будущего супруга/супруги.

На выполнение этого задания мы даем вам 2 минуты.

Психологи проводили исследование предбрачных предпочтений старшеклассников и студентов первых курсов институтов университета, и была выявлена следующая картина. Давайте сравним эти данные с тем, что написали вы.

*Таблица 2*

**Результаты опроса среди мужчин**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **№** | **Образ предпочитаемой подруги** | **% ответов** | **Образ будущей супруги** | **% ответов** |
| 1 | Внешние данные | 71,2 | Нравственные качества (суммарный индекс различных черт хорошего характера) | 75,0 |
| 2 | Нравственные качества (суммарное выражение разнородных качеств хорошего характера) | 68,3 | Ум | 67,1 |
| 3 | Ум | 65,4 | Внешность | 56,7 |
| 4 | Коммуникативные данные | 34,6 | Культурное развитие (духовное развитие, образование, кругозор, профессионализм и т. д.) | 53,4 |
| 55 | Чувство юмора, веселость | 32,7 | Отношение к самому отвечавшему | 33,3 |

*Таблица 3*

**Результаты опроса среди женщин**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№** | **Образ предпочитаемого партнера по общению** | **% ответов** | **№** | **Образ желаемого супруга** | **% ответов** |
| 1 | Внешность и особенности телосложения | 100 | 1 | Отношение к опрашиваемой | 100,0 |
| 2 | Чувство юмора | 78,7 | 2 | Зрелость, ответственность | 83,2 |
| 3 | Ум | 60,1 | 3 | Ум | 60,1 |
| 4 | Нравственные качества (по сумме различных свойств — честности, порядочности и т. д.) | 49,4 | 4 | Финансовая обеспеченность | 53,4 |
| 5 | Чуткость, доброта. | 47,1 | 5 | Доброта | 48,3 |

***Мотивы вступления в брак.***

Итак, мы видим, что образы предпочитаемых друзей и предпочитаемых будущих супругов отличаются. Как же тогда мы выбираем себе партнёра для построения семьи?

Психологи на протяжении многих лет пытались разобраться, каким образом люди выбирают брачного партнера? Однако единственным содержательным обобщением может стать признание того, что этот процесс намного сложнее, чем представляется на первый взгляд.

Одним из первых стал размышлять над причинами вступления в брак 3.Фрейд. Его психоаналитическая теория опирается на предположение о влечении, которое дети испытывают к родителям противоположного пола. Благодаря сложному бессознательному процессу они могут переносить любовь, испытываемую ими к этому родителю, на своих потенциальных супругов. Вероятно, поэтому многие юноши хотели бы встретить будущую спутницу жизни, похожую на их мать, и очень часто девушки обращают внимание на юношей, похожих на их отцов.

Конечно, существует множество других теорий, пытающихся объяснить механизм выбора брачного партнера. Так, например, Теория комплементарных потребностей {дополняющих потребностей) Р. Уинча основывается на старом, как мир, принципе, гласящем, что противоположности притягиваются.Р.Уинч пишет, что в выборе супруга каждый человек ищет того, от кого ожидает максимум удовлетворения потребностей. Влюбленные должны обладать сходством социальных черт и психологически дополнять друг друга. Удовлетворение, вознаграждение и удовольствие рассматриваются как силы, способствующие сближению будущих супругов. Согласно этой теории, например, привлекательной для властного мужчины может быть кроткая женщина, а спокойному и мягкому мужчине нравятся энергичные и прямые женщины.

*Как вы считаете, какие мотивы способствуют вступлению в брак?*

Да вы все правы. Можно выделить такие мотивы: любовь, долг, духовная близость, материальный расчет, психологическое соответствие, моральные соображения.

Но, конечно, наиболее часто люди называют такой мотив, как любовь… что же такое любовь?

В философской энциклопедии понятие любовь определяется как нравственно-эстетическое чувство, выражающееся в бескорыстном и самозабвенном стремлении к своему объекту. Специфическим содержанием этого чувства, с точки зрения философов, являются самоотверженность, самоотдача и возникающая на этой основе духовная близость.

Психологи считают любовь избирательным отношением к представителю противоположного пола как к уникальной целостной личности. Направленность на объект любви не должна быть односторонней, эгоистичной и предполагает отождествление себя с объектом любви, замену «я» на «мы» (но без потери своей индивидуальности)

Как возникает любовь? Л.М.Панкова выделяет три стадии любви.

Первая – интерес, симпатия, влечение. Мы говорим: «Он (она) мне нравится». Этого вполне достаточно для первого приближения, для появления дружбы между юношей и девушкой. Отношения эти могут быть длительными, недоговоренными, романтичными или будничными, но они всегда очень приятные, поднимают настроение, хотя пока ни к чему не обязывают. Когда есть человек, которому ты нравишься и который нравится тебе, повышается жизненный тонус, активизируются личные действия по самоусовершенствованию.

Вторая – восхищение, восторженность, влюбленность, страсть. Эти чувства уже создают определенную напряженность и накал, они всегда волнуют, но утомляют, выбивают из ритма, требуют своего разрешения. Жить в состоянии страстного возбуждения человеку трудно. Страсть либо должна погаснуть, либо получить удовлетворение. Если чувства одного подогреваются и поощряются другим, возможность превращения дружественных отношений симпатизирующих друг другу мужчины и женщины в любовный роман становится реальностью. Далее все зависит от воспитания, культуры, волевых компонентов, нравственных успехов и т.д., то есть от самой личности.

Третья – поклонение, уважение, преданность. Можно испытать страсть как наваждение, но любить не уважая человека нельзя. На этой стадии любовь приводит мужчину и женщину к принятию решения о вступлении в брак.

Любовь, прошедшая все три фазы развития, и есть индивидуальное чувство на всю жизнь.

Но не стоит думать, что браки, созданные по любви, наиболее крепкие. Семья – это сложное явление, которое содержит разные ценности, поддерживающие отношения людей.

*Какие семейные ценности вы можете назвать? Что помогает сохранять тёплые дружеские отношения в семье?*

Семья - это одно целое и для сохранения гармонии в семье необходимо придерживаться определённых правил, заповедей.

Учащиеся разбиваются на группы с помощью жеребьевки.

**Упражнение «Семейные заповеди»**

Мы предлагаем вам обсудить в группах и составить семейный кодекс, правила, основанные на тех семейных ценностях, которые для вас наиболее значимы.

Например: Делай первым шаг навстречу, если возникает ссора или конфликт, любовь и взаимопонимание – основа вашего счастья.

*Какие заповеди оказались общими для каждой группы?*

А вот какие семейные заповеди рекомендуют психологи:

* Семья начинается с «мы», будь требовательнее к себе
* Решай вместе с человеком, а не вместо человека
* Не демонстрируй свое превосходство, уважай партнера
* Будь другом друзей супруга
* Не упрекай, критикуя, не обвиняй и не унижай
* Спеши сделать доброе дело и не жди награды
* Не верит тот, кто сам обманывает
* Ревнует тот, кто сам допускает мысль об измене
* Будь терпим, не спеши излить свой гнев, подумай, умей понять и простить супруга
* Смейся вместе, а не над
* Ищи в супруге хорошее, говори о его достоинствах
* Если уверен, что виноват супруг, то ищи причину в себе
* Не давай советов, если тебя не просят
* Делай первым шаг навстречу, если возникает ссора или конфликт
* Любовь и взаимопонимание – основа вашего счастья

Мы видим, что для крепкой семьи необходимы поддержка, сопереживание, умение выслушать другого и многое другое. Сейчас мы предлагаем вам посмотреть небольшие вырезки из фильмов, иллюстрирующие те ценности, которые должны присутствовать во взаимоотношениях в семье.

**Упражнение: «Словарь семейного благополучия».**

На каждое определение сделана небольшие вырезки из фильмов – показываются эти вырезки школьникам, которые должны назвать то понятие, о котором идут речь в отрывке фильма.

Сопереживание – способность чувствовать другого человека, ощущать себя на его месте

Равенство – считаетесь с интересами друг друга

Поддержка – вдвоем мы способны на многое

Компромисс – умение уступать друг другу

Признание – уважение и благодарность

Приспособляемость – умение адаптироваться если того требуют обстоятельства

Любовь – нежная забота друг о друге

Верность – преданность друг другу

Умение слушать – прислушиваться друг к другу

Юмор – смех поддерживает физическое и психологическое здоровье

Доверие- чувство безопасности и уверенности

Нежность – чуткое отношение друг к другу

Совместное времяпрепровождение – нужно всегда находить время для того, чтобы побыть наедине друг с другом.

Заключительная часть: Подведение итогов.

*Семья – это…? Что вы узнали на уроке? Что необходимо для крепкой семьи?*

**Занятие 8**

Тема: Сущность брака и семьи*:* вчера и сегодня

Цель: Расширить представления об институте семьи и брака; способствовать развитию рефлексии собственного отношения к семье; сформировать ценности толерантной личности.

Оборудование: карточки с заданиями, ватман, фломастеры, скотч, ножницы.

Вводная часть:

Основная часть:

1.  Упражнение «Незаконченные предложения». «Настоящий мужчина – это…» «Все женщины обычно…» «Семья – это…» «Моя семья похожа…» «В будущем я…»

2.  Упражнение «Что такое семья?»

Ниже приведены определения семьи, которые можно встретить в научной и научно-популярной литературе. Выберите три определения, которые, на ваш взгляд, наиболее полно отражают содержание понятия «семья». Предложите свое определение семьи. Аргументируйте вашу позицию.

A. Семья – ячейка общества, важнейшая форма организации личного быта, основанная на супружеском союзе и родственных связях, т. е. отношениях между мужем и женой, родителями и детьми, братьями и сестрами и другими родственниками, живущими вместе и ведущим общее хозяйство (Н. Я. Соловьев).

B. Семья – группа, состоящая из взрослых людей обоего пола, двое из которых (супруги) живут под одной крышей и состоят в сексуальных отношениях, одобряемых обществом (В. Сатир).

C. Семья – основанная на браке или кровном родстве малая группа, члены которой связаны общностью быта, взаимной помощью и моральной ответственностью.. (СЭС).

D. Семья – это кристалл общества (В. Гюго).

E. Семья, как целое, представляется чем-то наподобие колониального живого организма – существа, состоящего из различных жизненных форм, каждая из которых занята своим делом, но при этом все они образуют составной организм, сам по себе являющейся жизненной формой (С. Минухин, Ч. Фишман).

F. Семья – сложная система, представляющая собой среду необходимую для реализации личной жизни ее членов и их полноценного развития (В. Г. Гребень).

G. Семья – это неотъемлемая ячейка общества, важнейший источник социального и экономического развития общества.(Гребенников).

H. Семья – группа, в которой взаимодействие осуществляется «лицом к лицу», ее члены объединены эмоциональной близостью. Принадлежность к семье сама по себе является ценностью для ее членов и не преследует никаких других целей («Психология» под ред. Крылова).

I. Семья – самодостаточное сообщество людей, связанных гармоническими узами взаимоотношения и симпатии (А. Гуггенбюль)

J. Семья – первая неформальная группа, в которую входит человек, где проходит развитие, воспитание и жизнь личности и всего общества.

K. Семья – место, где можно восстановить свои душевные и физические силы, найти психологическую поддержку, почувствовать заботу о себе (Боброва, Симонова).

L. Семья – образ жизни, позволяющий оптимально удовлетворять базовые витальные и экзистенциальные потребности человека.

M. Ваш вариант. Семья – малая группа, все члены которой связаны общим бытом, отношением родства или браком и взаимной ответственностью.

Брак – социально регулируемая форма отношений между мужчиной и женщиной, устанавливающая их права и обязанности по отношению друг к другу и детям.

3. Работа по группам.

Задание для 1 группы. Заполните таблицу «Система ценностей различных поколений», попробуйте проанализировать, каким образом социально-политические, экономические, культурные условия в стране влияют на систему семейных ценностей. Приведите примеры.

**Таблица 3Система ценностей различных поколений**

|  |  |
| --- | --- |
| Ценности моих родителей | Мои ценности |
|  |  |

Задание для 2 группы. Заполните таблицу «Распределение обязанностей в семье в традиционном и современном обществе», попробуйте проанализировать, каким образом социально-политические, экономические, культурные условия в стране влияют на структуру семейных прав и обязанностей. Приведите примеры.

**Таблица 4Распределение обязанностей в семье в традиционном и современном обществе**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Примерные обязанности** | **жена** | **муж** | **вместе** |
| Мытьё посуды |  |  |  |
| Домашний ремонт |  |  |  |
| Уборка |  |  |  |
| Ремонт одежды |  |  |  |
| Покупка продуктов |  |  |  |
| Приготовление еды |  |  |  |
| Заработок |  |  |  |
| Принятие решений о крупных покупках |  |  |  |
| Воспитание детей |  |  |  |
| Уход за больным ребёнком |  |  |  |
| Планирование и организация отпуска |  |  |  |
| Ведение домашней бухгалтерии |  |  |  |
|  |  |  |  |

Задание для 3 группы: Заполните таблицу «Образ идеального супруга / супруги», попробуйте проанализировать, каким образом социально-политические, экономические, культурные условия в стране влияют на представления об идеальном партнере. Приведите примеры.

**Таблица 5 Образ идеального супруга /супруги**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Средневековье | Середина 20 века | Наше время |
|  |  |  |

Примерный список качеств: женственность; эмоциональность; впечатлительность; слабость; таинственность; болтливость; аккуратность; интуитивность; хозяйственность; пугливость; мягкость; чувственность; жалостливость; суетливость; ответственность; кокетство; легкомыслие, мужественность; сила; ответственность; решительность; смелость; логичность; устремленность в будущее; агрессивность; активность; чувство ответственности; хозяин в доме; любовь к женщинам, злость, обидчивость, общительность, скупость щедрость, скромность, активность, хитрость, доброта, смелость, юмор, честность и др.

1. Упражнение «Семья на отдыхе».

Каждой группе предлагается изобразить фотографию семьи на отдыхе, при этом возможны следующие варианты: воскресенье пещерного человека, семья бизнесмена, итальянская семья, отдых на даче и т. д.

1.Организация обратной связи, выбор тем для обсуждения на следующем занятии.

2.Подведение итогов.

На занятиях рекомендуется использовать упражнения, направленные на самоанализ качеств собственной личности, развитие навыков ведения дискуссии и презентации собственного опыта, разрешения трудных ситуаций межличностного взаимодействия. Так, например, в ходе знакомства учащихся с динамикой семейных отношений можно использовать упражнение «Ухаживание». Учащимся необходимо разыграть следующие ситуации:

1. На танцах к девушке подошли одновременно двое юношей с приглашением на танец. Как она должна поступить?

2. Вы пригласили в кафе понравившуюся вам девушку. Как вы будете вести себя в кафе.

3. Молодой человек приводит в дом свою девушку. Как он представит её своим родителям.

В качестве домашнего задания можно использовать материалы публикаций, анализ отрывков из писем, художественных произведений, биографий реальных людей. Например:

«Когда мы просто встречались, наши отношения были полны романтики. Но стоило нам зарегистрировать брак, и вся поэзия отношений куда-то улетучилась, проза жизни, быт завладевают семейными отношениями, начинаются ссоры, взаимные претензии. Неужели придется развестись? Можно ли этого избежать?» Света.

«Когда я познакомился со своей будущей женой, она была красавицей, любила шумные компании, была всегда рада погулять. Я думал, что с годами она станет хозяйственной, домашней. Но время идет, а ничего не меняется. Мне надоело питаться, где придется, самому делать все по хозяйству. Как заставить ее изменить свое поведение?» Анатолий.

Можно также предложить учащимся самим составить подобные проблемные тексты. Данная работа позволяет не только выявить специфику индивидуальных представлений учащихся о семье, но также дает информацию о психологическом состоянии школьников, что позволяет определить дальнейшие приоритеты психологической работы.

Заключительная часть: Подведение итогов.

**Занятие 10**

Тема: Семейные ценности

Цель: Дать понятие семейным ценностям: чувства значимости и необходимости, гибкости, уважения, честности, уметь прощать, быть щедрым, ответственность, общительность.

Оборудование: ватман, фломастеры, скотч, ножницы.

Вводная часть:

Основная часть:

Создание семьи — великий подвиг. Родить, дать новую жизнь не так трудно. Но вложить в ребенка понятия любви, свободы, веры, совести, ответственности — задача не из простых и невыполнима вне любви и вне семьи.

В семье закладываются такие общечеловеческие ценности как чувство патриотизма, любви и уважения к близкому, щедрости, ответственности за свои поступки.

Я от многих людей слышала фразу, что счастье в браке — дело случая и везения. Но я совсем не согласна с ними. Я придерживаюсь мнения, что счастье в браке — наш выбор. Каждый имеет возможность выбирать, контролировать свои мысли, действия. Радость и счастье можно притянуть в любой брак благодаря совместной работе над собой, над отношениями.

Основные семейные ценности

Перечень основных семейных ценностей, без сомнения, для каждой семьи будет уникальным и будет содержать бесконечное количество пунктов и подпунктов.

Каждый из нас должен иметь четкое представления о тех семейных ценностях, которые способствуют укреплению фундамента для создания крепкой и дружной семьи. Знание моральных и нравственных устоев играет важную роль в укреплении доверия и повышения уверенности к каждому члену семьи.

* Чувство значимости и необходимости. Важно, чтобы каждый член семьи знал, что его любят, ценят и в нем нуждаются. Даже будучи сплоченной семьей, посвящая свои свободные минуты своим близким, каждому члену семьи должно быть выделено пространство и предоставлена свобода для своей деятельности. Семья — это то место, где можно собираться вместе без оcобых случаев, праздников и проводить вместе время, это безопасное место, в которое можно вернуться, когда что-то не получилось, вас примут выслушают, поддержат, посоветуют как выйти из тупика.
* Гибкость в  решении семейных проблем — путь к счастью и ощущению комфорта. В каждой семье устанавливается свой порядок, режим дня, структура, правила. Но слишком много порядка и правил может привести к ухудшению отношений и появлению обид.
* Уважение. Важно привить членам семьи чувство уважения друг к другу. Единственный способ, чтобы сохранить уважение в семье — показать как уважать себя на личном примере. Между уважением и чувством страха существует очень тонкая грань. Уважать другого — значит принимать его чувства, мысли, потребности, предпочтения. Уважение, как ценность семьи, распространяется из дома в школу, на работу и другие общественные места, где человек сталкивается с людьми.
* Честность образует глубокую связь между членами семьи. Поощряйте честность, практикуя понимание, уважение любых поступков, которые совершают ваши близкие. Если вы будете сердиться на то, что произошло, вероятнее всего, в следующий раз от вас скроют информацию в целях избегания неуважения к своей личности.
* Необходимо научиться прощать людей, которые обидели вас. Все делают ошибки. Жизнь слишком коротка, чтобы тратить ее на обиды. От обидчика вам стоит получить ответы на все волнующие вас вопросы и сделать выбор — принять , простить, отпустить и идти дальше.
* Учитесь быть щедрыми на внимание, любовь, время, общение, даже на некоторые ваши материальные владения.
* Общение — отдельное искусство. Передача информации, чувств — важный элемент становления семейных отношений. Когда люди чувствуют, что легко и открыто могут выражать свои мечты, надежды, страхи, успехи, неудачи, то это способствует только укреплению брачных уз. Отсутствие общения приводит к тому, что малые вопросы перерастают в более крупные, которые заканчиваются ссорами, избеганием, разводом.
* Ответственность. Все мы хотим казаться для других ответственными людьми. Некоторые из нас более ответственные, другие — менее ответственные. Чувство ответственности не требует подталкивания, чтобы выполнить работу вовремя и правильно.
* Традиции — это то, что делает семью уникальной, они сплачивают всех членов семьи.
* Будьте примером для подражания. Взрослые выступают примером для своих детей. Они передают им свои навыки решения проблем, совместной работы, общения и др.
* Оцените свой вклад в развитие и укрепления ваших семейных уз. Хотя семейные отношения основаны на сильных кровных связях, все же в большой семье с течением времени чувства близости ослабевают, поэтому необходимо дополнительно прилагать усилия и уделять время для сохранения крепких семейных уз. Время от времени вы должны напоминать себе о важности семьи в вашей жизни.

Проблемы, возникающие в семье

* Самая большая проблема, которая затрагивает семейные отношения, является то, что они (отношения) выступают как само собой разумеющееся. Вы принимаете каждого члена семьи как человека, который чем-то обязан вам. Что указывает на отсутствие настоящего уважения и благодарности за все, что вам дают, и взамен ничего не требуют. То, что родители так много делают для своих детей принимается как должное. Это большая ошибка. Показывайте свою благодарность каждый раз с помощью слов, жестов или поступков. Это поможет сохранить любовь и связь между вами.
* Вторая большая проблема в семейных отношениях — нехватка времени друг для друга. Ваша работа, общественная жизнь или личная занимают практически все ваше время, так что у вас не остается времени на семью? Дети, родители которых в силу своей занятости мало уделяют им времени, внимания, растут с горькими чувствами обиды в своих сердцах, чувствуют вину за свое существование. Даже супруги сталкиваются с проблемой нехватки времени друг для друга. Это приводит к серьезным эмоциональным проблемам, обманам, изменам и разводам.

Учитесь жертвовать своим личным временем ради своих близких.

Фраза «Я люблю тебя» имеет огромную ценность. Каждый раз, когда вы ее говорите, выражайте важность для вас этих слов. Все мы хотим любви. Говорите о любви словами и поступками, например, готовя большой семейный ужин, организовывая для своих детей прогулку в парк развлечений, уделяя внимание супругу за тихим ужином при свечах и т. д. Очень важно родителям учить своих детей, как принимать правильные решения. Здоровые и счастливые семьи несут огромную пользу для всего общества и государства. Среди детей из крепких семей меньше преступников, умственно отсталых, психологически неуравновешенных.

Традиционные семейные ценности являются основой для того, как дети растут, развиваются, учатся, и в дальнейшем эти ценности передаются от одного поколения к другому.

Семья — это первая школа жизни для нового, только что появившегося на свет человечка, это среда, в которой он учится использовать свои способности, чтобы понять внешний мир и справится с его непредсказуемыми подарками. Все, что вы узнали из вашей семьи становится вашей системой ценностью, на основе которых формируются ваши действия. Счастливая, радостная семейная жизнь — не случайность, а великое достижение, основанное на труде и выборе. Я очень хочу этой статьей достучаться до всех молодых людей без исключения. Создание семьи — ответственный поступок, который потребует от Вас много затрат времени, сил, энергии, денег. Но это достойное дело, это наше главное дело жизни. Хочу, чтобы наши поступки были достойны уважения.

**Упражнение «Разговор через стекло».**

Каждый из участников занятий оказывается «за стеклом» и пытается сообщить при помощи жестов и мимики о каком-то событии. Другие должны понять сообщение и ответить. После этого все говорят, насколько правильно они поняли друг друга.

Подготовка к пониманию эмоционального состояния членов семьи возможна с помощью игры с фигурками, их изображающими. Эти фигурки можно сделать с помощью специального игрового теста.

Дети решают, как раскрасить каждую фигурку. Можно ввести ассоциации цветов с разными эмоциональными состояниями. Например, желтый – со счастьем, синий – с грустью, черный – с горем, коричневый – с одиночеством, оранжевый – с возбуждением, зеленый – с беспокойством, красный – с раздражением или гневом. Можно вырезать из клеенки одежду для фигурок или «эмоциональные элементы», чтобы приклеить их к ним. Например, улыбающийся рот – радость, сдвинутые брови – грусть или обиду, единица – одиночество, восклицательный знак – возбуждение, вопросительный знак – сомнение.

Ребенок подбирает элементы, которые соответствуют характеру и состоянию членов замещающей и кровной семьи ребенка. «Эмоциональные элементы» помещаются в тех местах, которые ассоциируются с эмоциями, например, в области груди, живота, желательно под одеждой: их выступающие из-под одежды контуры метафорически будут указывать на то, что они связаны с интимными психическими проявлениями, скрываемыми до определенного времени под одеждой. Затем «эмоциональные элементы» извлекаются из-под одежды и обсуждаются в малой группе: «Чувства выходят наружу». Обсуждается, что обычно делает каждый член семьи.

**Упражнение «Представление о своей будущей семье»**

*Инструкция.* Закрой глаза и войди в свое внутреннее пространство.

Представь, что ты взрослый человек. Вот ты идешь по улице, ты подходишь к своему дому, поднимаешься по лестнице, открываешь дверь своим ключом. Что ты видишь, что слышишь, какие запахи чувствуешь? Тебя радостно встречают родные или они заняты своими делами? Ты проходишь в комнату, оглядись внимательно, что ты видишь, кто в ней находится?

Затем каждый рассказывает о том, что он видел. Можно подобное упражнение провести и в конце этого раздела.

Заключительная часть: **Упражнение «Моя семья сейчас и в будущем».**

Детям предлагается создать два коллажа на эти темы или один коллаж, на одну из этих тем, по желанию. Как обычно, для работы с коллажем детям предоставляются листы картона разного размера и различная бумага - цветная, гофрированная, оберточная, газеты, журналы, открытки, рекламные проспекты, старые книги. Обычно детям очень нравится создавать коллажи, но предложенные темы иногда вызывают трудности. Ребенок может чувствовать себя очень одиноким, чувствовать, что только он один представляет свою семью. В этом случае ведущий должен поддержать ребенка, обратить его внимание на других близких людей.

После создания коллажей дети могут рассказать о своих работах.

**Занятие 12**

Тема: Профилактика нарушений семейных отношений

**Цель:** рассмотреть и изучить типы семейных отношений, типы проблем характерные для семей; определить влияние семьи на подростка; сформировать правила предупреждение конфликтов между супругами.

**Методы проведения:** беседа.

Оборудование: листы картона разного размера и различная бумага - цветная, гофрированная, оберточная, газеты, журналы, открытки, рекламные проспекты, старые книги.

**Вводная часть:**

* орг. момент;

**Основная часть:**

**Виды семейных союзов и нарушение семейных отношений.**

Семья – это малая социальная группа, основанная на супружеском союзе и родственных связей.

В процессе формирования личности семья играет главенствующую роль: это первая ступенька социализации и самосознания личности.

В семье каждый человек индивидуален и неповторим: члены семьи по-разному видят и оценивают свою семейную жизнь. Это определяет особенности семьи, ее тип, который определяется таким показателем как качество семейных отношений.

**Как уже отмечалось, тип семьи определяется качеством семейных отношений, которые включают следующие фазы:**

1. Выбор партнера.

2. Романтизация отношений. На этой стадии влюбленные находятся в отношениях симбиоза, воспринимают в партнере только достоинства, смотрят друг на друга «сквозь розовые очки». Отсутствует реальное восприятие себя и другого в супружестве. Если мотивация вступления в брак была противоречивой, то многие свойства партнера, которые в начале как бы не замечались, затем могут восприниматься гипертрофированно.

3. Индивидуализация стиля супружеских отношений. Формирование правил. В результате переговоров вырабатываются правила, определяющие – кто, каким образом и в какой последовательности совершает в семье определенные поступки. Много повторяемые правила становятся автоматическими. В результате этого некоторые взаимодействия упрощаются, а некоторые становятся недостаточно эффективными.

4. Стабильность/изменяемость. Супруги ежедневно проходят через различные испытания, отвечая на вопросы: чему отдать предпочтение? повторить то, что уже стало правилом или попробовать создать новое. В нормально функционирующей семье тенденция к стабильности уравновешивается тенденцией к изменяемости. Если происходит ригидная фиксация правил в семье, то становятся стереотипными и монотонными.

5. Фаза экзистенциальной оценки. Супруги подводят итоги совместной жизни, выясняют степень удовлетворенности/неудовлетворенности прожитыми годами. Основной итог этой фазы – это решение вопроса о том, был ли брак подлинным (гармоничным и желанным) или случайным.

Семейные отношения, как правило, выступают в роли наиболее важных значимых для индивида, то есть они играют ведущую роль в системе взаимоотношений личности, кроме того, они многосторонни и зависимы друг от друга. Сфера досуга, домашнего хозяйства, эмоциональных и сексуально-эротических взаимоотношений тесно связаны, внесение хотя бы в одну из них даже незначительного изменения вызывает изменения в других сферах.

На протяжении всего жизненного цикла семья сталкивается с различными трудностями, неблагоприятными условиями – все это приводит к нарушениям в жизни семьи (нарушения функций семьи, а также супружеские отношения).

**Какие же типы проблем характерны для семей?**

1. Нарушение представлений членов семьи о семье и личности друг друга. Каждый член семьи, так или иначе, представляет ее себе. Отчасти его представления точны, отчасти искажены и не полны. Однако, вне зависимости от их истинности, они играют огромную роль в жизни семьи. Важность понимания семейных представлений (внутренней картины семьи) признается как отечественными, так и зарубежными учеными, притом самых различных направлений. Некоторые из них считают, что искаженное представление человека о себе и своих отношениях с другими людьми – это чаще всего следствие самых различных семейных проблем.

2. Нарушение процесса коммуникации. Нарушение представлений о другом члене семьи рассматривается как один из важных источников нарушения коммуникативного процесса. Межличностная коммуникация требует от общающихся хорошего представления о личности друг друга. Искаженное представление о другом члене семьи может выступать в качестве серьезного барьера взаимопонимания при информационном общении. Взаимопонимание между супругами рассматривается как одна из важнейших предпосылок стабильности семьи. В процессе коммуникации возникают расхождения между посылаемыми и получаемыми сообщениями, так как один говорящий – слушающий не может овладеть всеми потенциальными возможностями каждого слова.

3. Нарушение механизмов интеграции семьи. По-настоящему семейный человек знает, что вся его жизнь тесно связана с жизнью его семьи, его досуг неразрывен с досугом семьи, многие важные для него потребности удовлетворяются именно в семье, то есть можно говорить об интеграции индивида с семьей. Нарушение механизмов интеграции выражается в тенденции раздельного удовлетворения своих потребностей (отсутствие общего хозяйства, раздельный отдых, денежные средства, компании). Кроме этого, снижается взаимное доверие (доверие в кредит), нет ощущения, что если я что-то делаю для себя, то я делаю и для другого. Причинами нарушений семейной интеграции являются:

а) характерологические особенности супругов, мешающие формированию симпатии и эмпатии друг к другу;

б) неосознанные установки (наивно-психологические представления);

в) отсутствие у членов семьи навыков по выявлению качеств, вызывающих симпатию.

4. Нарушение структурно-ролевого взаимодействия. Для выполнения семейных функций необходима определенная организация семьи. Конкретной социально-психологической формой организации жизнедеятельности семьи является структура, существующих в ней ролей. Она определяет, что, кем, в какой последовательности должно делаться. Под «ролью» понимается «нормативно одобренные формы поведения, ожидаемые от индивида, занимающего определенную позицию в системе общественных и межличностных отношений». Понятие «роль» включает в себя также санкции и нормы. Семейные роли делятся на конвенциональные и межличностные. Конвенциональные – это роли, определенные правом, моралью, традицией для любого человека (право любой матери по отношению к детям и детей по отношению к матери). Межличностные роли в большей степени зависят от конкретных личностных особенностей семьи (роль любимчика может играть как больной ребенок, так и одаренный). Чтобы семья функционировала должны быть выполнены определенные структурно-ролевые правила.

Правило: роли в семье должны быть распределены таким образом, чтобы давать удовлетворять свои потребности наилучшим образом. Роли «семейного козла отпущения», «семейного мученика», «больного члена семьи» и другие являются патологизирующими, то есть могут приводить к нарушению жизнедеятельности семьи и травматизации ее членов. Иногда, один из членов семьи проигрывает роль, которая травматична для него самого, однако психологически выгодна другим членам семьи. В других случаях члены семьи прямо или косвенно побуждают кого-то из семьи принять на себя такую роль. Патологизирующая роль одного из членов семьи может быть травматичной для других, а не для него самого. В настоящее время выделено немалое количество патологизирующих ролей, дано их описание. Эйдемиллер Э.Г. и Юстицкис В.В. предложили их классификацию. В основу ее положены два критерия: сфера жизнедеятельности семьи, нарушение которой связано с возникновением патологизирующих ролей и мотив их возникновения.

Нарушение семейных отношений – это сложная проблема, требующая комплексного, междисциплинарного изучения. В каждом индивидуальном случае семейного консультирования психолог должен опираться на различные методы и приемы, чтобы выявить данное нарушение семейных отношений и предложить систему мер по его коррекции.

**СЕМЬЯ И ПОДРОСТОК**.

Каково влияние конфликтов в семье на подростка? Эту тему стоит затронуть из-за того, что конфликты в семье очень сильно влияют на психику подрастающего поколения, а эти нарушения очень сильно сказываются при формировании семьи самим подростком.  
        Современная статистика показывает, что чуть более половины всех вступающих в первый брак в возрасте от 25 до 29 лет — со временем часто расторгают его. У подавляющего большинства разведенных пар остаются дети, нередко уже достигшие подросткового возраста. Все больше и больше практикующих врачей-психиаторов и психологов рассматривают развод родителей как главное негативное событие в жизни подростка, источник неуверенности, замешательства болезненных переживаний.одни специалисты полагают, что в большинстве случаев душевные раны, которые получают дети в результате развода, впоследствии совершенно залечиваются другие напротив, настаивают на том что пережитое потрясение оказывает длительное влияние и мешает в дальнейшем полноценному эмоциональному и социальному развитию личности подростка.  
          Характер влияния развода на подростков в значительной мере зависит и от характера его воздействия на самих родителей. Их умение приспосабливаться к новой ситуации - особенно если над ребенком осуществляется опека - решительным образом влияют на то, как будет проходить. Адаптация подростка. Чем больше беспокойствия испытывает мать, и отец тем больше вероятность, что душевное состояние ребенка будет нарушено.  
          Существуют серьёзные доказательства того, что люди, чьи родители развелись, разводятся чаще тех, кто вырос в прочной семье. Другими словами, склонность к разводам передаётся от поколения к поколению. Многие исследователи пытались разобраться в причинах этого явления. На сегодняшний день для него существует два правдоподобных объяснения. Одно из них заключается в том что дети разведенных родителей, вступая в брак, имеют уже сложившиеся представления о возможности развода и пониженное чувство ответственности по отношению к супружеским обязанностям, поэтому их союз может разрушиться с большей вероятностью чем у тех кто вырос в крепкой семье. Второе объяснение основано на том, что дети разведенных родителей вступают в брак раньше детей из прочных семей. Причиной этому может быть внутренняя потребность вырваться из неблагоприятной домашней обстановки. Но, как показали исследования, ранние браки значительно чаще заканчиваются разводами.

Очевидно, что среди членов семьи супругов, повторно вступающих в брак, могут установиться довольно сложные отношения. Дети из таких семей, помимо одного из своих родителей могут иметь, в зависимости от ситуации ещё и отчима или мачеху, единокровных или сводных братьев и сестер, неродных бабушек и дедушек и прочих родственников. Сами же муж и жена, кроме общения друг с другом, должны поддерживать отношения со своими родителями, родителями супруга, а так же с прочими родственниками, в том числе возможно и по предыдущему браку. Неудивительно, что часто становление таких семей бывает непростым. Но если посмотреть с другой стороны исследователи отмечают, что муж и жена, создавшие новую семью, в большей степени дорожат браком и не хотят повторения пошлых ошибок. К тому же они уже не так молоды, более зрелы опытнее и более серьёзно относятся к своим обязанностям. Кроме того, отмечается возросшая зрелость при подходе ко многим проблемам, а также улучшение навыков общения и принятия решений, распределение обязанностей в новых семьях становились более справедливыми, чем прежде. В это разделе я надеюсь хорошо описала влияния конфликтов на детей что немаловажно в наше нестабильное время, когда заключается очень много браков по расчету. А если вдруг появляются дети то они (дети ) становятся ‘яблоком раздора”, последствия скандалов в семье откладываются именно на детях, а не на ком–либо.

**Предупреждение конфликтов между супругами.**

**Для молодых жен.**      Многие огорчения и даже страдания в семейной жизни связаны с тем, что муж не соответствует выращенному в душе идеалу. В согласии с установившимися представлениями, большинство женщин ценят в мужчине надежность, умение принять решение в трудной ситуации, самостоятельность. Эти прекрасные качества можно усилить в любом мужчине. Однако в той семье, где жена пытается все решения принимать сама, это осуществить труднее. Напрашивается вывод принимать решение единолично нецелесообразно перспективнее побуждать мужа к решениям.  
        Не стесняйтесь своей слабости, если вы боитесь темноты, не можете носить тяжелые сумки или вбивать гвозди. Зато, если муж вбил гвоздь, то праздник должен быть на всю округу. Мужественность развивается быстрее, если мужчина чаще выступает как защита и опора слабой женщины. Умение поощрять проявление способностей любимого определяет и деловую карьеру мужчины, которая во многом зависит от расположенности жены обнаруживать неустанный интерес и соучастие в его профессиональных делах. Он должен быть уверен, что найдет в жене не только заинтересованного слушателя, но и друга, который, прежде всего, попытается понять и разделить его позицию, встать на его оборону независимо от объективных обстоятельств. Содействие женщины в поддержании чувства собственного достоинства у всех членов семьи в значительной степени определяет её собственную жизнестойкость и самочувствие. Чрезвычайно украшает женщину такт и церемонность. Даже если ей хочется сказать “да” то ей не следует торопиться.  
         Основные жизненные ценности формируются в родительской семье. Образ, идеал любимой женщины во многом навеян воспоминаниями молодого человека об образе моей матери. И если жена хочет понять какие качества особенно ценит в ней муж полезно внимательно изучать мать и бабушку мужа. То, что многие мужчины выбирают себе жену основываясь на том насколько она похожа на мать – факт надежно установленный. Поэтому, зная о свойствах матери мужа можно, в какой-то степени предсказать качество которые определяют выбор этого мужчины. Не удивительно, что понимание женских качеств, которые он ценит в матери поможет жене понять и развить те качества своего характера которое особенно ценит муж. Отсюда становится понятной пагубность противопоставления себе свекрови и стремление поссорить с нею мужа. Это нарушает идеальный образ жены. Мать может ревновать сына к жене, учитывая это, надо ни в коем случае не учитывать возраст свекрови. Например, желательно выбирать ей подарки как женщине, а не как пожилому человеку. Если хотите сохранить мир в семье не вмешивайтесь в ссоры мужа со свекровью, так как подобное вторжение обидит ее какой бы не была ваша позиция. Лучше просто выражать растерянность и озабоченность.

**Для молодых мужей.** Для молодых мужей, говоря о причинах непонимания в семье, прежде всего надо помнить о различной доминантности мужчин и женщин. Как показали исследования, среди мужчин чаще встречаются лица с левым доминантным полушарием. Непонимание поведения женщин мужчины убеждены, что женская логика это отсутствие всякой логики. Однако это в большей степени логика чувств и отношений. Женщины интуитивно считают главным достоинством мужчины ум, логику и надежность – (оправдание для тех, кто не имеет большого …). Мужчины так же интуитивно больше всего очаровываются внешней красотой женщин, – поэтому говорят, что мужчины и женщины любят по-разному. Мужчины глазами, а женщины ушами. Женщине необходимо подтверждение любви ежедневно иначе она станет думать и говорить, что ее давно разлюбили. Любовь интуитивно по своей сущности неудивительно, что сексуальность нарушается тем больше чем больше контроль и управление над ней. Потребность любви у женщины значительно сильнее, чем у мужчины. Это связано с ролью матери. Лишенная любви женщина быстрее становится деспотичной, так как не имеет возможности раскрыться как женщина.

Поэтому заметив в поведении жены подобный трюк нужно, прежде всего подумать о том, что удовлетворена ли ее потребность в любви.

Неудовлетворенная женщина может заменить мужа как объект нежной привязанности маленьким сыном. Это приводит к слишком раннему развитию у него чувственности, что похищает часть его будущей мужественности. Раздражение нелюбимой жены в основе сценария «все мужчины подонки», который мать неосознанно навязывает дочери.

Как показывают результаты исследований в жизни многих мужчин центр тяжести их интересов приходится на служебный дела, а у женщин, особенно в определенном возрасте доминируют проблемы семейных отношений. Отсюда понятно что при утрате новизны в отношениях у женщин раньше чем у мужчин может возникнуть неудовлетворенность семейным общением и скука начинает активно разъедать интимные отношения. В подобной ситуации мужчине следует преодолеть лень и организовать нестандартные ситуации, что поможет ему и жене повернутся друг к другу новыми гранями своего характера.  
         Что же такое удачный комплемент? Это не штамп, а проявление доброжелательного внимания, человеку нужно говорить то, что больше всего поддержит его в данной ситуации. Делая комплимент помни, что в каждом человеке есть хорошее. Выделяя и подчеркивая это хорошее не поскупимся на похвалу – в этом и состоит искусство комплимента, его положительная роль, он закрепляет лучшее в человеке фиксируя это лучшее.  
         Женщины удачный подарок рассматривают как глубокое понимание их желаний способность мужа перейти от декларирования чувств к поступкам. Например, муж вопит: «Я тебе так люблю, что готов подарить тебе все звезды и луну в придачу» — «не надо луну – хочу черевички». Благой порыв иссякает под влиянием прозы жизни – и других неприятностей.  
       Помните, что любовь нельзя воскресить, а тем более пробудить упреками и призывами.  
      Любовь держится на человеческих достоинствах, ее не укрепить постоянным подчеркиванием недостатков. Можно воскресить радостным (исступленно восторженным) настроением.

Если мужчины более склонны к любви в периоды тревог и опасностей, то женщины в спокойной и располагающий обстановке.

Если любовь ослабевает то следует искать новые способы вознаграждения и поощрений, так как старые постепенно снижают свою ценность – к ним привыкают.

**Упражнение «Мои границы».**

Упражнение в большей степени рассчитано на подростков. Его можно использовать при коррекции таких особенностей личности сироты, как склонность занимать позицию жертвы, в качестве профилактики физического и сексуального насилия. Важно помнить, что большинство конфликтов в семье связано с нарушением пространства и несоблюдением границ.

Упражнение позволяет осознать основные характеристики собственных границ, выбрать наиболее адекватные способы психологической защиты, пережить новый опыт взаимодействия с другими.

Упражнение выполняется с закрытыми глазами.

*Ведущие.* У каждого человека должно быть в жизни какое-то свое место, где он чувствует себя комфортно. Иногда ему хочется быть с людьми, иногда нужно побыть и одному. Начните ходить по комнате в поисках такого места, которое вам нравится. Не спешите, постарайтесь выбрать себе приятное местечко не очень близко к другим. (Предоставьте членам группы больше времени и убедитесь, что каждый нашел вполне удовлетворяющее его место.) Ваше место находится там, где вы сейчас стоите. Никто другой не может находиться на этом месте. Сядьте на пол. Когда вы садитесь, вам нужно чуть-чуть больше места, чтобы удобно разместиться, – и все это тоже ваше место. Попробуйте использовать его, ведь оно принадлежит вам. Почувствуйте его под ногами. Теперь вытяните руку и нарисуйте воображаемый круг, охватывающий ваше место. Сделайте его таким большим, как вы хотите. При этом обратите внимание на то, чтобы вы могли дотянуться рукой до любой его части. Вся территория, до которой вы можете свободно дотянуться, принадлежит вам.

Теперь прикоснитесь к полу на своем личном месте. Это ваш собственный пол. Быть может, вы захотите обнести свое место небольшой стеной. Для этого достаточно прикоснуться к полу и медленно вытянуть из него стену, как рыбку из пруда. (Покажите это движение.) Эту стену вы можете построить любой высоты. Она может быть совсем низкой или такой высокой, чтобы вас никто не видел за ней. Стена может быть сделана из любого материала. Вы сами сможете его выбрать. Я буду называть материал, а вы будете представлять, что находитесь за стеной именно из этого материала. Попробуйте представить себе, что стена вокруг вашего места сделана из камня (кирпича, бетона). Это стена очень крепкая – ее невозможно пробить. А сейчас представьте, что стена сделана из дерева. Она уже не такая крепкая и плотная. Представьте, что вокруг вас стена из дерева. А сейчас представьте себе, что стена сделана из ткани. Она колеблется под влиянием ветра. И время от времени вы оказываетесь вообще без стены. А сейчас представьте себя за такой стеной, за которой вам уютно.

Сейчас я попрошу сделать в стене окошко. Оно может быть разной формы. Оно может быть похоже на круг или квадрат, на треугольник, а возможно, и на сердце. Представьте, что в окне вы видите лица близких и любимых вами людей. Они смотрят на вас, улыбаются, они любят вас. Вы тоже можете им улыбнуться и сказать, как вы их любите, как они дороги вам. А сейчас представьте себе, что в вашей стене появилась дверь. Она тоже может быть выполнена из любого материала. Она может быть железной, деревянной, или вместо двери может висеть занавеска. Выберите дверь, которая вам подходит больше всего. Скажите себе: «Это моя дверь, я хозяин этой двери. Я могу ее открыть и впустить туда своих близких, друзей, всех, кто мне нравится, если только я хочу. Я могу ее закрыть, если захочу побыть в одиночестве. Никто не имеет права открывать мою дверь, если мне этого не хочется».

Сейчас я громко скажу: «Откройте глаза и поменяйтесь местами», и каждый из вас должен будет на счет «три» вскочить на ноги, вытянуть вперед руки, сжать кулаки, потом выбежать из своего места и перейти на место другого. Итак, поменяйтесь местами. Все заняли новые места? Нравится ли вам ваше новое место так же, как прежнее? А теперь вернитесь на свое место. Как вы чувствуете себя на нем? Как вы себя чувствуете, когда у вас есть личное пространство? А теперь аккуратно «сложите и упакуйте» свое личное пространство и положите его рядом с собой.

После выполнения упражнения необходимо обсудить мысли и чувства, которые пережили дети (подростки).

Вопросы для обсуждения:

* Что вы чувствовали, когда выполняли это упражнение?
  + Из какого материала были сделаны ваши окна, двери?
  + Какой материал вам подошел больше всех?
  + Что было трудным?
  + Что вы чувствовали, когда были на чужом месте и когда вернулись на свое
  + Что вы думаете о своем пространстве?

**Упражнение «Маленькая книжечка»**

Для этого упражнения ведущий приносит маленькие блокнотики или маленькие листики бумаги, степлер, тесемочки и т. п., чтобы можно было сделать буклет. Ведущий говорит: «В этих книжечках мы будем делать на занятиях заметки, что-то записывать». Обычно дети неохотно пишут на занятиях. Они волнуются, что сделают много ошибок, что напишут неровно, что они очень медленно пишут. Ведущий обязательно должен сказать, что неважно, как они напишут, важно, что они знают, о чем они пишут, что они это делают для себя. Детям предлагается написать свои заметки на темы: «Если бы я была моей мамой» для девочек и «Если бы я был моим папой» для мальчиков. В зависимости от желания детей они могут поделиться своими размышлениями.

На последующих занятиях можно использовать другие темы, например «Получаю письмо от папы (от мамы.) Что в нем написано?»

Заключительная часть:

**Упражнение «Моя семья сейчас и в будущем»**

Детям предлагается создать два коллажа на эти темы или один коллаж, на одну из этих тем, по желанию. Как обычно, для работы с коллажем детям предоставляются листы картона разного размера и различная бумага - цветная, гофрированная, оберточная, газеты, журналы, открытки, рекламные проспекты, старые книги. Обычно детям очень нравится создавать коллажи, но предложенные темы иногда вызывают трудности. Ребенок может чувствовать себя очень одиноким, чувствовать, что только он один представляет свою семью. В этом случае ведущий должен поддержать ребенка, обратить его внимание на других близких людей.

После создания коллажей дети могут рассказать о своих работах.

**Занятие 13**

Тема: Понятие о браке. Нормы и правила (моральный кодекс), по которым живет семья

**Цель:** Формировать представление о браке и семье, о нормах и правилах (моральном кодексе), по которым живет семья.

**Методы проведения:** беседа, дискуссия «Зачем люди создают семью»

Оборудование: ручки, фломастеры, бумага формата А4, ватман

**Вводная часть:**

**Основная часть:**

Брак в семейном праве — это добровольный равноправный союз мужчины и женщины, заключенный в соответствии с определенными правилами с целью создания семьи. Условия и порядок заключения брака изложены в Семейном кодексе Российской Федерации. Заключение брака производится в специальных учреждениях (загсах) при условии взаимного согласия лиц, вступающих в него и достигших брачного возраста.  
     Под семьей понимается союз лиц, основанный на браке или родстве, характеризующийся общностью быта, интересов, взаимной заботой, помощью и моральной ответственностью.

Современная семья выполняет ряд функций, основными из которых являются:

1. Хозяйственно-бытовая — заключающаяся в удовлетворении материальных потребностей членов семьи (в пище, крове и т. д.), в сохранении их здоровья. В ходе выполнения семьей этой функции обеспечивается восстановление затраченных в труде физических сил.

2. Сексуально-эротическая — обеспечивающая удовлетворение физиологических потребностей супругов.

3. Репродуктивная — обеспечивающая рождение детей, новых членов общества.

4. Воспитательная — состоящая в удовлетворении индивидуальных потребностей в отцовстве и материнстве; в контактах с детьми и их воспитании; в том, что родители могут «реализоваться» в детях.

5. Эмоциональная— заключающаяся в удовлетворении потребностей в уважении, признании, взаимной поддержке, психологической защите. Данная функция обеспечивает эмоциональную стабилизацию членов общества, содействует сохранению их психического здоровья.

6. Духовного общения — состоящая во взаимном духовном обогащении.

Первичного социального контроля — обеспечивающая выполнение социальных норм членами семьи, в особенности теми, кто в силу различных обстоятельств (возраст, заболевание и т. п.) не обладает в достаточной степени способностью самостоятельно строить свое поведение в полном соответствии с социальными нормами.

С течением времени происходят изменения в функциях семьи: одни утрачиваются, другие появляются в соответствии с новыми социальными условиями. Качественно изменилась функция первичного социального контроля: она заключается не во власти отца семейства над другими членами семьи, а в той мотивации к труду и достижениям, которую порождает семья. Повысился уровень терпимости к нарушениям норм поведения в сфере брачно-семейных отношений (рождение внебрачных детей, супружеские измены и т. п.).

Развод перестал рассматриваться как наказание   за недостойное поведение в семье.

Появление чувства ответственности перед ребенком — одна из наиболее важных и ценных черт современной семьи. Родительское чувство ответственности обеспечивает желанному ребенку достойное место в кругу семьи, гарантирует его гармоничное развитие.

Законодательство не содержит легального определения брака, поэтому для того, чтобы понять суть брака, приходится обращаться к теории семейного права.

Существует несколько подходов к определению брака. Так, например, во французском праве брак есть заключаемый в установленной законом форме гражданский договор, который соединяет мужчину и женщину для совместной жизни и взаимного оказания поддержки и помощи под руководством мужа, главы семьи.

Отечественная доктрина семейного права тяготеет к иному определению брака. Брак – это свободный равноправный союз мужчины и женщины, заключенный с соблюдением порядка и условий, установленных законом, имеющий целью создание семьи и порождающий между супругами взаимные личные и имущественные права и обязанности.

В древнерусском лексиконе слово «брачити» означало что-то отбирать (выбирать хорошее или отклонять плохое). Отсюда двусмысленность слова «брак» и в семейном праве, и в обыденной речи («забракованный товар»). В других языках такой двусмысленности нет. Так, в украинском, белорусском, польском, чешском и других языках славянских народов брачный союз определяется словом «шлюб» (от древнеславянского термина «сълюбъ», «сълюбытись», что означает «договориться»).

Основываясь на положениях законодательства и теории, можно выделить следующие признаки брака.

Во-первых, *брак –* ***это союз мужчины и женщины.*** Слово «союз» шире, чем слово «сделка» или «договор». Помимо распределения обязанностей в семье (если такое в семье производится точно и определенно) союз мужчины и женщины предполагает некую духовную общность, предрасположенность их друг к другу, предпочтение другим.

Во-вторых, *брак* – ***это единобрачный союз,*** т. е. союз, в котором предпочтение отдается лишь одному партнеру. Однако в некоторых странах, где господствует мусульманская религия, существуют полигамные браки (многоженство).

В-третьих, *брак –* ***это свободный союз.*** Вступление в брак свободно и добровольно, равно как в принципе свободно и расторжение брака.

В-четвертых, *брак –* ***это равноправный союз.*** Мужчина и женщина, вступающие в брак, равны между собой как в отношении личных прав (на фамилию, место жительства, выбор профессии, воспитание своих детей), так и в отношении имущества, нажитого совместным трудом во время брака.

В-пятых, брак – это такой союз, который ***зарегистрирован в органах загса*** (органах записи актов гражданского состояния). Фактические (незарегистрированные) брачные отношения, сколько бы они ни продолжались, не могут перейти в брачные отношения, которые поддерживает, защищает государство.

В-шестых, *брак* – ***это такой союз, который порождает между супругами юридические права и обязанности.*** Это касается и мужчины, и женщины. Если права одной из сторон окажутся нарушенными, то на их защиту встанет суд.

Некоторые авторы указывают, что брак – это пожизненный союз мужчины и женщины. Конечно, в норме это так и- должно быть, однако практика свидетельствует об обратном: например, в Москве из каждых 100 заключенных браков расторгается 51.

Иные авторы добавляют такой признак брака, как наличие цели рождения и воспитания детей. Однако статистика показывает, что в мире около 20% браков являются бездетными. Таким образом, включение этого признака в определение брака было бы некорректным.

**Рисунок «Генеалогическое древо».**

Рисунок генеалогического древа - один из способов актуализации своего семейного опыта. Откуда я родом? Каковы мои корни? Где можно брать поддержку? «Мама умерла, папа в тюрьме», но, возможно, есть родственники: братья, сестры, а может быть, другой человек много значит для меня, он считает меня самым замечательным. Есть ли кто-то близкий? Был ли кто-то, для кого ты много значил, может быть, это была нянечка? Если никого не было, можно просто нарисовать корни, все равно они есть у тебя, ты просто не знаешь о них или не помнишь, потому что был слишком маленький. Ты ствол, а от тебя уже пойдут ветки и когда-нибудь, в будущем, твои потомки нарисуют тебя в качестве корней.

**Упражнение «Сценки из семейной жизни».**

Каждая «семья» разыгрывает сценку из семейной жизни, например приготовление еды, праздник, уборка в доме и т.д.

Примечание: всю работу желательно записать на видеокамеру для того, чтобы разобрать с детьми особенности поведения их «семьи».

**Занятие 14-15**

Тема: Трудности семейной жизни (размолвка, ревность, измена, развод). Способы преодоления трудностей.

**Цель:** Познакомить со способами разрешения семейного конфликта и видами психологической помощи при разрешении семейных конфликтов

**Методы проведения:** беседа

Оборудование: ручки, фломастеры, бумага формата А4, ватман

**Вводная часть:**

**Основная часть:**

Наиболее часто встречающимися способами [конфликтного поведения](http://psyera.ru/usloviya-effektivnosti-osnovnyh-stiley-povedeniya-lichnosti-v-konflikte-381.htm) в системе [семейных](http://psyera.ru/semya-v-socialnom-prostranstve-345.htm) отношений выступают:

В структуре семейных отношений можно выделить два уровня (стратегии): соперничество - учет только собственных интересов и сотрудничество - взаимный учет интересов членов семьи. Исходя из расположения наиболее типичных способов конфликтного поведения по отношению к этим двум уровням, можно кратко охарактеризовать каждый из них.

Противоборство (конфронтация) характеризуется достаточно высоким уровнем соперничества и низким уровнем сотрудничества в [семье](http://psyera.ru/ponyatie-semeynogo-konflikta-ego-osobennosti-i-klassifikaciya-218.htm). Данный вариант выхода из конфликтной ситуации характеризуется нежеланием супругов принимать во внимание позицию каждого из них. Такая ситуация ведет к накоплению раздражения, личным оскорблениям, угрозам, а иногда и к рукоприкладству

Компромисс характеризуется средним уровнем сотрудничества и соперничества в семейных отношениях. Это достаточно шаткое равновесие, которое постоянно нарушается.

Уклонение (избегание) - низкий уровень сотрудничества и низкий уровень соперничества, проблемы семейной жизни не разрешаются, а накапливаются, что значительно усложняет их разрешение. В целом такой прием нельзя признать правильным, так как развязка лишь оттягивается, а конфликт остается, однако появляется время для обдумывания возникшей ситуации, причин разногласий и окончательного принятия решения.

Приспособление - достаточно высокий уровень сотрудничества, но в то же время достаточно низкий уровень соперничества, односторонние уступки долго продолжаться не могут. Данный исход конфликта характеризуется волевым навязыванием такого выхода из конфликтной ситуации, которое устраивает лишь одного из членов семьи (очень часто инициатора конфликта) и приспособлением другого. Такой авторитарный прием имеет самые неблагоприятные последствия: ущемляются права одного из партнеров его достоинство, достигается внешнее благополучие, а на самом деле в любой момент может наступить [кризис](http://psyera.ru/krizis-918.htm).

Преобладание данных способов конфликтного поведения в семейных отношениях со стороны одного или обоих сyпpyгов приводит к разрешению конфликта по схеме либо - «проигрыш выигрыш», либо «проигрыш-проигрыш», потере гибкости, обострению и даже разрыву семейных отношений.

В свою очередь при разрешении семейных конфликтов необходимо стремиться к реализации схемы «выигрыш-выигрыш». В семейных отношениях не должно быть проигравших сторон.

X. Корнелиус и Ш. Фэйр определили 4 последовательных шага по реализации этой схемы при разрешении семейных конфликтов

1-й шаг - установить, какая потребность стоит за желаниями другой стороны;

2-й шаг - узнать, в чем разногласия компенсируют друг друга;

3-й шаг - разработать новые варианты решений, наиболее удовлетворяюшие потребности каждого;

4-й шаг - сделать это вместе, явно показывая, что конфликтующие - партнеры, а не противники.

Компромисс характеризуется средним уровнем сотрудничества и соперничества в семейных отношениях. Это достаточно Шаткое равновесие, которое постоянно нарушается. Компромиссный вариант завершения семейных конфликтов самый приемлемый. Он характеризуется поиском наиболее удобного и справедливого для участников семейного конфликта решения, равенством прав и обязанностей, откровенностью требований, взаимными уступками.

Следует выделить наиболее **типичные методы разрешения семейных конфликтов:**

- объяснение (спокойный разговор о создавшейся ситуации в корректной форме с выяснением причин проблем и путей их преодоления);

- всякое воздержание от конфликтных ситуаций;

- сглаживание (позволяет снять напряженность, добиться нормальных отношений);

- адекватное реагирование на любую семейную проблему с одновременной тенденцией учиться на чужих ошибках;

- интуитивная (не систематическая) взаимная уступка (уступчивость супругов в сложных и простых ситуациях семейной жизни).

**Тактика разрешения семейного конфликта, как правило, предполагает:**

- поддержание чувства личного достоинства. В старых русских интеллигентных семьях существовал обычай: при ссорах и конфликтах супруги переходили от родственного «ты» к холодно официальному «вы». Такой переход позволял сохранять чувство собственного достоинства и не унижал достоинства другого человека;

- постоянную демонстрацию взаимного уважения и признательности;

- стремление вызвать подъем, энтузиазм у другого супруга, сдерживание в себе проявлений раздражительности, злобы, гнева;

- не акцентировать внимания на ошибках и просчетах своего партнера;

- не упрекать прошлым вообще, в том числе в совершенных ошибках;

- снятие или торможение нарастающего психического напряжения различными приемами;

- разрешение назревающего конфликта отвлечением на другие безопасные темы, переключение внимания на другие менее конфликтные проблемы;

- гасить в себе подозрения в неверности партнера, его измене, сдерживать себя от самообвинений, ревности, мнительности;

- понимание того, что в брачной и семейной жизни в целом необходимы огромное терпение, снисходительность, доброжелательность, внимание и другие положительные качества.

При рациональном поведении супругов семейный конфликт -это нормальный компонент здорового течения их жизни, который играет конструктивно-созидательную роль.

Определенный интерес представляет взгляд специалистов в области разрешения конфликтных ситуаций X. Корнелиуса и Ш. Фэйр, описавших возможные последствия [конфликтов](http://psyera.ru/ponyatiynaya-shema-opisaniya-konflikta-529.htm), выстроивших соответствующие цепочки последствий.

Загнанный внутрь конфликт действует разрушительно на психическое состояние и физическое здоровье членов семьи. Конфликтная ориентация, отсутствие культуры компромисса, негативное стечение обстоятельств могут вывести процесс из под котнроля и придать ему разрушительный характер.

Выбор того или иного пути развития конфликта во многом зависит от психологической культуры супругов, их умения осознать свои трудности, в том числе и психологические.

Снять напряженность и найти оптимальное решение помогает соблюдение следующих условий **разрешения семейного конфликта:**

- сужение рамок спора до минимума;

- управление негативными эмоциями;

- стремление и умение понять позицию друг друга;

- осознание того, что в ссоре почти всегда нет правых;

- умение и стремление решать конфликты с позиции доброты;

- недопустимость наклеивания «ярлыков» друг на друга;

- использование юмора, шутки;

- понимание смысла споров, столкновений, ссор, стремление к единению членов семейной системы.

В психологии семейных отношений оформились несложные практические принципы разрешения семейных конфликтов:

- не ворчать по поводу и без причины;

- не пытаться с ходу перевоспитать других, поскольку любой человек имеет право отстаивать свою индивидуальность;

- не увлекаться критикой друг друга;

- искренне восхищаться достойными качествами своего партнера, ребенка;

- уделять близким, родным и вообще окружающим людям постоянное внимание;

- быть предельно вежливым к другому с правом ожидания вежливости от него.

Выделяют следующие **виды психологической помощи при разрешении семейных конфликтов:**

- Самопомощь;

- Специализированная помощь семье;

- Совместная семейная помощь.

Самопомощь - это оказание помощи любым взрослым членом семьи (мужем, женой, ребенком в юношеском и старшем возрасте) самому себе психологическими методами и средствами в целях достижения психического здоровья, собственной личной зрелости и благополучных гармоничных отношений в семье.

Совместная семейная помощь рассматривается как вид психологической помощи, в процессе которой взаимно с супругом (-ой) происходит преодоление семейных проблем с применением доступных, понятных обоим психологических форм и методов с соблюдением необходимых правил зрелой семейной жизни.

Основными условиями данного вида помощи являются взаимные желания решать семейные проблемы, действенное участие, активность, корректность и стремление супругов к максимальному взаимовыгодному компромиссу.

Главный способ совместной семейной помощи — взаимное удовлетворение ключевых [потребностей](http://psyera.ru/potrebnost-i-dominiruyushchaya-motivaciya-kak-sistemoorganizuyushchie-faktory-povedeniya-688.htm) мужа и жены.

Немаловажную роль в регулировании семейных отношений играют свободные дискуссии между супругами в виде открытого, искреннего, доверительного, эмпатийного и безопасного диалога о проблемах семьи. О важном и второстепенном в семье, о роли мужчины и женщины, о системе ценностных и ролевых представлений, о принятии ценностей, сближении взглядов, о понимании вообще, о стиле семейного руководства и методах [воспитания](http://psyera.ru/sushchnost-ponyatiya-vospitanie-i-razvitie-531.htm) и т.д. В этих целях может быть использована, например, методика «семейного термометра» В. Сатира. Она предусматривает создание эмоционально-психологической атмосферы, в которой честно обсуждаются предметные проблемы, а каждый член семьи испытывает психологическую готовность к искреннему разговору.

Основными темами для обсуждения в соответствии с этой методикой могут быть:

- понимание - инициирование в семье чувства взаимной признательности;

- жалобы - негативное проявление беспокойства, тревоги и т.д., сопровождаемое конкретными предложениями по поводу того, что необходимо изменить; подключение других членов семьи к решению проблем;

- трудности (непонимание проговоренного) - формирование правильного восприятия друг друга членами семьи в интересах достижения семейного успеха;

- новая информация - воспроизведение и обсуждение новой информации, которая вписывается в структуру семьи;

- надежды и желания - взаимный обмен своими мечтами, желаниями с надеждой на то, что любящие члены окажут друг другу помощь.

Важную роль в деле предупреждения семейных конфликтов играет организация совместного активного отдыха, проведение досуга. Они направляются на сознательное сближение и сплоченность семьи. Имеется в виду организация как культурного, гак и оздоровительного отдыха. Создание и поддержание семейных традиций с праздниками, сюрпризами, подарками. Совместное посещение кино, театров, музеев, выставок, выезд на природу, путешествии, уважительное отношение к любимым занятиям каждого члена семьи. Благотворное влияние оказывают, в частности, психологические установки на формирование здорового образа жизни каждым супругом и семьей в целом (обливание, приучение к холоду, гигиена питания, уход за телом, гимнастика, прогулки, ликвидация малоподвижного образа жизни, преодоление негативных привычек, занятие различными видами спорта).

Значительную помощь молодоженам могут оказать семейные советы - оригинальная форма группового руководства семейными делами, включая детей и других родственников, проживающих совместно с нуклеарной семьей. Это определенная система планирования различных вопросов [жизнедеятельности](http://psyera.ru/osnovnye-sfery-zhiznedeyatelnosti-lichnosti-622.htm) семьи и преодоления семейных проблем в открытом всестороннем [общении](http://psyera.ru/obshchenie-i-ego-funkcii-425.htm), сопоставлении позиций всех членов семейной системы. Алгоритм достижения договоренности между супругами, другими членами семьи на семейном совете включает в себя:

- выносится тема;

- договариваются о сроках;

- обязательно подводят итоги;

- ставят достижимые цели, обсуждают их со всеми представителями системы.

Может использоваться и такая форма взаимопомощи, как совместное обсуждение супругами специальной литературы (научной, научно-популярной, художественной) по психологии семьи, сексологии, семейной конфликтологии, любви, и повышение общей культуры супругов и детей, их представлений о красоте, доброте, гармонии, межличностных отношениях.

В крайнем случае может быть использована методика «искусственного развода». Она предусматривает сознательное разъединение, расхождение на определенное время в общении, проживании, в проведении свободного времени, в том числе за счет организации альтернативного отдыха вне семьи. Это создает предпосылки для осознания сложившейся семейной ситуации, семейной проблемы, истинного отношения супругов, детей друг к другу.

Аналогична ей методика «конструктивных ссор». Ее авторы - психологи Ян Готлиб и Кэтрин Колби предлагают ссориться конструктивно. В этом случае нет необходимости:

- извиняться раньше времени;

- уклоняться от спора, заниматься саботажем или индуцировать молчание;

- использовать знание интимной сферы партнера для издевательств;

- притягивать вопросы, не имеющие отношения к делу;

- симулировать согласие, развивая обиду;

- объяснять другому его чувства;

- нападать опосредованно, критикуя кого-либо или что-то, представляющее ценность для партнера;

- «подкапываться» под другого, угрожая бедой, усиливать его мнительность, неуверенность.

Осуществление данной методики предполагает соблюдение следующих основных условий:

- ссориться наедине, без детей;

- ясно формулировать семейную проблему и уметь повторить аргументы партнера по-своему;

- раскрывать свои позитивные и негативные чувства;

- с готовностью и вниманием выслушивать отзывы о своем поведении;

- выяснять сходства и различия друг друга и то, что наиболее значимо для каждого партнера в семье;

- задавать вопросы, помогающие партнеру подбирать необходимые слова для выражения

собственных интересов;

- ждать, пока спонтанные эмоции утихнут сами собой;

- выдвигать положительные предложения по взаимному Изменению.

По мнению американского психолога Э. Шострома, В ходе семейного конфликта следует применять конструктивные приемы борьбы:

- планирование схватки на специально выделенное удобное ВОВ мя, чтобы не втягивать в борьбу ни в чем не повинных окружающих,

- стремление полностью выразить свои чувства, как положительные, так и отрицательные. Не оставляйте ничего на «потом».

- повторение каждого аргумента оппонента своими снопами, чтобы самому проникнуться его проблемой и чтобы он услышал свои претензии со стороны;

- четкое определение предмета борьбы;

- выяснение, где и в чем точки зрения расходятся, а где и чем - совпадают;

- уточнение, насколько глубоко каждый прочувствован свою «схватку» в борьбе. Это поможет понять, в чем вы можете уступить;

- предельная корректность, критикуя партнера, обязательно дополняйте свою критику конструктивными положительными предложениями;

- определение того, как каждый из вас может помочь другому в решении проблемы;

- оценка хода борьбы, сравнение новых знаний, которые из за нее приобрели, с ранами, которые она вам нанесла. Выигрывает, разумеется, тот, чьи потери существенно меньше новых ранений,

- объявление перерывов в борьбе и заполнение их чем-то для вас очень приятным.

Подойдут теплый телесный контакт, хороший секс и т.п.

- готовность к новому этапу борьбы - интимная борьба более или менее непрерывна.

Парадоксально, но факт, что если ее ожидают и относятся к ней как к норме, эта борьба протекает быстрее, беззлобнее, с меньшими жертвами.

Предупреждению конфликтов и снижению их уровня способствует такой прием, как сознательное включение в семейную систему «третьих лиц» - рождение детей, в том числе второго, третьего ребенка (когда генеративная способность мужа и жены в расцвете), или вхождение психологически приемлемых, комфортных и зрелых во взаимоотношениях родственников. Однако такой способ может привести и к обратному эффекту. С его реализацией нужно быть предельно осторожным, особенно если это касается рождения еще одного ребенка, а для этого не созданы соответствующие материальные условия.

В ряде случаев достаточно эффективной оказывается простое доверительное общение супругов, в ходе которого вырабатываются приемлемые способы взаимного общения, приходит понимание причин негативных привычек и того, что в них заключена опасность для самого существования брака. В этом случае взаимные усилия супругов должны быть направлены на выработку стиля терпимости, доброжелательности, вежливости к другим членам семьи, на сострадание, корректность в случаях несовпадения мнений, подчеркивание достоинств друг друга и всяческое стремление к взаимному притяжению по спорным вопросам.

Супругам необходимы не только знания приемов борьбы, но и овладение искусством ведения переговоров, приемами построения длительных взаимоотношений. Это еще раз подчеркивает тот факт, что во всяких способах совместной семейно-психологической помощи главенствующее положение занимает проблема выработки неповторимого вербального и невербального стиля общения, умение разговаривать друг с другом и слышать друг друга. При этом, во-первых, появляется реальная возможность быть понятым и желание делиться своими переживаниями с близким человеком, во-вторых, когда партнер говорит о своих переживаниях, выражает их словами, он и сам начинает лучше понимать и оценивать себя.

Искусство ведения переговоров супругов предполагает:

- выражение эмпатии;

- заботу о себе;

- возможность дать выиграть другому;

- размышления о будущем;

- исключение занятия одновременно несколькими делами;

- завершение процесса;

- удержание в памяти своих проблем;

- высказывание чего-нибудь приятного, доброго;

- попытки избежать соревнования;

- исключение обособления кого-либо из партнеров;

- показ своего интереса; сохранение объективности;

- внимательное выслушивание другого;

- исключение усложнения (стремление к простоте);

- умение избегать чувства вины;

- проявление открытости.

Особого внимания вследствие опасности для семейных отношений заслуживает [конфликт](http://psyera.ru/konflikt-877.htm), обусловленный изменой одного из супругов. В целях сохранения супружеской жизни в случае измены и предотвращения распада семьи следует поступать в соответствии с «6-шаговой» методикой У. Харли.

Шаг 1. Прежде всего, задать себе вопрос: «Хочу ли я сохранить брак?». Выдержать семейную бурю, не поддаваться искушению обвинить во всем другую сторону, принять тезис о том, ЧТО не один только изменивший супруг во всем виноват-.

Шаг 2. Не откладывайте решение проблем на будущее если вы узнали об измене. В случае желания снова соединиться Нвобходимо предпринять определенные действия. Например, жене занять более твердую, независимую позицию, возможно отделится на время от мужа до того момента, пока супруги не разрешал конфликтную ситуацию. Главное - на определенный период продемонстрировать изменившему супругу непримиримость к измене.

Шаг З. Найти хорошего семейного консультанта специалиста по семейным проблемам. Скорее всего, вы не сможете самостоятельно покончить с изменой и быстро разрешить ситуацию, нужны объяснения арбитра-специалиста.

Шаг 4. Супругам предпринять искренние усилия по изменению своего поведения к лучшему.

Шаг 5. Надо осознавать, что восстановление отношении будет нелегким и потребует больших душевных усилий. Это долгий и трудный процесс. Примечательно, что, например, после возвращения изменившей жены в семью бывший любовник может не искушать ее, если муж удовлетворяет ее [потребности](http://psyera.ru/potrebnostnoe-tyagotenie-115.htm).

Шаг 6. Брак и любовь могут станут крепче, если супруги И 6удут полностью контролировать себя, свои последующие действия.  
Выдержав самое худшее, супруги почувствуют улучшение их взаимоотношений, а не разрушение. Возможно обнаружение новых любовных чувств.

Сердцевиной всякой совместной семейной психологической помощи является работа супругов по развитию практики любви, предупреждению и преодолению [психосексуальных](http://psyera.ru/psihoseksualnye-rasstroystva-epidemiologiya-etiologii-diagnostika-719.htm) трудностей.

Супругам необходимо учитывать ряд следующих советов относительно интимных отношений:

- близкие отношения затрагивают двоих людей, которые должны отвечать за свои поступки;

- не бывает легких интимных отношений, они входят в контекст межличностного взаимодействия;

- противоположности в психосексуальном, а не только в биологическом смысле притягиваются;

- выбор партнера всегда имеет сознательные и бессознательные причины;

- близкие отношения требуют постоянного развития и учебы.

Определенный интерес сточки зрения решения психосексуальных семейных проблем представляют рекомендации представителя гуманистического психоанализа [Эриха](http://psyera.ru/erih-fromm-bio.htm)

[Фромма](http://psyera.ru/erih-fromm-bio.htm) «Искусство любить»:

1. Требование дисциплины в практике искусства любить, мастерское исполнение любовных отношений.

2. Сосредоточенность в любви на любовном объекте, любовно-сексуальных действиях.

3. Терпение с целью овладеть искусством любви, достигнуть гармонии в интимной сфере.

4. Искренняя заинтересованность в обретении мастерства любви, любовного взаимодействия.

5. Самое главное - обучение тому, как оставаться наедине с собой, без чтения, просмотра телевизора, слушания музыки, курения и т.п. И при этом не испытывать напряженности, беспокойства, чувства тревоги.

6. Умение слушать, жить полностью в настоящем, здесь и теперь; не задумываться о том, как осуществить предстоящее дело, когда нужно что-то предпринимать именно сейчас.

7.Развивать смирение, объективность, разум у супругов.

8. Требование веры как важнейшее условие всякой дружбы, любви, интимных отношений партнеров. Следует различать рациональную и иррациональную веру. Рациональная вера - это убежденность, которая имеет своим источником собственные чувства, мысли и опыт. Под иррациональной верой понимается вера, основанная на подчинении иррациональному авторитету.

9. Активность по отношению к любимому супругу как внутренняя мобильность, сознательное использование своих сил, постоянное самосознание, бодрость, деятельность. («Если я люблю, то нахожусь в состоянии постоянного активного интереса к любимому человеку»).

Аналогичные правила по преодолению психосексуальной дисгармонии дает И. Кон в своей книге «Вкус запретного плода».

Успешно предвидеть, преодолевать и разрешать конфликты репродуктивно-воспитательной сферы (различие взглядов супругов на воспитание детей) позволяет соблюдение ОСНОВНЫХ принципов взаимоотношения родителей и детей, сформулированных профессором Ю.П. Азаровым (Россия) в его демократической вое питательной модели.

1. Правда, совесть, раскаяние, честность и порядочность, помноженные на труд, - главные воспитатели личности ребенка,

2. Гармоничное сочетание системы поощрений и наказаний BOC питателями в семье. При этом нельзя замыкаться ТОЛЬКО ИВ требованиях, надо постоянно думать также и о защищенности детей

3. Умеренность контроля в воспитании и недопущение НИ при каких обстоятельствах физических наказаний, оскорблений, грубости. Надо помнить о том, что вседозволенность (отсутствие контроля за поведением ребенка) и слишком суровые наказания способствуют повышению агрессивности, асоциальности ребенка.

4. Преобладание в воспитании детей любви, вечных человеческих ценностей: доброты, свободы, стремления к независимости, доверия, уважения к достоинству личности, бережного отношения к демократизму, гуманизму в межличностных отношениях. Воспитывать другого может только любящий человек.

5. Сохранение и развитие в ребенке того лучшего, что есть в нем. Надо научить детей любить самих себя, свои потенциальные возможности.

6. Высокая требовательность и уважение к ребенку, его интересам. Смысл в том, чтобы заронить в детские души потребность истинного счастья.

7. Создание благоприятных педагогических условий, когда появляется возможность для ребенка, всех членов семьи стремиться к эстетическому наслаждению, удовольствию и удовлетворению своих потребностей.

Особого внимания заслуживают проблемы, возникающие в так называемых «смешанных» семьях, т.е. возникших в результате повторного брака одного или обоих супругов. Психологи Ж. Лафас, Д. Сова в целях снижения уровня конфликтности рекомендуют следующие правила совместного проживания таких семей:

1. Осознайте, что повторный брак не способен функционировать так, как первичная семья.

2. Помните, что бывших родителей не существует, а есть всегда только бывшие супруги (в случае наличия в первом браке детей).

3. Осознайте тот реальный факт, что воспитываемые вами дети - не ваши и воспринимать вас как своего родителя они не могут.

4. Будьте готовы к конфликту из-за противоречий между вашей сексуальной и родительской привязанностями.

5. Примите во внимание, что отдавать все душевные и физические силы только родительским обязанностям - не лучший способ решения семейных проблем.

6. Считайте, что обязанности по выработке правил, норм поведения в семье лежат на обоих партнерах.

7. Желательно для каждого члена семьи, включая детей, определить его обязанности и меру ответственности за семейную жизнь.

8. Имейте в виду, что надежды и ожидания, лишенные реальной основы, рождают только активное неприятие ваших планов, глубокие разочарования.

9. Вы должны признать на самом раннем этапе ваших супружеских отношений возможность возникновения конфликта на основе сложившейся верности ребенка отсутствующему родителю.

10. Сохраняйте в себе чувство юмора и почаще пользуйтесь им в новой семье.

Специализированная психологическая помощь - это помощь одному члену семьи или семье в целом специалистами — семейным психологом, психотерапевтом, психиатром, психологом, прошедшими специальную подготовку в области семейной психологии, психотерапии и др.

Семейно-психологическое просвещение означает двусторонний процесс, входе которого достигается: распространение специалистами знаний и достижение ясности, успокоенности в мыслях, сознании и чувствах членов семей в области семейной психологии, семейных проблем; обеспечение влияния этих феноменов на психическое здоровье; использование психологических методов преодоления личностных и семейных трудностей.

Под семейной психодиагностикой подразумевается такой вид психологической помощи, который направлен на распознание, оценку социально-психологических феноменов семьи, личностных особенностей ее членов, а также выявление различных типов семейных проблем.

Семейное психологическое консультирование предполагает помощь в осознании семейной проблемы, ее основных причин и поиске путей преодоления, а также принятии решения по затруднительным вопросам жизнедеятельности семьи.

Семейная [психотерапия](http://psyera.ru/obshchie-polozheniya-psihoterapii-1102.htm) ориентирована на изменение процессов психологической природы - взаимоотношений в семье, личных искажений ее членов, взаимное удовлетворение потребностей каждого из них и базируется на применении психологический закономерностей общения и процессов подсознания, [сознания](http://psyera.ru/obshchaya-harakteristika-soznaniya-234.htm) и [самосознания](http://psyera.ru/samosoznanie-ponyatie-struktura-funkcii-razvitie-330.htm) личности.

Отдельно стоит остановиться на таком радикальном способе разрешения супружеских конфликтов, как развод.

Под разводом понимают расторжение законного брака при жизни обоих супругов, предоставляющее им свободу вступления в новый брак.

По мнению психологов, ему предшествует процесс, состоящий из трех стадий:

1) эмоциональный развод, выражающийся в отчуждении, безразличии супругов друг к другу, утрате доверия и любви;

2) физический развод, приводящий к раздельному проживанию;

3) юридический.

Многим развод приносит избавление от враждебности, неприязни обмана и того, что омрачало жизнь. Но он имеет и негативные последствия. Они различны для разводящихся, детей и общества Наиболее уязвима при разводе женщина, у которой обычно остаются дети.

Подводя итог рассмотрения данной темы, следует подчеркнуть, что одно из важнейших условий успешного завершения конфликта любящих супругов - не стремиться к победе любой ценой. Победу за счет поражения любимого человека трудно назвать достижением. Важно уважать другого, какая бы вина на нем не лежала. Нужно быть способным честно спросить у самою себя, а главное, честно ответить себе, что же тебя на самом деле волнует. При аргументации своей позиции стараться не проявлять не уместный максимализм и категоричность. Лучше самим прийти к взаимопониманию и не втягивать в свои конфликты других -родителей, детей, друзей, соседей и знакомых. Только от самих супругов зависит благополучие семьи. Следует помнить высказывание великого писателя Л.Н. Толстого: «Все счастливые семьи похожи друг на друга, каждая несчастливая несчастлива по своему»,

**Рисунок «Семейный портрет».**

*Инструкция.* Закройте глаза и войдите в свое собственное пространство. Представьте, что вы спускаетесь по лестнице - лестнице жизни. Вот вам 10 лет, 9,6,4 года, вы видите перед собой дверь, открываете ее и оказываетесь в комнате. Как выглядит эта комната - большая или маленькая, пустая или заставленная вещами? Что вы видите в комнате, какие обои, мебель? Кто в ней находится рядом с вами? Посмотрите внимательно на каждого человека. Если бы вы нарисовали их на листе бумаги в виде изображения, напоминающего скорее какую-нибудь вещь, чем реальных людей, что бы это было? Если кто-нибудь напоминает вам бабочку, потому что везде порхает, изобразите ли вы его в виде бабочки? Или, может быть, какие-то лица напоминают вам круг, потому что они всегда окружают вас? Начинайте с того, кого вы представили первым. Если вы зашли в тупик, опять закройте глаза, вернитесь обратно в свое пространство и снова представьте всех людей. Вы можете использовать капли краски, абстрактные формы, предметы и животных, и все, что угодно, все, что придет вам на ум.

Обычно в группе находятся дети, которые свободно начинают говорить про своих родителей или о том, как они попали в детский дом. Иногда дети делятся своей мечтой жить в семье. Если кого-то из группы забирают домой на выходные дни и в каникулы, то у остальных детей часто возрастает агрессия на него. Особенно тогда, когда это делает воспитатель этой группы. Так же, если какого-то ребенка выбрали на усыновление, и он ждет, когда новые родители оформят все документы и заберут его домой, другие дети завидуют ему. Если кто-то завидует, можно говорить о том, что мы все не совершенны и иногда завидуем кому-то. Ни у кого не бывает идеальных мамы и папы, всегда что-то не устраивает, но прошлого не изменить, нет смысла обвинять родителей. Мы можем опереться на то, что у нас было, и строить жизнь дальше. Каждому хотелось бы жить в своей семье, в благополучной семье, и у нас есть возможность создать в будущем свою семью, какую бы нам хотелось.

**Упражнение «Идеальная семья»**

Как ребенок представляет себе идеальную семью, что в ней делают мама и папа? Представление о «хороших» детях, ожидания от них,

о «правильном» воспитании? На эти темы можно провести беседы с детьми, нарисовать и обсудить рисунки.

**Упражнение «Жизнь идеальной семьи»**

Участники группы разыгрывают сцены из жизни семьи, выбирая радостные или грустные события. Один из участников (доброволец)

выбирает других участников на разные роли для разыгрывания сценки из жизни идеальной семьи. Остальные участники – зрители. После

проигрывания сцены они делятся своими впечатлениями о том, что они видели. Затем сцены разыгрываются другими участниками. Воз-

можно, сцены не будут получаться такими идеальными, как хочется

Заключительная часть: подведение итогов

**Занятие 16**

Тема: Секреты семейного счастья

**Цель:** Дать представление о секретах семейного счастья

**Методы проведения:** беседа

Оборудование: ручки, фломастеры, бумага формата А4, ватман

**Вводная часть:**

**Основная часть:**

**Секреты семейного счастья. Секрет первый - Уют в доме.**

Мужчина, созревший для серьезных семейных отношений, видит в избраннице не только объект для страсти и любви, но и  рассматривает ее как будущую хозяйку, мать для своих детей. То есть брак для него это помимо всех романтических преимуществ, когда любимая всегда рядом, еще и  вкусный горячий обед-ужин, порядок в доме, чистая одежда. Словом тот комфорт, который может обеспечить жена-хозяйка.  И женщина, ставшая женой должна это понимать.

Поэтому одной из основ крепких семейных отношений является семейный уют и комфортные условия проживания. Можно, конечно, себе позволить небольшой беспорядок, накормить семью готовой магазинной едой,  а то и в кафе перекусить. Но в виде исключений. И даже если Вы хорошо зарабатываете (возможно, и больше супруга), занимаете определенный должностной пост, хорошей хозяйкой, тем не менее, быть обязаны. Благо сейчас у современной женщины есть масса  бытовых помощников, выполняющих практически все основные дела по дому.

**Секреты семейного счастья. Секрет второй -  Материнство.**

Даже самые влюбленные молодожены, пожив определенное время для себя, понимают, что чего-то в их жизни не хватает, что им скучно и неинтересно заниматься лишь собой. А дети это новый виток жизни семьи, новый этап, хоть и ответственный, но  радостный и счастливый. Сколько положительных эмоций врывается в семейную жизнь с появлением малыша. Все переворачивается буквально с ног на голову, и это потрясающе.

Хотя именно появление ребенка может стать серьезной проверкой для чувств супругов. И не все, увы,  ее проходят. Сколько семей распадается только из-за того, что половинки не сошлись характерами.  А может просто не захотели найти компромисс, придержать гордыню? Заботы и мысли о детях, о том, как их воспитывать, растить объединяют  мысли и усилия супругов,  превращая семью уже в единое целое.  Но только там, где муж и жена готовы понять один другого, искать золотое решение в спорных ситуациях, каждый первым пойти навстречу их ждет [счастливая семейная жизнь](http://www.birik.strana-krasoty.ru/semya/117-schastlivaya-semejnaya-zhizn.html).

**Секреты семейного счастья. Секрет третий - Женское терпение.**

В супружестве женщина должна научиться управлять своими эмоциями.  Девичья капризность, своеволие это не те черты, которыми отличается мудрая жена. Покапризничать с мужем, конечно, не возбраняется, например,  в тех случаях, когда Вы добиваетесь каких-то покупок для себя любимой. Но капризы неуместны в важных жизненных случаях. Здесь необходимо проявлять всю свою волю, ум и терпение. Да, именно терпение это качество, которое может помочь добиться много, как в работе, так  и в семейной жизни.

Неумение принять позицию мужчины (если она действительно логична и обоснованна) в конечном итоге приведут к конфликту. Для мужчины важно понимание и готовность поддержать его,  если можно так выразиться «дудеть с ним в одну дуду».  И быть терпеливой вовсе не значит терпеть побои от пьющего мужа или мириться с изменой, делая вид, что Вы ничего не знаете. В  этих ситуациях как раз и надо действовать, брать ситуацию под свой контроль и поступить, так как Вы считаете нужным.

Женское терпение в семейной жизни отождествляется с мудростью тогда, когда Вы понимаете мужа и поддерживаете его в периоды кризиса в бизнесе,  на работе.  Занимаетесь детьми сами и не устраиваете ему скандалов за то, что он допоздна задерживается в офисе, практически не помогая вам.

Терпение – колоссальный труд, и в первую очередь это труд над собой.

**Секреты семейного счастья. Секрет четвертый - Будьте хорошим слушателем.**

Умейте слушать своего мужчину. Открытый разговор часто помогает снять напряжение, развеять страхи и беспокойство. А это очень важно, особенно для семьи, где не должно быть недоговоренностей и тайн. Мужчина представитель сильного пола, и, тем не менее, даже тот муж который, казалось бы, соткан из железа и стали, нуждается в том, чтобы  его выслушали, дали совет,  и просто с восхищением и гордостью порадовались его успехам. А если советчиком станет любимая жена, то это лишь укрепит чувства.

Мужчины достигают больших высот не только благодаря своему уму и талантам, но и благодаря мудрым женам, которые обеспечивают надежный тыл в их семейной жизни. И тот мужчина, в которого верят, которого ценят и уважают, прежде всего, самые близкие люди, добьется в жизни многого,  ради тех, кто его любит и кого любит он.

**Секреты семейного счастья. Секрет пятый - Взаимоуважение.**

Уважение в семье, а именно взаимное уважение супругов это фундамент крепких прочных отношений.  Только в той семье, где каждая сторона уважает родителей  супруга, где не допускают грубого и оскорбительного обращения все будет благополучно.

Жена должна уважать мужа за то, что он мужчина, за его старания обеспечить семье достаток, уважать традиции его семьи, если они важны для него.

Муж должен уважать жену за то, что она женщина, рожает и воспитывает детей, ведет быт, уважать ее семью. У каждой половинки в семье своя особая роль, и обязанности каждой стороны должны заслуживать уважения и понимания.

**Секреты семейного счастья. Секрет шестой - Сопоставляйте желаемое с возможностями.**

Не требуйте от мужчины невозможного. Не стоит завышать планку жизненных требований, если он  не в состоянии до нее дотянуться. Поэтому когда Вам хочется норковую шубу в этом году, а муж просто не в состоянии Вам ее подарить, следует умерить пыл.  Можно заработать самой, если Вы работаете и зарабатываете достаточно денег, но в противном случае, подождите, или помогите мужу эти деньги заработать. Мужчина, загнанный в тупик падает духом, и даже сильный и уверенный в себе он раскиснет от непомерных требований супруги.

Учитесь рационально планировать [семейный бюджет](http://www.moscow.strana-krasoty.ru/semya/232-semejnyj-byudzhet.html) и свои желания соизмерять с возможностями. Всему свое время, ведь при наличии цели и определенных усилий все достигаемо.

**Секреты семейного счастья. Секрет седьмой - Озвучивайте просьбы.**

Говорите с мужчиной о проблемах и о том чего Вы от него хотите. Например, какой-то помощи по дому: пропылесосить, погулять с ребенком. Если муж не выносит мусор, то не потому, что он ленив. Просто логика мужчин и женщин кардинально различна. Если для женщины на выходе из квартиры на работу вынести мусор это нормально  и является одним из пунктов чистоты и порядка, то для мужчины это не значит ровным счетом ничего (но есть исключения, несомненно). Его голова занята предстоящей работой, встречами. Поэтому напоминайте, подсказывайте и избежите очень многих проблем и даже ссор, которые на бытовой почве и возникают.

**Секреты семейного счастья. Секрет восьмой - Решайте проблемы вовремя.**

А что касается конфликтных ситуаций, то однозначно их надо вовремя решать. Просто сесть и поговорить, обсудить, то, что важно, и что стало причиной проблемы в отношениях. Обида, недоговоренность, которая не имеет выхода, подтачивают душу, постепенно перерастая в неприязнь к близкому человеку. Выясняя отношения, держите себя в руках, никогда не позволяйте себе оскорбительного обращения, ведь Вы вскоре помиритесь, а жестокие и обидные слова, которые были сказаны, останутся на сердце навсегда. Найдите повод помириться, сделайте это первой, ну и что же. Не убудет. Зато на душе станет спокойно, и Вы поймете, вот они шаги к накоплению мудрости и жизненного  опыта.

**Секреты семейного счастья. Секрет девятый - Заботьтесь о здоровье мужчины.**

О своем [здоровье](http://www.ufa.strana-krasoty.ru/zdorove.html) мужчины пекутся редко. Женщина более щепетильна в таких вопросах, хотя бы, потому что для нее здоровье и красота это созвучные понятия. Поэтому быть красивой, значит быть здоровой. Мужчины же заняты глобальными жизненными вопросами: карьера, достаток в семье, растущие дети, успех. Им просто некогда заниматься собой. Контролируйте то, как он завтракает и чем питается на работе. Будьте внимательны к его самочувствию. Если видите, что есть повод обратиться к врачу, значит необходимо это сделать. И уж тут никаких поблажек.

**Секреты семейного счастья. Секрет десятый - Доверие.**

Доверяйте тому, кого любите. Даже если в последнее время муж задерживается на работе, а Вы все делаете одна по дому, занимаетесь детьми. Доверяйте, когда отпускаете супруга на корпоративную вечеринку или на рыбалку.

Доверие – качество, которое многого стоит, оно как важнейшая нить, связывающая любящих людей, даже когда они находятся на далеком расстоянии друг от друга.  Цените доверие супруга, и доверяйте сами. Никогда не проверяйте  чувства другого человека подставными ситуациями и ревностью.

**Секреты семейного счастья. Секрет одиннадцатый - Умение прощать.**

Оно бесценно. Если близкий человек совершил ошибку,  сумейте его понять. Не стоит обрубать все сгоряча, сжигая все мосты к дальнейшим отношениям. Всякое в жизни может случиться.  Когда случайность, а когда глупое стечение обстоятельств.

Умение простить дало шанс многим семьям прожить долгую и счастливую жизнь.

**Секреты семейного счастья. Секрет двенадцатый - Будьте прекрасны.**

Домашние пирожки и борщи это, конечно, замечательно. Но если подаете Вы их к столу в привычном халате с прилизанным хвостиком на голове, то 10:0 не в вашу пользу. Супруг, безусловно, любит Вас за душевную красоту, и привык видеть жену без макияжа и [прически](http://www.ufa.strana-krasoty.ru/pricheski.html). Но сами-то Вы себя любите? В халате, тапках? Значит не очень. А ведь женщина, которая любит и уважает себя, вызывает восхищение, и не только мужа, но и окружающих ее людей. Любите себя! Только без нарциссизма.

Всегда выделяйте время, для того чтобы сходить к парикмахеру, пользуйтесь качественной косметикой, ухаживайте за телом и кожей, следите за здоровьем.  Прекрасна та женщина, которая сумела подчеркнуть свою естественность, женственность и индивидуальность. И, конечно, не забывайте, что истинную красоту женской души отражают  ее глаза, где в глубине россыпью бриллиантов сияют умение любить бескорыстно и искренне, желание заботиться и ласкать, быть матерью, способность понять и простить.

Ну и непросто это строить семейные отношения, скажете Вы. Верно, не просто. Ведь построить надо не временное прибежище, а крепкий надежный очаг на долгую и счастливую жизнь.  Но когда с Вами любимый и любящий человек, все эти заповеди  будут просто возможностью быть рядом, любить и строить свое счастье по кирпичику с каждым прожитым днем.  Не бывает так, что поженились люди и все у  них само собой хорошо и гладко.

Сколько семей рушится из-за неспособности понять друг  друга, усмирить амбиции. И конечно, подобные качества приоритет женщины.  Природа наделила нас гибкостью, мягкостью, терпеливостью, в чем заключается большая женская сила. Мудрость же приходит  с нашими поступками, пережитыми радостями и трудностями, с кропотливой работой над собой и своими слабостями. Поэтому все написанное выше, я, прежде всего, адресую представительницам прекрасного пола.

Хотя полностью соглашусь с тем, что крепкая и дружная [семья](http://www.ufa.strana-krasoty.ru/semya.html) строится исключительно по принципу взаимности. Взаимности чувств и поступков обоих супругов. Но, как известно в семье женщина – шея, а мужчина голова. Так что,  вертим куда надо именно мы. Вот и делайте это с умом, тогда проживете в счастье и согласии до самой старости

**Игра «Магазин»**

Участники группы делятся на семейные пары. Все пары садятся рядом друг с другом в один ряд. Игра заключается в том, что участники

делают покупки в магазине. Для того чтобы что-то купить в магазине, надо сначала отгадать слово, задуманное ведущим. Ведущий берет

одну из карточек лото и загадывает изображенный на ней объект. Он подходит к первой паре в ряду и спрашивает: «Какой фрукт (овощ,

животное, мебель и т.д.)?» Каждая пара по очереди говорит по одному названию. Отгадавшая пара получает возможность купить что-то в

магазине. Изначально предполагается, что все голые, в одних трусах. Сначала участники обычно покупают одежду, потом квартиру, мебель,

машину.

Педагог: «Насколько муж и жена советовались при выборе покупок? Учитывали ли интересы партнера? Насколько совпадали интересы?»

**Упражнение «Поиграем в семью»**

Группа делится на «семьи». Подгруппы располагаются за столами в различных частях комнаты. Задача участников — определить состав «семьи», возраст ее членов семьи, семей­ные роли. Каждый обдумывает, чем он занимается, где рабо­тает, чем увлекается, какую носит одежду, что любит есть на завтрак и т. д. Члены «семьи» решают, как проходят их буд­ни и выходные, где и как они проводят отпуск, как распре­деляют семейные обязанности, какие у них отношения, ре­шают они семейные вопросы коллегиально или через главу семьи. Подгруппа придумывает отличительные черты своей «семьи», которые отражаются в фамилии. «Семья» создает свой герб, выбирает девиз, фамильную реликвию или ис­торию, которой она гордится, и какую-то семейную тайну, о которой не рассказывают окружающим. Все соображения заносятся на бумагу в виде записей и рисунков. Количество и содержание рисунков, общие они или свои у каждого чле­на «семьи» — подгруппа решает сама.

Если в группе, кроме консультанта, есть еще один взрос­лый, то они расходятся в разные «семьи». Желательно, что­бы они выбрали роли младших детей. В этом случае участни­ки будут проявлять больше самостоятельности и творческой активности.

После выполнения задания каждая подгруппа по очере­ди представляет свою «семью», а затем «семье» можно задать уточняющие вопросы.

Важно отметить, какой состав семей выбирают участни­ки: полные это семьи или неполные, есть ли в семье дети. Подростки обычно выбирают главой семьи отца. Он чаще всего имеет фирму и достаточно богат. В семье обычно есть бабушки и дедушки и редко встречаются дяди и тети. Отношения, как правило, не дифференцированы, все хорошо друг к другу относятся и не ссорятся. Часто подросткам сложно представить себе семейные проблемы. В этом случае им по­могает ведущий. От большинства предложений участники отказываются, а соглашаются, только если эти проблемы временные, легко решаемые. Например, сыну не удалось по­ступить в институт, и он будет поступать на следующий год. От таких проблем, как болезнь, алкоголизм, бедность, уча­стники отказываются.

После выполнения упражнения желательно сразу же про­вести следующее, так как семья сложилась и «пожила» ка­кое-то время.

**Упражнение «Скульптура семьи»**

Для выполнения упражнения необходима комната с мебе­лью или разнообразный реквизит, позволяющий оформить помещение как сцену, на которой разыгрываются различные события из жизни семьи.

Каждый участник по очереди превращается в скульптора. Он воссоздает свою семью в виде «живой скульптуры», вы­бирая на роли членов семьи других участников, которых он расставляет в комнате. В идеале скульптор выбирает кого-то и на свою собственную роль. Если членов семьи больше, чем участников группы, скульптор сам играет свою роль. Завер­шив скульптуру, ее создатель интерпретирует свою работу, объясняя, почему члены семьи расположены именно так. После этого ведущий предлагает скульптору перестроить свое произведение, придав ему такой вид, какой бы скульп­тор хотел видеть свою семью.

**Упражнение «Связанные одной цепью»**

В каждой семье ее члены связаны друг с другом, все всту­пают в какие-то взаимоотношения, как-то влияют друг на друга. Данное упражнение помогает представить отношения в семье. Для работы надо приготовить отрезок веревки дли­ной один метр для каждого участника, а также моток веревки и ножницы для каждой «семьи».

Участники обвязываются вокруг пояса короткой верев­кой. После этого «семьи» становятся в круги на расстоянии вытянутой руки друг от друга, и каждый привязывает к ве­ревке на поясе концы отрезанных от мотка длинных вере­вок так, чтобы быть связанным с каждым членом семьи. Не должно остаться ни одного свободного конца. (Для семьи из трех человек достаточно трех веревок, для четырех человек их понадобится шесть, для пяти - десять.)

Это не значит, что вы каждый день ходите на привязи, но вы ощущаете эти незримые семейные связи. Представьте себе какую-то повседневную ситуацию и начните действо­вать. Например, мама и папа хотят подойти друг к другу и обняться или сын хочет поиграть в свои игрушки.

Насколько вы чувствовали себя связанными с другими? Что «семье» удалось сделать, где при этом находился каж­дый? Где возникла напряженность? Что вы можете сделать для того, чтобы ее ослабить?

Эти веревки можно рассматривать как различные чувства: любовь, беспокойство, тревога, ответственность за других. Мы ослабляем веревки, признавая право каждого человека на личную жизнь.

1. **Раздел «Здоровый образ жизни»**

**Занятие 1**

**Тема:** Здоровье как ценность. Экология и здоровье.

**Цель:**Сформировать отношение к собственному здоровью, как очень важной составляющей личности.

**Необходимый материал:**

1. Музыка спокойная, под которую можно думать и писать.
2. Доска.
3. Листы А4 с изображением ромашки по количеству участников.
4. Фломастеры (6-12) – желательно каждому участнику.
5. Ножницы – желательно каждому участнику.

**Ход занятия:**

1. **Приветствие. Вводные слова.**
2. **Разминка.**

Упражнение «Делимся по признаку».

1. **Основная часть занятия.**

Упражнение «Ромашка» (обсуждение ценностей, здоровье как ценность).

Упражнение «Клиника по пересадке органов».

Упражнение «Конфликт ценностей».

1. **Рефлексия всего занятия.**

Что запомнилось на занятии? Что нового вы узнали? Что было для вас наиболее интересным, а что вы уже знали и раньше?

1. **Итоговый вывод.**
2. **Традиционное прощание.**

**Занятия 2**

**Тема:** Мужчина и женщина.

**Цель:** Познакомить с правилами безопасного сексуального поведения, показать связь с сохранением репродуктивного здоровья. Научить осознавать свои потребности и ожидания по отношению к своему партнеру. Сформировать навыки общения с противоположным полом.

**Необходимый материал:**

1. Доска или ватман с маркером в центре круга.
2. Листы А4 по количеству участников, ручки на каждого.
3. Мячик для большого тенниса, апельсин и любые предметы (см. разминку «Апельсин»).
4. Фотографии актеров или известных людей (например, из журналов) (см. упр. «Звезда Голливуда»).
5. Повязка на глаза (для половины группы).
6. Таблица для упражнения «Помоги принять решение».
7. Плакат «Правила безопасного сексуального поведения».

**Ход занятия:**

1. **Приветствие. Вводные слова.**
2. **Разминка.**

Упражнение «Апельсин».

1. **Блок «Вспомним все».**

Что было на прошлом занятии?

1. **Основная часть занятия.**

Упражнение «Что нам нравится?».

Упражнение «Звезда Голливуда».

Упражнение «Знакомство».

Упражнение «Идеальное свидание».

Упражнение «Слепой и поводырь».

Упражнение «Помоги принять решение» (заранее подготовить таблицу).

Правила безопасного сексуального поведения (заранее сделать плакат).

1. **Рефлексия всего занятия.**

Что запомнилось на занятии? Что нового вы узнали? Что было для вас наиболее интересным, а что вы уже знали и раньше?

1. **Итоговый вывод.**
2. **Традиционное прощание.**

**Занятие 3**

**Тема:** Причины и последствия вредных привычек (курение).

**Цель:** Познакомить с причинами и последствиями курения, выработать критическое отношение к курению, привить навык отказа от сигарет.

**Необходимый материал:**

1. Колпачок от фломастера (или любой маленький предмет, который можно спрятать) для упражнения «Незаметный предмет».
2. Приложение (распечатать, если нужно ведущему).
3. Ручки для каждого.
4. Листы ватмана.
5. Банка с окурками в воде (см. упр. «Банка с окурками»).
6. Карточки: 11000 рублей, 33000 рублей, 55000 рублей, 110000 рублей – для упражнения «Купи мечту».

**Ход занятия:**

1. **Приветствие. Вводные слова.**
2. **Блок «Вспомним все».**

Что было на прошлом занятии?

1. **Основная часть занятия.**

Введение в тему.

Упражнение «Незаметный предмет».

Дискуссия «Почему люди курят?».

Упражнение «ЗА и ПРОТИВ».

Показательное упражнение «Банка с окурками».

Упражнение «Купи мечту».

Дискуссия «Как бросить курить и не начать заново».

1. **Рефлексия всего занятия.**

Что запомнилось на занятии? Что нового вы узнали? Что было для вас наиболее интересным, а что вы уже знали и раньше?

1. **Итоговый вывод.**
2. **Традиционное прощание.**

**Занятие 4**

**Тема:** Причины и последствия вредных привычек (алкоголь).

**Цель:** дать представление о причинах и последствиях алкоголизма; сформировать у подростков представление о культуре употребления спиртных напитков; сформировать навыки, помогающие удержаться от алкоголя.

**Необходимый материал:**

1. Мячик или предмет, его заменяющий (мягкая игрушка).
2. Карточки для ролевой игры.
3. Булавки (лучше «английские») – 4 шт.

**Ход занятия:**

1. **Приветствие. Вводные слова.**
2. **Разминка.**

Упражнение «Ассоциации по алфавиту».

1. **Блок «Вспомним все».**

Что было на прошлом занятии?

1. **Основная часть занятия.**

Введение в тему.

Упражнение «Зоопарк».

Упражнение-беседа «Алкоголь в нашей жизни».

Упражнение «Последствия употребления алкоголя».

Упражнение «Разговор в ресторане».

1. **Рефлексия всего занятия.**

Что запомнилось на занятии? Что нового вы узнали? Что было для вас наиболее интересным, а что вы уже знали и раньше?

1. **Итоговый вывод.**
2. **Традиционное прощание.**

**Занятие 5**

**Тема:** Причины и последствия вредных привычек (наркотики).

**Цель:** Дать представление о причинах и последствиях наркозависимости, сформировать у подростков негативное отношение к наркотикам, сформировать навык отказа от приема наркотиков, даже легких.

**Необходимый материал:**

1. Палочки – 80 шт. (см. упр. «Игра»).
2. Плакат и стикеры для упражнения «Дерево проблем».
3. Плакат «Правила сопротивления уговорам».
4. Карточки для упражнения «Ночной клуб».
5. Приложения (распечатать, как указано в упражнениях).
6. Шприц без иглы.

**Ход занятия:**

1. **Приветствие. Вводные слова.**
2. **Разминка.**

Упражнение «Гимнастика».

1. **Блок «Вспомним все».**

Что было на прошлом занятии?

1. **Основная часть занятия.**

Введение в тему.

Упражнение «Дерево проблем».

Упражнение «Игра».

Упражнение «Аргументы отказа от пробы наркотиков».

Правила сопротивления уговорам.

Упражнение-провокация «Подстава».

1. **Рефлексия всего занятия.**

Что запомнилось на занятии? Что нового вы узнали? Что было для вас наиболее интересным, а что вы уже знали и раньше?

1. **Итоговый вывод.**
2. **Традиционное прощание.**

**Занятие 6**

**Тема:** ВИЧ/СПИД: мы знаем, как себя защитить.

**Цель:** сообщить достоверную информацию о ВИЧ/СПИДе, путях передачи и способах профилактики; сформировать толерантное отношение к больным ВИЧ-инфекцией; научить подростков избегать ситуаций с высокой степенью риска.

**Необходимый материал:**

1. Стаканчики с водой каждому участнику, крахмал и йод.
2. Приложения (распечатать, как указано в приложениях).
3. Карточки с ситуациями для упражнения «Оценка степени риска».

**Ход занятия:**

1. **Приветствие. Вводные слова.**
2. **Блок «Вспомним все».**

Что было на прошлом занятии?

1. **Разминка.**

Игра «Живая диаграмма».

1. **Основная часть занятия.**

Упражнение «Игра с водой».

Теория ВИЧ (мини-лекция).

Упражнение «Разница между ВИЧ и СПИДом».

Как передается ВИЧ (мини-лекция).

Упражнение «Жидкости организма человека».

Упражнение «5 секунд».

Упражнение «Оценка степени риска».

Что такое тест на ВИЧ (мини-лекция).

Упражнение «Письмо из больницы».

1. **Рефлексия всего занятия.**

Что запомнилось на занятии? Что нового вы узнали? Что было для вас наиболее интересным, а что вы уже знали и раньше?

1. **Итоговый вывод.**
2. **Традиционное прощание.**

**Занятие 7**

**Тема:** Заключительное занятие, подводим итоги.

**Цель:** обобщить всю полученную информацию; подвести итоги работы по курсу ЗОЖ; получить обратную связь.

**Необходимый материал:**

1. Клубок толстых ниток.
2. Свеча в стакане с металлической крышкой (фитиль должен быть ниже краев стакана).
3. Ручки (каждому участнику).
4. «Визитки» ведущему по количеству участников группы.

**Ход занятия:**

1. **Приветствие. Вводные слова.**
2. **Разминка.**

Упражнение «Те, кто».

Любимые упражнения (1-2 шт.).

1. **Основная часть занятия.**

Упражнение «Клубочек».

Упражнения «Черный и золотой стул».

Упражнение «Сбор чемоданов в дорогу».

1. **Рефлексия всего курса и последнего занятия.**

Упражнение «Свеча».

1. **Итоговый вывод.**
2. **Традиционное прощание.**

**4. Раздел «Человек и общество»**

**Занятие 1. Введение. Знакомство с разделами программы «Я и общество»**

**Цель:** познакомить с разделами программы.

**Задачи:**

1**.** Подробно рассказать о каждом разделе программы.

2. Дать определения понятию «общество».

**Виды работ:** обзорная информация.

**Ход занятия.**

1. Педагог рассказывает подробно о том, что ребята будут изучать в рамках программы «Я и общество» (согласно календарно-тематическому планированию): темы, кол-во часов.
2. Педагог в рамках данной программы дает следующую обзорную информацию:

**Общество** — социальная организация страны, обеспечивающая совместную жизнедеятельность людей. Это обособившаяся от природы часть материального мира, представляющая собой исторически развивающуюся форму связей и отношений людей в процессе их жизнедеятельности.

**Жизнедеятельность общества:**

Жизнедеятельность общества осуществляется в четырех основных сферах:экономической, социальной, политической и духовной.

**Экономическая** сфера есть единство производства, специализации и кооперации, потребления, обмена и распределения. Она обеспечивает производство товаров, необходимых для удовлетворения материальных потребностей индивидов.

**Социальную** сферу представляют этнические общности людей (род, племя, народность, нация и т. д.), различные классы (рабы, рабовладельцы, крестьяне, пролетариат, буржуазия) и другие социальные группы, которые обладают различным материальным положением и отношением к существующим общественным порядкам.

**Политическая** сфера охватывает властные структуры (государство, политические партии, политические движения), управляющие людьми.

**Духовная** (культурная) сфера включает философские, религиозные, художественные, правовые, политические и другие воззрения людей, а также их настроения, эмоции, представления об окружающем мире, традиции, обычаи и т. п.

1. **Домашнее задание:** выучить определения термина «общество».
2. **Итог занятия:** ребята отвечают на вопрос «Какая из сфер общества для человека важнее?», «Почему?».

**Занятие 2. Ролевая игра «Слабое звено».**

**Цель:** выявить знания правил поведения в социуме.

**Задачи:**

1.Провести ролевую игру.

2. Выявить знания норм и правил поведения в общественных местах с друзьями, в гостях т.д.

**Оборудование:** заготовленные вопросы, призы.

**Виды работ:** игра.

**Ход занятия:**

1. Вступительное слово педагога.
2. Игра «Слабое звено».

**Инструкция:** для проведения игры участники делятся на две команды. Каждая команда имеет капитана, который в случае неправильного ответа игроком может за него дать свой вариант ответа, и, если ответ правильный, он засчитывается команде. Ведущий игры (педагог) имеет право предложить не только дать правильный ответ, но и показать, как, например, надо подавать ножик или подавать пальто даме, как здороваться за руку и т.д.

Команды садятся за стол друг против друга. Ведущий по очереди каждому члену команды задает по одному вопросу. За каждый правильный ответ ответивший получает карамельку. Если ни член команды, ни её капитан не смогли правильно ответить на вопрос ведущего, на этот вопрос имеет право ответить любой член команды противников (кто первый поднял руку) или капитан команды противников. Очередность ответа команд определяется по жребию.

В конце игры участники и ведущий определяют - подсчитывают по числу заработанных карамелек - личное и командное первенство. Команда - победительница получает дополнительный приз (например, бутылку «Фанты»). Игроки, занявшие 1 и 2 места, – дополнительно шоколадки (фрукты, мороженое, игрушки и пр.)

Вопросы для проведения игры выбираются в зависимости от возраста участников. Они могут дополняться другими вопросами или новыми разделами (поведение в театре и кино, на дискотеке, правила для пешеходов и т.д.) Игра может проводиться как в масштабах одного класса, так и между классами. На брейн-ринг можно вызвать воспитанников другого интерната или школы. Можно приглашать в качестве болельщиков учащихся младших классов, и в таком случае ведущий должен предусмотреть вопросы и награды и для них.

Перед игрой участники должны заранее прослушать один - два раза вопросы и ответы, которые будут задаваться на ринге.

**Вопросы для игры.**

|  |  |
| --- | --- |
| **1 тур *Поведение на улице*** | |
| **Вопрос** | **Ответ** |
| 1. Выходя из дому, что следует сделать? | Осмотреть свой костюм от прически до обуви - всё ли в порядке и проверить, взяты ли все необходимые вещи: проездной, деньги, документы |
| 2. Какое главное правило поведения на улице? | Не доставлять неудобств и неприятностей окружающим: не толкаться, не идти против движения, не курить, не ходить большой компанией, не бросать мусор |
| 3.Какое главное правило личной безопасности на улице? | Соблюдать правила дорожного движения и не привлекать к себе внимание окружающих |
| 4. Прилично ли в общественных местах говорить громко? | Нет, нехорошо привлекать к себе внимание |
| 5. Вы чувствуете, что чихнете. Ваши действия? | Прикрыть рот и нос платком (ладонью). Чихнув, извинения не просить |
| 6. Если вы встретились с друзьями на оживленной улице и хотите поговорить. Что надо сделать? | Отойти в сторонку |
| 7. Вы назначили встречу. Как на неё прийти - раньше или чуть позже назначенного времени? | Надо приходить точно в назначенное время «Точность - вежливость королей» |
| 8. Если вам на улице потребовалось обратиться к прохожему с вопросом. Что вы будете делать? | Извиниться, чётко сформулировать вопрос и поблагодарить |
| 9. Если к вам на улице обратились с вопросом. Ваши действия? | Отвечать вежливо, коротко и ясно. Если не знаете ответа – извинитесь |
| 10. Если у вас тяжелые вещи, как вы их будете нести? | Так, чтобы не мешать идущим навстречу, т.е. держать их в правой руке и идти от всех справа, даже от женщины |
| 11. Идя по улице, куда вы денете обертки от конфет или другой мусор? | В урну или в карман |
| 12. Прилично ли на улице курить? | Нет |
| 13. Прилично ли идя по улице, что-то есть? | Нет. Надо отойти в сторонку или присесть в открытом кафе. Недопустимо входить в транспорт с мороженым |
| 14.Чтобы разойтись с идущим вам навстречу человеком, куда вы свернете - влево или вправо? | Вправо должен свернуть каждый из идущих навстречу друг другу |
| **2 тур *Знакомство*** | |
| 1. При знакомстве кто представляется раньше (младший или старший по возрасту)? | Младший по возрасту |
| 2. Кто первым протягивает руку при знакомстве и приветствии: мужчина или женщина, младший или старший? | Женщина и старший по возрасту |
| 3.Прилично ли обращаться к малознакомому человеку на «ты»? | Надо говорить «Вы» |
| 4. Какими словами люди всего мира приветствуют друг друга? | Здравствуйте, добрый день, привет и т.д. |
| 5. Какими жестами сопровождается приветствие? | Рукопожатие, кивок, поклон, поднятие руки |
| 6. В чем заключается смысл древнего обычая подавать для приветствия правую руку? | Чтобы показать, что в руке нет оружия |
| 7. Каким должно быть рукопожатие? | Коротким, уверенным, и не слишком крепким |
| 8. Какие главные правила этикета при ведении разговора? | Уметь не только говорить, но и слушать собеседника. Не разговаривать громко, не перебивать и подчеркивать свое уважение к собеседнику |
| 9. Встретились два человека: старший и младший. Кто первый должен поздороваться? | Младший здоровается первым, а руку подает старший (или женщина) |
| 10. Если в школе встретили незнакомых взрослых людей, должны ли вы с ними здороваться? | Да, это признак хорошего тона (воспитания) |
| **3 тур *Телефонные разговоры*** | |
| 1. В какое время прилично звонить по телефону? | С 9 утра до 22 часов вечера |
| 2. С чего следует начинать разговор по телефону? | Поздороваться, назвать себя, и, если не застали нужного человека, попросить передать ему сообщение |
| 3. Если во время разговора телефон случайно отключился, кто перезванивает? | Тот, кто звонил |
| 4. Если на 5-6 сигнал телефон не отвечает, что надо делать? | Положить трубку. Учитывая возможность неверных соединений - перезвонить |
| 5. Каких трех чудодейственных слов часто не хватает в нашей речи, в том числе и по телефону? | Извините, пожалуйста, спасибо |
| 6. Находясь в гостях вам необходимо позвонить. Ваши действия? | Спросить разрешения у хозяина |
| 7. Каким должен быть разговор по телефону? | Кратким, спокойным и вежливым |
| **4 тур *Общественный транспорт*** | |
| 1. Правила посадки в общественный транспорт | Посадка производится после остановки транспорта и выхода пассажиров |
| 2. Кто оплачивает за проезд- мужчина или женщина? | Как правило, платит каждый сам за себя. Мужчина может оплатить за проезд с согласия женщины |
| 3. Можно ли стоять у дверей на протяжении нескольких остановок? | Войдя, надо пройти внутрь салона, а перед нужной остановкой пройти к выходу |
| 4. Какое значение имеют символы, нарисованные на окнах пассажирского транспорта? | Это места для пассажиров с детьми и инвалидов. Их лучше не занимать и при необходимости уступить место пожилым, инвалидам и пассажирам с детьми |
| 5.Как надо себя вести, если вам уступили место? | Поблагодарить, даже если вы от него отказались |
| 6. Чего не следует делать в транспорте? | Толкаться, громко разговаривать, петь, причесываться, бегать, заходить в грязной одежде или с мороженым, курить, нецензурно выражаться |
| 7. Что вы будете делать, войдя в купе поезда или в каюту судна, где уже разместились ваши попутчики? | Поздороваться, найти свое место, указанное в билете и сообщить остальным, что это место ваше |
| 8. Если вам необходимо поставить вещи, а полка или ящик заняты - что делать? | Вежливо предложить хозяевам вещей переложить их |
| 9. Если ваш багаж не входит в отведенное для него место? | Попросить разрешения у соседей занять еще часть другой полки и поблагодарить |
| 10. Как вы поступите, если вы голодны и у вас есть чем перекусить в дороге? | Без стеснения, соблюдая аккуратность. После еды привести стол в порядок |
| 11. Если ваши соседи по купе едят, а вам надо постелить постель, что вы сделаете? | Подождать, пока они поедят |
| 12. Если вам надо переодеться, что вы сделаете? | Вежливо попросить соседей ненадолго выйти |
| **5 тур *В гости (приглашаем гостей)*** | |
| 1. Как лучше приходить в гости: раньше или позже назначенного времени? | Лучше немного раньше |
| 2. Сколько времени хозяева ждут опоздавших? | 15 минут, и, если у них все готово - приглашают к столу |
| 3. Кто открывает дверь гостям? | Как правило, хозяин |
| 4. Что должен делать хозяин, принимающий гостей? | Помочь снять верхнюю одежду, познакомить гостей друг с другом, определить каждому место за столом, вести беседу |
| 5. Кто приглашает гостей к столу? | Хозяева |
| 6. Кто садится первыми за стол? | Дамы. Мужчины должны отодвинуть им стулья |
| 7. Как следует сидеть за столом? | Прямо, слегка опираясь на спинку стула |
| 8. Допустимо ли класть локти на стол? | Нет |
| 9. Как пользоваться салфетками, если в сервировке стола были использованы бумажные и полотняные? | Полотняную салфетку положить на колени, а бумажными вытирать рот и руки |
| 10. Куда деть полотняную салфетку после еды? | Положить на стол |
| 11. Что делать, если нож или вилка упали на пол? | Попросить у хозяев другой прибор |
| 12. Как держать нож и вилку во время еды? | Правой рукой держать нож, левой рукой - вилку |
| 13. Как передать нож или вилку? | Передавая ручкой и держа прибор за середину |
| 14. Как положить нож и вилку после еды? | Положить на тарелку параллельно друг другу ручками к себе или вправо |
| 15. Как взять прибор или кушанье с другого конца стола? | Попросить соседа, чтобы передали необходимое |
| 16. Как положить приборы на тарелке, если еда временно прерывается? | На бортик тарелки, ручками на стол, как держали |
| 17. Если вы взяли в рот кушанье, которое вам не понравилось, что делать? | Проглотить, но доедать все не обязательно |
| 18. Что делать, если вы обожгли рот очень горячим блюдом или напитком? | Быстро запить водой, налив в свой бокал (стакан) |
| 19. Сколько следует класть в свою тарелку того или иного блюда? | Лучше - понемножку (если понравится - можно и добавить) |
| 20. Прилично ли хозяевам заканчивать свое блюдо первым, особенно если это - последнее блюдо? | Надо подождать, пока все гости закончат еду |
| 21. Прилично ли хозяйке все время находиться на кухне, когда у нее гости? | Нет. Надо заранее предусмотреть все или договориться с кем-то о помощи |
| 22. Что говорят гости хозяевам, расставаясь? | Благодарят за вкусное угощение, приятно проведенное время, приглашают к себе |
| 23. Что делают хозяева сразу после ухода гостей? | Моют посуду, проветривают помещения, замачивают холодной водой грязные скатерти |
| 24. Если вас пригласили в гости, о чем следует заранее позаботиться? | О своем внешнем виде, подарке, вспомнить интересный анекдот или случай, взять фотоаппарат |
| 25. Если вы пригласили к себе гостей, о чем следует позаботиться заранее | Навести порядок в доме, приготовить угощение и продумать развлекательную программу для гостей |
| 26. Что говорят хозяева гостям, расставаясь? | Спасибо, что пришли. Очень рады встрече |
| 27. Надо ли здороваться со всеми гостями, если вы намного опоздали в гости? | В таком случае здороваются только с хозяевами и просят прощение за опоздание |
| 28. Почему нельзя разговаривать с набитым ртом? | Можно подавиться или обрызгать соседей |
| 29.Куда девать косточки из компота? | Выплюнуть на чайную ложечку, поднеся её ко рту, и положить на блюдце |
| 30. Почему нельзя есть с ножа? | Можно поранить рот (плохой тон) |
| 31. Какие места за столом являются почетными для гостей? | Справа или слева от хозяев |
| 32. С кого начинают подавать блюда на стол? | С дамы, сидящей справа от хозяев |
| 33. Если блюдо вам не нравится или вредно, можно ли отказаться его брать? | Отказаться, не объясняя причин «Спасибо, мне не надо» |
| 34. Если справа и слева от тарелки несколько приборов, которые брать? | Для каждого блюда могут быть предусмотрены вилка и нож. Надо брать прибор, лежащий ближе к тарелке |
| 35. Какой кусок брать с общего блюда? | Кусок, который лежит ближе к вам |
| 36. Если в солонке нет ложечки - как вы возьмете из нее соль? | На кончик своего ножа. Он должен быть сухим и чистым |
| 37. Вас попросили передать кусочек хлеба - как вы это сделаете? | Лучше передать все блюдо с хлебом |
| 38. Если вам надо уйти из гостей пораньше, как вы это сделаете? | Постараться уйти незаметно, извинившись и попрощавшись только с хозяевами |
| 39. Когда должны уходить гости? | Неприлично уходить сразу после выхода из-за стола. Засиживаться до глубокой ночи - тоже, особенно если в доме маленькие дети |
| 40. Как должны вести себя хозяева, принимая гостей? | Создать атмосферу дружелюбия и хорошее настроение, каждому уделять внимание, не говорить о болезнях и др. неприятных вещах, не смотреть телевизор и не говорить по телефону |
| 41. Какие действия считаются неприличными за столом? | Чавканье, причмокивание, нельзя дуть на горячую пищу, откусывать большие куски, говорить с набитым ртом, шуметь и нецензурно выражаться |
| **6 тур *В театре и кино*** | |
| 1. За сколько минут до начала спектакля или сеанса следует приходить? | За 10-15 минут, чтобы раздеться и спокойно найти свои места в зале |
| 2. Главные правила поведения в театре | Не сорить, не портить имущество, не шуметь и не мешать другим зрителям |
| 3. Как вам пройти к своему месту, если вы пришли позже других? | Проходить вдоль кресел к своему месту нужно лицом к зрителям, шепотом извиняясь за беспокойство |
| 4. Прилично ли в конце действия кричать артистам «Браво!», «БИС», кидать в них цветы | Да. Но кидать что-либо на сцену не надо, цветы лучше вручить самому |
| 5. Что такое «БИС»? | Это просьба повторить понравившийся номер |
| 6. Прилично ли в антракте сразу вскакивать со своего места и мчаться в буфет или туалет, наступая на ноги сидящих в ряду зрителей? | Лучше несколько минут поблагодарить артистов аплодисментами и подождать, пока из ряда выйдут люди, сидящие ближе к проходу |
| 7. Что нужно сделать до начала сеанса или спектакля? | Отключить свой мобильный телефон |
| **7 тур *Искусство благодарить и делать подарки*** | |
| 1. В каких случаях и кому принято делать подарки? | В день рождения, на общенародные праздники, свадьбы, новоселье и.т.д. Родственникам, друзьям или хорошим знакомым. Своим подарком вы подчеркиваете свою любовь и внимание к дорогим вам людям |
| 2. Что лучше преподнести в качестве подарка? | Надо заранее изучить вкусы и интересы того, кому вы хотите сделать подарок. Если нет средств на дорогой подарок, то даже самодельная открытка с теплыми пожеланиями, шоколадка, игрушка, живой цветок порадуют друга |
| 3. Можно ли дарить животных в качестве подарка? | Только если заранее оговорить эту затею с именинником и со старшими в семье |
| 4. Как принимать подарки от гостей? | Воспитанный человек развернет подарок в присутствии дарителя, похвалит и поблагодарит с улыбкой. Невежливо отложить подарок в сторону, даже не развернув его. Бурно выражать благодарность за дорогой подарок в присутствии гостей, явившихся с более скромными подарками, невежливо |
| 5. Можно ли передаривать не нужный или непонравившийся вам подарок? | Передаривать подарки - плохой тон. |

1. **Итог игры:** обсуждение игры, работа над ошибками.

**Занятие 3. Практическое занятие «Умеешь ли ты общаться?»**

**Цель:** Научить основным правилам поведения в обществе.

**Задачи:**

1. Выявить уровень знаний основных правил при общении с окружающими.
2. Научить правилам общения через сюжетно-ролевую игру.

**Оборудование:** листы для записи; карточки с названием ролей; книга об этикете, карточки с заданиями-ситуациями.

**Виды работ:** тест – игра «С тобой приятно общаться», сюжетно-ролевая игра «День рождение», обсуждение.

**Ход занятия:**

1. **Вступительное слово педагога.**
2. **Тест – игра «С тобой приятно общаться».**

**Педагог:** Умеем ли мы общаться, лучше всего знают те, с кем мы общаемся. Вам приходится постоянно общаться со своими сверстниками. Давайте проверим, какие вы в общении.

*Для этого детям раздаются небольшие листочки для записи (количество листочков равно числу человек в группе), на которых они пишут соответствующие баллы для каждого ребенка . Расшифровка баллов написана на доске:*

+2- с тобой очень приятно общаться;

+1- ты не самый общительный человек;

0-не знаю, я мало с тобой общаюсь;

-1 - с тобой иногда неприятно общаться;

-2 - с тобой очень тяжело общаться.

Каждый листочек складывается, и на обороте пишется имя того, кому предназначена записка. Все записки собираются в коробку, и педагог раздает их «адресатам», предупреждая, что подсчет баллов нужно сделать каждому самостоятельно после занятия.

**Педагог:** Если результаты вам не нравятся, то не огорчайтесь, а лучше вспомните, что все зависит от вас самих. Если мы не знаем, как общаться с другими, то мы несчастны. Научиться общению можно, но для этого необходимо желание. Нужно постигать искусство общения и работать над собой. Будем вместе учиться общению.

А сейчас выполните такое задание. Напишите на одном листочке : «Я хочу, чтобы со мной обращались ласково и нежно», на другом листочке напишите: «Я хочу, чтобы со мной обращались строго и требовательно». Сдайте мне тот листочек, на котором написан приемлемый для вас вариант общения.

В заключение педагог сообщает, какое общение выбрали большинство участников.

**3. Сюжетно-ролевая игра «День рождение».**

**Инструкция:** Раздаются карточки с названием ролей (именинник, помощник именинника, всезнайка, недовольный, забияка). Дети выбирают роли и оговаривают характеристики своих персонажей.

Выбираются три-четыре человека - эксперты, которые будут оценивать поведение героев. Как правило, во время игры стоит шум и неразбериха (этого и нужно добиться выразительным исполнением), поэтому по сигналу ведущего (колокольчик) нужно остановиться.

**Педагог:** Предлагаю обсудить, игру отвечая, на следующие вопросы:

Получился ли праздник?

Кто главная персона на празднике?

Нужно ли постоянно уделять внимание имениннику?

Может ли внимание к имениннику привести к зазнайству? (Нет, так как день рождения бывает один раз в году.)

Что нужно сделать, чтобы всем было хорошо?

**Педагог:** Подумайте, что было бы, если бы правила этикета не выполнялись (в магазине, школе, больнице и т. д.)?

Педагог показывает книгу об этикете, кратко раскрывает основные правила этикета.

1. **Итог занятия:** каждый из участников рассказывает о том чему он научился на сегодняшнем занятии.

**Занятие 4. Азы экономики.**

**Цель:** познакомить с основами экономики.

**Задачи:**

1. Дать определения экономическим терминам.
2. В игровой форме познакомить с профессией бизнесмен.
3. Учить принимать правильные решения.

**Оборудование:** карточки с названиями предметов и ценой; три плаката; столик для команд, стулья по кол-ву участников, письменные принадлежности, магнитофон, микрофон.

**Виды работ:** мини-лекция, игра «Бизнес клуб».

**Ход занятия:**

1. **Вступительное слово педагога.**
2. **Мини-лекция «Основы экономики для школьников».**

**Педагог:** А что же такое «экономика»?

Ребята дают предполагаемые ответы.

**Педагог:** сейчас я расскажу вам немного о том что такое «экономика».

**Эконо́мика**— хозяйственная деятельность общества, а также совокупность отношений, складывающихся в системе производства, распределения, обмена и потребления.

Впервые в научном труде слово «экономика» появляется в IV в. до н. э. у Ксенофонта, который называет её «естественной наукой». Аристотель противопоставлял экономику хрематистике — отрасли деятельности человека, связанной с извлечением выгоды. В современной философии экономика рассматривается как система общественных отношений, рассмотренных с позиции понятия стоимости. Главная функция экономики состоит в том, чтобы постоянно создавать такие блага, которые необходимы для жизнедеятельности людей и без которых общество не сможет развиваться. Экономика помогает удовлетворить потребности человека в мире ограниченных ресурсов.

Экономика общества представляет собой сложный и всеохватывающий организм, который обеспечивает жизнедеятельность каждого человека и общества в целом. 1 **Уровни экономики:**

В экономической науке принято деление экономической деятельности на микро-, макроэкономический уровни производства и мировую экономику (интерэкономику).

Микроэкономика выступает как обособленное производство или предприятие.

Макроэкономика предстаёт как национальная экономика или экономика государства.

Интерэкономика характеризует закономерность возникновения и развития мирового хозяйства.

**Формы экономики:**

Выделяют четыре основные формы экономики:

рыночную,

административно-командную,

традиционную,

смешанную.

**История экономики:**

В первобытном обществе уровень экономического развития был низким, обеспечивающим потребление на грани физического выживания. Сначала первобытные люди добывали средства к существованию охотой и собирательством, но в результате неолитической революции возникли земледелие и животноводство. Развитие общества привело к разделению труда и социальному неравенству, появились социальные классы и государство. Возникло рабовладение.

Постепенно развивался товарообмен, который сначала осуществлялся в форме натурального обмена, но с появлением денег превратился в торговлю. Тем не менее, в обществах Древнего мира и Средневековья преобладающим было натуральное хозяйство.

С конца XV века началась Эпоха великих географических открытий, которая привела к тому, что сложилась мировая экономика и началась эпоха первоначального накопления.

С последней четверти XVIII века началась промышленная революция, которая привела к тому, что в наиболее развитых странах большинство населения к концу XIX века было занято уже не в сельском хозяйстве, а в промышленности. Преобладающей экономической системой стал капитализм, происходил процесс превращения традиционного общества в современное, аграрного общества в индустриальное общество.

В XX веке в ряде стран была создана административно-командная социалистическая экономика. В остальных странах происходило развитие капитализма. Во второй половине XX века началась научно-техническая революция, в результате которой индустриальное общество в наиболее развитых странах стало превращаться в постиндустриальное.

**Педагог:** Сейчас вы имеете представление об экономике. Теперь давайте попробуем себя в роли бизнесмена.

1. **Игра «Бизнес-клуб».**

**Оформление:** один плакат с заповедями бизнесмена:

* *Чтобы что – то получить нужно что – то дать*
* *Все зависит только от меня самого*
* *Удача сопутствует образованным*
* *Не жалей усилий для налаживания контактов и связей*
* *Умей схватить ценные идеи*
* *Хочешь преуспеть — рискуй*
* *Держи слово*
* *Будь весел*

Второй плакат с советами будущему коммерсанту:

* *Работай равномерно*
* *Засыпая, думай о том, что будет завтра*
* *Береги здоровье*
* *Не терзайся из-за неудач, будь весел*
* *Завтра все будет иначе ... и ты проснешься боссом*

Третий плакат с названиями предприятий:

* *Частное предприятие «Иванов и К»*
* *АО закрытого типа «Ломстроймаш»*
* *Смешанное товарищество «Иркутск - интур»*
* *Потребительское общество «Рога и копыта»*
* *Детективное агентство «Три богатыря»*
* *Кредитно-финансовое учреждение «Время — деньги»*
* *Малое многопрофильное предприятие «Колумб»*

В игре участвуют 2-3 команды по 5 человек.

**Педагог:** Ребята! Я рада вас приветствовать на экономической игре «Бизнес-клуб»! И сегодня мы будем учиться делать бизнес. Чем только не одаривает бизнес тех, кто взялся за него с единственной целью — заработать. А вы знаете, что означает слово «бизнес»? (Бизнес — хозяйственная деятельность, дело, приносящее доход или дающая другую выгоду.)

Бизнесмен как бы включается в азартную игру с огромным количеством хитроумнейших комбинаций, неожиданных ходов, тонких расчетов. Он входит в зону риска и приключений, где смелость нужна не меньше, чем доскональное знание конъюнктуры рынка.

Поиграем в бизнесменов. За нашей игрой будет наблюдать комиссия. Представьте, что вы стоите на пороге создания своего предприятия. Что прежде всего надо сделать? *(Подобрать кадры.)*

1. Представление команд.

Используются материалы домашней заготовки. Желательно, чтобы использовались характеристики на участников команд. *Пример:* Иванов Сергей — скорпион. Натура яркая, с богатым воображением. От первоначального капитала в виде наследства не отказался бы, но считает, что реальнее всего достичь своими усилиями. Увлекается футболом, мечтает стать директором крупного предприятия.

**Педагог:** Одна из заповедей бизнесмена гласит: «Удача сопутствует образованным». Было время, когда можно было стать Генри Фордом, окончив начальную школу. Но сегодня настоящий коммерсант — это высокообразованный специалист.

2. Конкурс «Знание экономических терминов»

Каждая команда должна объяснить значение трех терминов.

* Что такое инвестиция? (Имущественные и интеллектуальные ценности, вкладываемые в объекты предпринимательской и другой деятельности.)
* Что означает словосочетание «фондовая биржа»? (Организационный рынок по купле-продаже ценных бумаг.)
* Как вы понимаете профессию брокера-посредника? (Человек, содействующий совершению сделок между продавцом и покупателем.)
* Что такое вексель? (Ценная бумага, содержащая безусловное денежное обязательство об уплате определенной суммы в определенный срок.)
* Что такое «маркетинг»? (Комплексная система мероприятий по управлению производственно-сбытовой деятельностью, основанная на изучении рынка с целью максимального удовлетворения потребностей покупателей.)
* Консорциум. Как вы это себе представляете? (Соглашение нескольких банков или крупных предприятий о совместном осуществлении определенных операций.)
* Аукцион. Что это? (Продажа с публичного торга, способ продажи товаров на основе конкурса покупателей.)
* Что такое «трастовая компания»? (Компания, выполняющая доверительные функции для частных лиц и организаций.)
* Что означает слово «дивиденд»? (Доход, прибыль, получаемые владельцем акций по результатам деятельности акционерного общества.)
* Ноу-хау. Что это? (Научно-технические, коммерческие и другие сведения, которые дают определенные преимущества предприятию или лицу, их получившему.)
* Как вы понимаете слово «лицензия»? (Официальное разрешение на торговлю, на проведение операций.)
* Что такое «эмбарго»? (Запрещение ввоза в страну и вывоза из нее товаров и валюты.)

**Педагог:** Теперь мы знаем почти все необходимое, чтобы открыть свое предприятие. Слово комиссии для оглашения результатов 1-го конкурса.

3. Конкурс «Свое дело»

**Педагог:** Перед вами плакат с названиями предприятий. Вам необходимо выбрать одно из них и определить тот вид деятельности, которым вы будете заниматься, обосновать свой выбор и объяснить, как собираетесь работать, нужно ли, по вашему мнению, предприятие нашему району, городу. Время работы — 3 минуты.

**Педагог:** Молодцы! И смекалки и юмора вам не занимать. Фирма создана. Для полного успеха не хватает только рекламы своей фирмы и продукции.

4. Конкурс «Придумай логотип своей фирмы и рекламный слоган».

**4. Итог занятия:** подводятся итоги всех конкурсов и объявляется команда, победившая в игре «Бизнес-клуб».

**Практическое занятие 5. Заполнение бланков для оплаты коммунальных услуг.**

**Цель:** научить правильно заполнять бланки для оплаты коммунальных услуг.

**Задачи:**

1. Ознакомить с бланками для оплаты коммунальных услуг.
2. Дать информацию о том, где принимают оплату коммунальных услуг.
3. Самостоятельная работа по заполнению бланков.

**Оборудование**: Заполненные и пустые образцы бланков для оплаты коммунальных услуг.

**Виды работ:** самостоятельная работа по образцу.

**Ход занятия:**

1. **Вступительное слово педагога.**
2. Демонстрация бланков для оплаты коммунальных услуг.

Перечень мест, где можно произвести оплату коммунальных услуг. Информация под запись.

1. Самостоятельная работа по заполнению пустых бланков по образцу.

**Занятие 6. «Торговля» - как вид экономической деятельности.**

**Цель:** познакомить воспитанников с таким видом экономики как «Торговля».

**Задачи:**

1. Дать определения терминам «торговля» и сопутствующими.
2. Рассказать о функциях торговли.
3. Рассказать историю появления торговли в России.

**Виды работ:** мини-лекция, обсуждение.

**Ход занятия:**

1. **Вступительное слово педагога.**

**2. Мини-лекция «Торговля. Понятие, функции, виды. История торговли.».**

**Торговля** — это особая деятельность людей, связанная с осуществлением актов купли-продажи и представляющая собой совокупность специфических технологических и хозяйственных операций, направленных на обслуживание процесса обмена.

Общественное разделение труда и выделение торгового капитала из общего промышленного капитала выделило торговлю в отдельную самостоятельную отрасль хозяйства и экономики.

**Основные функции торговли:**

* реализация произведенной потребительной стоимости (товаров). Выполнение этой функции создает экономическую предпосылку для воспроизводства совокупного общественного продукта и связывает производство с потреблением;
* доведение предметов потребления до потребителей. Именно за счет торговли происходит пространственное перемещение товаров от производителей к потребителям, причем в торговле продолжаются процессы производства в сфере обращения (а именно — транспортировка, хранение);
* поддержание баланса между предложением и спросом. Одновременно торговля активно воздействует на производство в вопросах объема и ассортимента производимых товаров;
* сокращение издержек обращения в сфере потребления (затраты покупателей на приобретение товаров) путем совершенствования технологии продаж, информационных услуг и т.п.;
* функции, связанные с внедрением маркетинга, а именно: рыночные исследования, определение цены, создание служб сервиса, разработка товара и т.п.

**Субъект торговли.**

Субъект торговли - юридическое лицо или индивидуальный предприниматель, занимающиеся торговлей и зарегистрированные в установленном порядке.

Торговля - в широком смысле - отрасль хозяйства, экономики и вид экономической деятельности, **объектом**, полем действия которых является товарообмен, купля-продажа товаров, а также обслуживание покупателей в процессе продажи товаров и их доставки, хранение товаров и их подготовка к продаже.

**Продавец** — это человек или организация, которая продаёт товар или услугу.

Продавец за соответствующее вознаграждение передаёт покупателю товар или услугу. Этот процесс называется, как правило, сделка. При совершении продажи иногда говорят — заключена сделка купли-продажи. Вторым участником сделки является покупатель (клиент, потребитель). Продавец преследует в сделке определённую цель — извлечение прибыли. Следует отличать понятия "продавец" в понимании "активный продавец" (пример: телефонные, прямые продажи) и "продавец" в понимании "отпускающий товар" (пример: магазин продуктов, бытовой химии). Различие состоит в том, что активный продавец находится в поиске клиента, склоняет клиента к покупке именно данного товара и именно в данной фирме, и оформляет сделку. То продавец отпускающий товар, всего лишь оформляет сделку.

**Покупатель** — физическое или юридическое лицо, осуществляющее оплату деньгами и являющееся приобретателем товара или услуги.

В более широком смысле покупатель — человек (в т. ч. физическое лицо) или организация (в т. ч. юридическое лицо), осуществляющее оплату деньгами и являющееся приобретателем товара или услуги.

Покупатель на возмездной основе, то есть за деньги, приобретает товары или услуги для удовлетворения потребностей потребителя. Одними из ключевых моментов являются оплата именно за деньги (в наличной или безналичной форме) и получение товара или услуги.

Для того, чтобы оградить покупателя от некачественных товаров, от недобросовестных действий продавца на территории Российской Федерации применяется специальный закон —«Закон о защите прав потребителя».

Не стоит путать с «потребителем».

Существует поговорка — «Покупатель всегда прав». Данное высказывание характеризует взаимоотношения сторон при заключении сделки купли-продажи. Тот, кто оплачивает товар, тот и является главным звеном в цепочке купли-продажи товаров и услуг.

**Виды торговли.** Торговля подразделяется на два вида:

**Оптовая торговля** — это любая деятельность по продаже товаров и услуг тем, кто приобретает их в целях или дальнейшего использования (переработка, пошив), или перепродажи. Поэтому при оптовой торговле товар закупается крупными партиями и в больших объемах.

**Розничная торговля** — это особая деятельность людей, связанная с осуществлением акта купли-продажи товаров конечным потребителям. Эта деятельность представляет собой совокупность специфических технологических и хозяйственных операций, направленных на обслуживание процесса обмена, и является завершающим звеном движения товара в сфере обращения.

**Виды магазинов:**

Существует много видов магазинов, среди них:

**традиционное обслуживание через прилавок**;

**магазины самообслуживания**, в которых покупатель имеет свободный доступ к товарам; в результате сокращается время торговой операции и увеличивается пропускная способность магазина с последующим увеличением объема реализации. Оплата за отобранные товары проводится в узлах расчёта, обслуживаемых контролерами-кассирами. Несмотря на явные преимущества, в настоящих условиях создавшаяся сеть магазинов самообслуживания в России почти полностью прекратила своё существование;

**магазины типа "магазин-склад"**, в которых товар не выкладывается на витрины, полки, что значительно снижает расходы по погрузке, разгрузке, укладке, поэтому продажа осуществляется по более низким ценам;

**магазины, торгующие по каталогам**. Каталоги могут быть выданы потенциальным покупателям, посетившим данный магазин, или разосланы им по почте. Покупатель, изучив каталог, отобрав товар, направляет заказ с указанием своих реквизитов в магазин почтой. Магазин принимает решение об отгрузке товара покупателю. При наличии в магазине демонстрационного зала покупатель может сделать заочный заказ по каталогу либо посетить магазин и лично выбрать необходимый ему товар. При торговле по предварительным заказам оплата может быть разная: при получении товара, в форме предоплаты или путем почтового перевода; выполнение заказа часто сопровождается доставкой товара непосредственно по адресу покупателя;

**продажа через торговые автоматы**. Торговые автоматы удобны тем, что могут работать круглосуточно, без торгового персонала. Их устанавливают внутри магазина или вне его (на улицах, вокзалах, в кафе и т.д.). Предметом торговли обычно бывает определенный круг товаров повседневного спроса (напитки, бутерброды, сигареты, канцелярские принадлежности, открытки и др.).

В структуре розничной торговли учитывается ассортиментный признак. Товары обычно объединяются в соответствующие группы по признаку производственного происхождения или потребительского назначения. В розничной торговли в связи с этим функционируют различные виды магазинов:

**1)Специализированные магазины** занимаются реализацией товаров одной конкретной группы (мебель, радиотовары, электротовары, одежда, молоко, хлебобулочные изделия и др.

**2)Узкоспециализированные магазины** продают товары составляющие часть товарной группы (мужская одежда, рабочая одежда, шёлковые ткани и др.).

**3)Комбинированные магазины** осуществляют реализацию товаров нескольких групп, отражающих общность спроса или удовлетворяющих соответствующий круг потребителей (мото-вело-культтовары, книги и плакаты, хлебобулочные и кондитерские изделия, вино, фрукты, меха и др.).

**4)Универсальные магазины** продают товары многих товарных групп в специализированных секциях.

**5)Смешанные магазины** реализуют товары различных групп как продовольственных так и непродовольственных, не образуя специализированные секции.

**История торговли.**

Исходными сведениями о процессе возникновения и развития торговли на Руси были сведения о немой торговле, встречающейся в качестве наиболее ранней формы торговли у всех народов, населявших Россию. При этом способе торговли процесс заключался в следующем: представители из разных племен прибывали в заранее оговоренное место совершения обмена, где участники немой торговли выкладывали свой товар на определенное место, делали знаки и оставляли его. Через некоторое время возвращались и находили там нужный им для обмена товар, который лежал рядом с их товаром. Если товар нравился и полностью удовлетворял потребностям, продавцы забирали его, взамен оставляя свой товар, который изначально был предложен для немой торговли. Если торговцы не находили нужного для себя варианта обмена, они просто забирали назад свой товар. При данной форме торговых взаимоотношений их участники не видели друг друга и не общались между собой. С развитием общества торговля стала принимать другие виды и способы торговли стали совершенствоваться.

**Первые упоминания о внутренних формах торговли** в России относятся к 8-9 веку.

Центром всей экономической жизни становится Киев. Замыкая собой цепь русских городов по великому водному пути, он являлся главным сборным пунктом русской торговли и в короткое время достигает удивительного процветания.

**Рынок** – торг, торжище – являлся тем местом, где производились все торгово-обменные операции на Руси. Торговля носила ярмарочный характер и главным торговым днем считалась пятница, когда на главной площади города открывался рынок. По данным летописей Киевской Руси уже существовало плотничество, гончарное дело, кузнечное мастерство, ткацкое дело, выделка мехов и кожи. Но все изделия этих промыслов вначале имели сбыт только на внутреннем рынке, который был первым проявлением розничной торговли. Главными предметами русской внешней торговли стали в основном продукты звероловства, пчеловодства и сельского хозяйства.

**В 9 веке** в Киевской Руси с возникновением товарно-денежных отношений развитие торговли ускорилось. В это время Киевская Русь ещё не являлась единым государством, каждый город представлял собой отдельное княжество, у каждого были свои рынки, внутренняя и образовавшаяся внешняя торговля. Внутреннюю торговлю вели чаще всего без посредников сами производители, внешнюю – купцы.

**Следующий этап** становления торговли можно отнести к 12 веку. После раздробления Руси и упадка Киева экономическим центром становится Новгород. В Новгороде торг занимал обширное место и подразделялся на ряды сообразно роду продаваемых товаров или происхождению сидевших в лапках купцов. Обозначилось проявление первой специализации в торговле.

**После принятия христианства**, торговые операции стали проводить под покровительством церкви и в непосредственной близости от нее. Духовенство хранило в церквях меры и весы. Там же устанавливались особые лари, в которых хранились торговые договора, записки и книги для закрепления торговых сделок, подвальные помещения служили местом хранения товара.

Начиная **со второй половины 14 века** центром торговых отношений на Руси становится Москва. Она становится средоточением всей русской торговли и промышленности. Она дает торговле вес, меру, монету, направление торговой деятельности. Именно в Москве происходят все весомые торговые сделки, издаются государственные указы для регламентации и поддержки коммерции, здесь же живут богатейшие купцы.

В образовании русского централизованного государства в **15-16 вв**. имела значение торговля между княжествами. Во внутренней торговле стали участвовать многие социальные группы (ремесленники, крестьяне, служилые люди, дворяне, бояре), а также монастыри. Основной формой торговли в городах стали ежедневные рынки. Возникли различные Гостинные дворы и торговые ряды с направленной специализацией товаров по видам и географической направленности или принадлежности. Гостинные дворы существовали в основном для оптовой торговли. Розничная и мелкорозничная торговля была сосредоточена в торговых рядах: лоскутный, ветошный, рыбный, охотный и др. Названия рядов полностью соответствовали ассортименту товаров, которые там предлагались к продаже населению.

Стали развиваться различные виды передвижной торговли и разностной торг, которым занимались скупщики, прасолы, коробейники и т.п. Однако остатки феодальной раздробленности и многочисленные внутренние таможенные пошлины задерживали развитие внутренней торговли.

Стала развиваться **ярмарочная торговля**. Сбором налогов с торговли и таможенными сборами ведал Приказ Большой казны. Успешному развитию торговли в 17 веке содействовал принятый в 1653 году Торговый Устав.

К началу эпохи правления Петра Великого на территории России обозначились четкие тенденции в развитии торговли:

специализация торговли;

разделение торговли на опт и розницу;

большое количество торговых мест и их разнообразие;

концентрация торговли в определенных местах по ассортиментному профилю;

разделение торговли на сезонную (эпизодическую) и постоянную.

**Во второй половине 17 века** появились **торговые компании**. Расширялись внешнеторговые связи с Индией и Китаем. В это время правительство России осуществляло политику меркантилизма и ограничивало торговлю иностранных купцов на своей территории.

**Следующий этап развития** торговли в **17 веке** характеризовался следующими особенностями и принятыми реформами:

ведущее место в экспорте заняли промышленные товары;

торговля получила активный баланс: экспорт превысил импорт;

создана «Коммерц-коллегия» - государственный орган по контролю и руководству торговлей в России.

**Таможенная реформа 1753-57 гг**. Отменила внутренние пошлины на торговые операции, что способствовало росту всероссийского рынка.

**Во 2-й половине 18 века** в Москве возникли **первые магазины** при купеческих домах. В 1797 году было разрешено иметь лавки при жилых домах, которые имели витрины и выставки.

**В 18 веке** торговля развивалась на принципах **протекционизма.** Высокие ввозные пошлины защищали внутренний рынок государства. В 1802-1810 гг. Торговлей ведало Министерство коммерции, с 1810 года – Министерство финансов. Во 2-й половине 19 века объем торговли резко увеличился. Рост городского населения и численности рабочего класса привел к расширению емкости внутреннего рынка. В 1885 году оборот внутренней торговли составлял около 5 млрд.руб, в 1900 – уже свыше 11 млрд.руб.

Наряду с Москвой Санкт-Петербург также стал занимать особое место в развитии торговли. В это время в Санкт-Петербурге была создана первая товарная биржа.

В конце 19 века возникли акционерные торговые товарищества, развивалась оптовая биржевая торговля. В 1885 году уже было более 700 тысяч торговых заведений, в 1900 – около 1.5 млн. Оборот внешней торговли за 1861-1900 вырос почти в 4 раза, а таможенные доходы государства – в 5 раз.

Вступление России на рубеже **19-20 веков** в стадию империализма вызвало дальнейший рост торговли и ее концентрацию в руках монополий. Падала доля ярмарок во внутреннем товарообороте, развивалась магазинная форма торговли, появилась кооперативная торговля. В 1905 году было создано Министерство торговли и промышленности. В годы 1-й мировой войны 1914-1918 гг. сократилось производство потребительских товаров, росли цены, развивалась спекуляция. Царское правительство пыталось нормировать торговлю отдельными продуктами. Возник продовольственный кризис. После Октябрьской революции 1917 года Советским государством была создана новая система торговли – социалистическая, значительно отличающаяся от предыдущих форм торговли.

**Торговля при социализме**. При наличии в социалистическом обществе товарно-денежных отношений торговле стали присущи закономерности, вытекающие из действия экономических законов социализма.

**В СССР** Коммунистическая партия и Советское государство с первых лет Советской власти уделяли большое внимание всемерному развитию и совершенствованию торговли. Наряду с национализацией была установленная государственная монополия на торговлю. Эти меры подорвали экономические позиции капиталистических элементов, облегчили борьбу со спекуляцией и создали условия для улучшения снабжения трудового народа. В целях обеспечения централизованного снабжения населения товарами, организации заготовок сельскохозяйственных продуктов в ноябре 1917 года был создан Народный комиссариат по делам продовольствия. Установлено централизованное распределение предметов потребления. С января 1919 года введена продразверстка, которая с переходом к новой экономической политике была заменена продналогом. Начав с товарообмена в рамках местного хозяйственного оборота, государство перешло к организации торговли в масштабах всего народного хозяйства. По мере укрепления социалистических форм в экономике страны, развития государственной и кооперативной торговли, вытеснялись частные посредники в оптовой и розничной торговле. В 1924 году был образован Народный комиссариат внутренней торговли, преобразованный в 1946 году в Министерство торговли СССР.

Для сбыта продукции были созданы отраслевые синдикаты и другие оптовые государственные организации. Важную роль играли товарные биржи и ярмарки. Розничная торговля находилась преимущественно в руках потребительской кооперации. Государственная торговля была представлена небольшой сетью торгов и др.организаций. Постепенное укрепление позиций торговли позволило уже в 1925-1926 гг. перейти к планированию завоза важнейших потребительских товаров в основные экономические районы страны и усилить роль планового начала во всех рыночных связях. Создавалась система оптовых баз, неуклонно расширялась торговая сеть государственной, кооперативной торговли и общественного питания, колхозная торговля.

**Система внутренней социалистической торговли** в период Великой Отечественной войны 1941-1945 гг. Обеспечила регулярное и устойчивое снабжение населения и Советской Армии. Несмотря на огромные трудности, вызванные войной, уже в конце 1947 года была отменена карточная система, введенная в 1941 г., и осуществлен переход к открытой торговле. К 1950 году был превзойден довоенный уровень розничного товарооборота и восстановлена торговая сеть. В последующие годы были обеспечены высокие темпы развития внутренней торговли, которая превратилась в одну из крупных отраслей народного хозяйства.

В процессе развития социалистической экономики были созданы и получили развитие **3 формы внутренней торговли:**

государственная;

кооперативная

колхозная.

**Ведущая государственная торговля** обслуживала главным образом сегмент потребителей – городское население, кооперативная торговля – в основное сельское население. Потребительская кооперация ведет также комиссионную торговлю. Государственная и кооперативная торговля совместно образуют организованный рынок страны, на котором цены устанавливаются непосредственно государством. На долю государственной торговли приходится 69% общего объема розничного товарооборота, на долю кооперативной – около 29%. Специфика колхозной торговли состоит в том, что она не планируется государством, осуществляется по свободным ценам и в ней отсутствует посредник. На долю колхозного рынка приходится 2% общего объема товарооборота.

В соотношении между различными формами торговли предметами народного потребления намечается определенная тенденция: роль государственной торговли растет, роль колхозного рынка уменьшается при известной стабилизации доли кооперативной торговли в общем товарообороте.

Развитие торговли и улучшение обслуживания населения неразрывно связаны с созданием материально-технической базы, внедрением более совершенных видов торгового оборудования и технологических процессов, а также дальнейшим совершенствованием методов повышения эффективности торговли. Увеличивается сеть специализированных магазинов. Строятся крупные универсальные магазины по продаже товаров повседневного спроса (универсамы), создаются крупные складские хозяйства, холодильники, плодо-овощные базы и комбинаты. Большое значение для ускорения прогресса в торговле имело Постановление ЦК КПСС и Совета Министров СССР от 7 января 1972 года «О некоторых мерах по улучшению торговли и ее технической оснащенности». Значительное развитие получает механизация и автоматизация торговых процессов. Внедрение прогресссивных методов продажи товаров обеспечивает повышение экономической эффективности в коммерческой деятельности, работы предприятий торговли и способствует улучшению культуры обслуживания населения. Появились прогрессивные методы продажи товаров методом самообслуживания, продажа по образцам, по заказам населения, с доставкой на дом и др. К началу 1975 года товарооборот магазинов, применяющих прогрессивные методы продаж в государственной и кооперативной торговле страны достиг 55% от общего товарооборота, в том числе по методу самообслуживания – 47%.

В конце 20 века и начале 21 в связи с социально-политическими изменениями в жизни страны, торговля претерпевает немалые изменения и получает толчок к активному развитию в связи с переходом на рыночные отношения. Появление частного, развитие малого и среднего бизнеса также благоприятствуют расширению значения сферы торговли и услуг, а также их совершенствованию. Но при этом развитие не было безоблачным. Финансовый кризис 1997 года ввел Россию в глубокий кризис и покупательская способность населения была ничтожно мала. Именно в это время стали появляться социальные магазины и сети магазинов эконом-класса.

С ростом экономики и выходом из кризиса, начинается развитие торговли. Появляются крупные торговые сети. Уже в 2007 году объем продаж российского рынка розничной торговли оценивался в 240 млрд. долларов и рынок розницы в России по объемам занимал 12 место в мире. Локомотивом, обеспечивающим такой стабильный рост отрасли торговли, стали крупные торговые сети.

3. **Домашнее задание**: выучить термины, изученные на занятии.

4. **Итог занятия:** «Что вы сегодня узнали на занятии?». Каждый говорит по одному предложению.

**Занятие 7. Практическое занятие «Купи - продай».**

**Цель:** научить правильно вести себя в местах торговли.

**Задачи:**

1. Познакомить с правилами поведения в местах торговли (рынки, магазины и др.).
2. Отработка полученных знаний в игре «Купи-продай».

**Оборудование:** нарисованные денежные купюры; муляжи продаваемых предметов (продукты, др. товары); предметы мебели (столы, стулья).

**Виды работ:** мини-лекция; игра купи-продай, игра «книжный магазин».

**Ход занятия:**

1. **Вступительное слово педагога.**
2. **Информационный часть «Правила поведения в местах торговли».**

**Педагог:** Итак, давайте рассмотрим правила поведения в местах торговли.

Правила поведения в магазине зависят от того, какой тип торгового заведения вы посещаете – магазин с индивидуальным обслуживанием или супермаркет с самообслуживанием. В том случае, если вы приходите в магазин с индивидуальным обслуживанием, прежде следует поздороваться с продавцом.

В большом супермаркете или универмаге, работа которого основана на самообслуживании покупателей, приветствовать персонал не нужно. Исключение составляют случаи постоянного посещения одной и той же торговой точки. В таких ситуациях лучше всего с улыбкой поприветствовать кассира или служащего, который неоднократно помогал вам выбирать товары.

Существуют магазины с индивидуальным обслуживанием покупателей, где продавцы или консультанты обращаются к постоянным клиентам по именам. Это вполне допустимо. Также этикет разрешает покупателям во время беседы обращаться к продавцу по имени, которое обычно указано на карточке. Если же такой таблички нет, то имя продавца-консультанта можно узнать, спросив его самого об этом.

Покупатели часто обижаются на то, что, впервые оказавшись в большом магазине, они становятся объектом пристального внимания служащих там продавцов. Консультант буквально по пятам следует за покупателем, предлагая ему остановить свой выбор то на одном, то на другом товаре. Такое слишком назойливое, по мнению многих клиентов крупных магазинов, поведение продавца не стоит считать проявлением бескультурья или невежественности. Нужно быть снисходительнее к продавцам – ведь их работа и заключается в том, чтобы сопровождать покупателей и помогать им в выборе представленных на витринах и стеллажах товаров.

В том случае, если вы посетили тот или иной магазин впервые и никак не можете отыскать зал, где продается нужный вам товар, а консультанта поблизости по каким-либо причинам не оказалось, вежливо попросите помощи у другого покупателя. Если же за помощью обращаются к вам, пусть даже в грубой форме (например: «Эй, послушайте, где здесь можно найти стеллаж с арбузами?»), постарайтесь сохранить спокойствие и, проявив максимум сдержанности, вежливости и деликатности, окажите необходимую помощь.

**Поведение в магазине** должно быть продиктовано несколькими общими правилами, о которых нужно помнить каждому покупателю при входе в любой магазин, будь то большой супермаркет или маленький продуктовый ларек.

При входе в магазин, прежде чем войти, следует пропустить выходящих.

Если кто-то идет вслед за вами, придержите дверь.

Курить в магазинах, согласно правилам хорошего тона, недопустимо ни мужчинам, ни женщинам.

Нельзя входить в магазин с собаками.

Продукты, продающиеся без специальной упаковки, нельзя не только перебирать, но и просто трогать руками.

При скоплении большого количества покупателей у кассы каждый должен соблюдать очередь. В том случае, если по каким-либо причинам вы не можете стоять в очереди, вам нужно спешить – вежливо попросите окружающих, стоящих перед вами, пропустить вас вперед.

Разглядывать товары из-за плеч стоящих впереди и уж тем более расталкивать других посетителей магазина считается неприличным и недопустимым.

Не стоит задавать вопросы продавцу или консультанту, разговаривающему с другим покупателем или считающему деньги.

Покупки нужно планировать заранее, чтобы не задерживать продавцов и других покупателей медлительным раздумыванием над тем, что купить и сколько. Страдающим забывчивостью можно посоветовать дома составлять список предстоящих покупок.

Обращения покупателя к продавцам должны быть выражены в вежливой и спокойной форме. Властный и приказной тон в беседе со служащим магазина считается признаком невоспитанности, невежества.

Покупатели должны относиться крайне бережно к товарам, которые они выбирают. Главным образом это касается одежды. Женщинам, намеревающимся примерить понравившееся платье, лучше всего предварительно стереть помаду с губ.

В том случае, если вы по каким-либо причинам не удовлетворены товаром, предложенным продавцом, не желаете его приобрести, вежливо откажитесь от покупки, извинитесь за беспокойство и поблагодарите продавца. Не стоит при этом высказывать вслух в присутствии других клиентов магазина негативную оценку того товара, который вам предложил приобрести консультант.

Готовить необходимую сумму денег для платы за приобретенный товар следует заранее.

Помимо правил этикета, которые необходимо выполнять покупателям, посетившим магазин, существуют также и правила хорошего тона, предназначенные для продавцов и служащих магазинов.

**Итак, продавцу необходимо:**

* вежливо и тактично обращаться со всеми без исключения покупателями, будь то взрослый или ребенок, известный в обществе человек или простой обыватель;
* помогать покупателям в выборе товаров;
* во время осуществления продажи разговаривать только с тем покупателем, которого он обслуживает.

Согласно правилам этикета, продавец не должен:

* разговаривать во время обслуживания одного покупателя с другими посетителями;
* при обращении к нему покупателя заниматься другими делами (если это неотложное дело, например, подсчет денег в кассе, то нужно вежливо попросить клиента подождать пару минут);
* передавать товар через плечо или из-за спины, не глядя при этом на покупателя.

1. **Игровая часть.**

**Педагог:** А сейчас изучив эти правила, давайте попытаемся их воспроизвести в игре.

**Игра «Купи-продай».**

В начале игры выбирается ведущий. Его роль заключается в том, чтобы наблюдать за действиями участников и подводить итоги в конце игры. Остальные участники делятся на две команды. Первая команда-это «Продавцы», вторая команда «Покупатели». Каждый продавец получает от ведущего определенное задание, он должен продать какие-то определенные продукты. Это может быть что угодно - хлеб, сахар, молоко.

Каждый «Покупатель» получает определенное количество денег. Он должен, приобрести какой - либо продукт, при этом желательно за самую низкую цену.

Смысл игры в том, что когда начинается «торговля», каждый «Продавец» старается предельно завысить цену, а задача «Покупателя» - эту цену сбить. По ходу игры могут происходить различные диалоги, показывающие умение «Покупателя» торговаться. Например, он может спрашивать о различных продуктах, сомневаться в их качестве. «Продавец» должен давать предельно краткую и вместе с тем понятную информацию. Если он не сможет этого сделать, ему придется снижать цену.

Правила игры запрещают «Продавцам» самовольно менять ассортимент своего товара. Ведущий внимательно наблюдает за ходом игры. При необходимости он может сам что-нибудь «купить», у какого - либо «Продавца».

Ведущий оценивает действия каждого «Продавца», присуждает ему определенное количество очков. Оцениваются самые разные параметры: умение рекламировать свой «товар», громкий и четкий голос, доброжелательная информация. Одним словом, важны все качества, которые пригодились бы настоящему продавцу.

После того как кто - либо из «Продавцов» успеет освободиться от своего товара, команды меняются ролями. Теперь «Продавцы» становятся «Покупателями», и игра продолжается. В конце игры подводятся итоги. Ведущий выбирает того «Продавца», который набрал максимальное количество очков. Он и станет победителем в этой игре. Его можно наградить призом, остальные игроки также получают какие - либо призы, пусть даже и шуточные.

Кроме того, ведущий может оценивать также действия «Покупателей». Прежде всего, оценивается умение торговаться, заинтересованность «покупателя» в качестве товара, умение задавать вопросы. Таким образом, в конце игры кто-то получит звание «Лучшего продавца», а кто-то - «Лучшего покупателя».

1. **Итог занятия:** «Как необходимо себя вести в местах торговли?».

**Занятие 8. Экскурсия в магазин (на рынок).**

**Цель:** закрепить знания правил поведения в местах торговли.

**Задачи:**

1. Посетить магазин (рынок), пользуясь правилами поведения в мессах торговли.
2. Показать, как правильно выбирать необходимый товар.
3. Выбрать товар и рассчитаться за него на кассе.

**Оборудование:** список покупок.

**Виды работ:** экскурсия, обсуждение.

**Ход занятия:**

1. **Вступительное слово педагога перед экскурсией.** Напоминание о правилах поведения в местах торговли.
2. **Экскурсия в магазин.**

Во время экскурсии педагог показывает, на какие сектора делятся товары в магазине, на что следует обращать внимание при выборе товара.

1. **Покупка товара.** Ребята покапают необходимый товар, обращая внимание на производителя, дату выработки, состав и т.д. и далее следуют на кассу для оплаты.
2. **Итог занятия:** работа над ошибками.

**Занятие 9. Средства связи и виды связи.**

**Цель:** дать информацию о существующих средствах и видах связи.

**Задачи:**

1. Рассказать о существующих средствах и видах связи и их предназначении.
2. Рассказать об истории возникновения связи в России.
3. Обсудить значение средств связи для современного человека.
4. Научить правилам ведения телефонных переговоров.

**Виды работ:** мини-лекция, беседа, игра «Телефонный разговор».

**Ход занятия:**

1. **Вступительное слово педагога.**
2. **Информационная часть. Виды и средства связи.**

К видам связи традиционного назначения относят:

почтовую (буквенно-цифровую и графическую информацию),

телефонную (передача речи),

телеграфную (буквенно-цифровые сообщения),

факсимильную (буквенно-цифровая и графическая информация),

радио, радиорелейную и спутниковую связь (буквенно-цифровая и графическая информация).

При этом виды связи делятся на: проводные (телефонные, телеграфные и т.п.) и беспроводные, в которых, в свою очередь, выделяют: радио (всенаправленные, узконаправленные, сотовые и иные радио системы), радиорелейные и космические (спутниковые) устройства, системы и комплексы. Причем, например, передачу речи можно организовать по аналоговым и цифровым, проводным и беспроводным, телефонным и любым радио каналам связи.

Технические средства передачи информации подразумевают использование различных средств связи (коммуникации). Они предоставляют возможность организовать названные виды связи с помощью телефонных, факсимильных, телеграфных аппаратов, компьютеров с модемами и др. Пользователь обычно не знает, какие виды связи задействованы в процессе используемого им сеанса связи. Порой системы и средства связи называют средствами коммуникации, так как термин «коммуникация» (англ. «communication») означает средство связи.

**Связь в России** — одна из отраслей российской экономики.

Огромные расстояния, присущие российским государствам разного времени, послужили почвой для образования богатейшей культуры пользования средствами связи и развития одного из самых своеобразных телекоммуникационных рынков мира. Джордж Сорос возлагал большие надежды на трансформированный советский рынок связи, но в итоге вывел свои активы через несколько лет.

Понятие «связь» связано с понятиями «телекоммуникации», «инфокоммуникации», «интернет», «радио», «телевидение» и, вероятно, вообще любыми отраслями деятельности, так как телекоммуникационная отрасль служит основой для сетей связи, жизненно необходимых для существования любой современной сложной общественной структуры. Радисты и связисты изначально были обособленными специалистами, но по мере увеличения роли телекоммуникаций в жизни общества их деятельность стала всё активнее пересекаться с деятельностью представителей других профессий. С отраслью связи сталкивается всякий желающий воспользоваться услугами телефонии, теле- и радиовещания, интернета.

Выработкой и реализацией государственной политики и нормативно-правовым регулированием в сферах информационных технологий, электросвязи, массовых коммуникаций и СМИ занимается Министерство связи и массовых коммуникаций Российской Федерации.

**Историческая справка.**

Логическим началом развития сетей передачи данных на русском языке можно считать распространение по территории России почты, журналистики, затем телеграфа, телефона, радиосвязи, телевидения, интернета и сотовой связи. Начиная с телеграфа это потребовало применения специальных технических устройств для конвертации информации в электроимпульсы и радиоволны, не понимаемые напрямую человеком (здесь можно также вспомнить сделанное в 1837 году предсказание Владимира Одоевского, писавшего в фантастическом романе «4338-й год» о том, что «между знакомыми домами устроены магнетические телеграфы, посредством которых живущие на далеком расстоянии разговаривают друг с другом», а также о «домашних газетах», издающихся «во многих домах, особенно между теми, которые имеют большие знакомства»: этими газетами «заменяется обыкновенная переписка», в них «помещаются обыкновенно извещение о здоровье или болезни хозяев и другие домашние новости, потом разные мысли, замечания, небольшие изобретения, а также и приглашения, когда же бывает зов на обед, то и lemenu».

Первый электромагнитный телеграф создал российский учёный Павел Львович Шиллинг в 1832 году. Публичная демонстрация работы аппарата состоялась на квартире Шиллинга 21 октября 1832 года. Павел Шиллинг также разработал оригинальный код, в котором каждой букве алфавита соответствовала определенная комбинация символов, которая могла проявляться черными и белыми кружками на телеграфном аппарате.

7 мая 1895 года российский ученый Александр Степанович Попов на заседании Русского Физико-Химического Общества продемонстрировал прибор, названный им «грозоотметчик», который был предназначен для регистрации электромагнитных волн. Этот прибор считается первым в мире аппаратом беспроводной телеграфии, радиоприемником. В 1897 году при помощи аппаратов беспроводной телеграфии Попов осуществил прием и передачу сообщений между берегом и военным судном. В 1899 году Попов сконструировал модернизированный вариант приемника электромагнитных волн, где прием сигналов (азбукой Морзе) осуществлялся на головные телефоны оператора. В 1900 году благодаря радиостанциям, построенным на острове Гогланд и на российской военно-морской базе в Котке под руководством Попова, были успешно осуществлены аварийно-спасательные работы на борту военного корабля «Генерал-адмирал Апраксин», севшего на мель у острова Гогланд. В результате обмена сообщениями, переданным методом беспроводной телеграфии, экипажу российского ледокола Ермак была своевременно и точно передана информация о финских рыбаках, находящихся на оторванной льдине в Финском заливе.

B 1878 году русский электротехник П. M. Голубицкий применил в телефонных аппаратах конденсатор и разработал первый русский телефон оригинальной конструкции, в котором было применено несколько постоянных магнитов. В 1885 году Голубицкий разработал систему централизованного питания микрофонов телефонных аппаратов.

1900 — Радиосвязь вновь, впервые в России, была успешно использована в морской спасательной операции. По инструкциям Попова была построена радиостанция на острове Гогланд, возле которого находился севший на мель броненосец береговой обороны Генерал-Адмирал Апраксин. Радиотелеграфные сообщения на радиостанцию острова Гогланд приходили с находящейся в 25 милях передающей станции Российской Военно-Морской базы в Котке, которая телеграфной линией была связана с Адмиралтейством Санкт -Петербурга. Приборы, использовавшиеся в спасательной операции, были изготовлены в мастерских ЭженаДюкретэ. В результате обмена радиограммами ледоколом Ермак были также спасены финские рыбаки с оторванной льдины в Финском Заливе.

Первые телепередачи начались в Москве в 1935 году. В 1941—1945 годах телевидение не работало. Основные телепередачи тех лет были посвящены жизни Советского союза, культурным мероприятиям, спорту.

Считается, что история передачи компьютерных данных в США началась в 1950-х гг., когда стали проводиться первые опыты по обмену данными между разными ЭВМ, а первая «удалённая» сеть (Кембридж—Санта-Моника) датируется 1965 годом. В СССР в это время велась работа над вычислительными системами МЭСМ, БЭСМ и другими, советские радиолюбители обменивались закодированными радиограммами с коллегами по всему миру, в обществе тайно функционировал самиздат (своеобразный прообраз WWW), то есть была и передача данных, и компьютеры. Существует также мнение, что толчок развитию интеллектуальных технологий в США дал запуск Советским Союзом в 1957 году первого спутника.

Советские учёные из ИТМиВТ АН СССР создавали сети компьютерной связи с 1952 года в рамках работ по созданию автоматизированной системы противоракетной обороны (ПРО). Вначале специалисты под руководством Сергея Лебедева создали серию ЭВМ («Диана-I», «Диана-II», М-40, М-20, М-50 и др.) и организовали обмен данных между ними для вычисления траектории противоракеты. Как пишет один из создателей системы Всеволод Бурцев, «в экспериментальном комплексе противоракетной обороны» центральная машина М-40 «осуществляла обмен информацией по пяти дуплексным и асинхронно работающим радиорелейным каналам связи с объектами, находящимися от неё на расстоянии от 100 до 200 километров; общий темп поступления информации через радиорелейные линии превышал 1 МГц». В 1956 г. западнее озера Балхаш советскими учёными и военными был создан большой полигон, где разрабатываемая система ПРО, вместе с сетью ЭВМ, проходила испытания.

Разрабатывались вычислительные системы и сети и гражданского применения. К примеру, в 1972 году была введена в строй железнодорожная система «комплексной автоматизации билетно-кассовых операций» АСУ «Экспресс», обеспечивавшая передачу и обработку больших массивов информации.

После распада СССР российское министерство связи меняло название несколько раз[уточнить]; процесс приватизации телекоммуникационного рынка происходил долго и достаточно сложно.

**Сотовая связь в России**

В России сотовая связь начала внедряться с 1990 года, коммерческое использование началось с 9 сентября 1991 года, когда в Санкт-Петербурге компанией «Дельта Телеком» была запущена первая в СССР сотовая сеть (работала в стандарте NMT-450) и был совершён первый символический звонок по сотовой связи мэром Санкт-Петербурга Анатолием Собчаком.

1. **Обсуждение вопроса «Какова роль связи для современного человека?».**

Ребята по очереди высказывают свою точку зрения по данному вопросу.

1. **Игра «Телефонный разговор».**

Участники разбиваются на пары. Им раздаются карточки с заданиями. Один звонит по телефону, другой отвечает на звонок. Все остальные участники оценивают, правильно ли построена беседа по телефону.

Задания:

* вы звоните в «скорую помощь» (назовите номер) и вызываете врача
* вы звоните в пожарную охрану (при пожаре)
* вы звоните однокласснику и спрашиваете домашнее задание
* вам звонят и ошибаются номером
* вы звоните воспитателю домой
* вам звонят

Обсуждение проводится после каждого проигрывания. Обязательные для обсуждения вопросы:

* В какое время принято звонить?
* Как здороваться по телефону?
* Как принимать звонок и начинать ответ?
* В чем разница между деловыми звонками и личными?
* Кто первый заканчивает разговор?
* Сколько по времени могут длиться телефонные разговоры?
* Как и когда использовать при телефонных разговорах слова «извините», «пожалуйста», «спасибо».

**5.Итог занятия:** педагог задает вопросы для обсуждения:

* Что нового вы узнали для себя?
* Какие виды и средства связи существуют?

**Занятие 10. Экскурсия на почту.**

**Цель:** познакомить с деятельностью почтового отделения.

**Задачи:**

1. Познакомится с деятельностью почтового отделения, сотрудников.
2. Познакомить с правилами работы почты.

**Виды работ:** экскурсия, обсуждение.

**Ход занятия:**

1. **Вступительное слово педагога перед началом экскурсии.** Напоминание правилах поведения в общественных местах.
2. **Экскурсия.** Сотрудники почтового отделения рассказывают о деятельности Почты: предназначение, возможности, функции и т.д. Знакомят ребят с различными бланками: конверты, открытки, извещения, квитанции, рассказывают, как правильно необходимо заполнять бланки.
3. **Итог занятия**: ребята отвечают на вопросы «Что нового они узнали»?

**Практическое занятие 11. Заполнение всех видов бланков почтовой связи.**

**Цель:** научить правильно, заполнять почтовые бланки согласно требованиям Почты.

**Задачи:**

1. Показать наглядно, как правильно заполняются бланки.
2. Самостоятельная работа по заполнению почтовых бланков.

**Оборудование:** образцы почтовых бланков (конверты, открытки, извещения, квитанции).

**Виды работ:** самостоятельная работа по образцу.

**Ход занятия:**

**1. Вступительное слово педагога.**

**2.** Педагог демонстрирует различные почтовые бланки напоминает о правилах заполнения.

3. Самостоятельная работа по заполнению почтовых бланков по образцу.

**Итог занятия:** работа над ошибками.

**Занятие 12. Экскурсия в поликлинику.**

**Цель:** познакомить с деятельностью медицинского учреждения.

**Задачи:**

1. Обзорная экскурсия по медицинскому учреждению.
2. Знакомство с деятельность отдельных медицинских работников.

**Виды работ:** экскурсия.

**Ход занятия:**

**1. Вступительное слово педагога перед началом экскурсии.** Напоминание о правилах поведения в мед. учреждении.

**2. Экскурсия.**

Во время экскурсии ребята в сопровождении мед. сотрудника осматривают поликлинику, знакомятся с работой врачей.

По окончании экскурсии учащиеся задают интересующие вопросы экскурсоводу (мед. работнику).

**Итог занятия:** обсуждение экскурсии «Что вы нового узнали для себя» и др.

**Практическое занятие 13. Оказание пострадавшему первой медицинской помощи.**

**Цель:** познакомить с правилами оказания первой медицинской помощи.

**Задачи:**

1. Показать правила оказания первой медицинской помощи: при переломах, при потери сознания.
2. Отработка навыков оказания первой медицинской помощи.

**Оборудование:** наглядные плакаты, бинты.

**Виды работ:** самостоятельная работа, обсуждение.

**Ход занятия:**

**1. Вступительное слово педагога.**

На данное занятие может быть приглашен компетентный специалист: мед. работник школы (детского дома) или учитель ОБЖ.

2. **Информационная часть.** Педагог дает краткую информацию об оказании первой медицинской помощи.

**Первая медицинская помощь** — это комплекс простейших медицинских мероприятий, с использованием лекарственных средств, выполняемых медицинским работником (врачом, фельдшером, медсестрой) либо человеком, не имеющим медицинского образования, но обладающим навыками оказания первой медицинской помощи, на месте получения травмы, или возникновения какого-либо острого обострения хронического заболевания в порядке само- и взаимопомощи, а также участниками аварийно-спасательных работ с использованием табельных и подручных средств.

Основная цель первой медицинской помощи — оказание помощи человеку, получившему травму или страдающему от внезапного приступа заболевания, до момента прибытия квалифицированной медицинской помощи, такой как, например, бригада скорой помощи либо доставления (на попутном транспорте) пострадавшего (заболевшего) в ближайшее медицинское лечебное учреждение. Время от момента травмы, отравления и других несчастных случаев до момента получения первой медицинской помощи должно быть предельно сокращено

**Виды и назначения медицинской помощи:**

**кардиологические** — предназначены для оказания экстренной кардиологической помощи и транспортировки больных с острой кардиопатологией (осложненный острый инфаркт миокарда (неосложненным ОИМ занимаются линейные врачебные бригады), ишемическая болезнь сердца в виде проявлений нестабильной или прогрессирующей стенокардии, острая левожелудочковая недостаточность (отек легких), нарушения сердечного ритма и проводимости и т. д.) в ближайшее стационарное лечебное учреждение

**реанимационные** — предназначены для оказания экстренной медицинской помощи при пограничных и терминальных состояниях, а также для транспортировки таких больных (пострадавших) в ближайший стационар. Однако стабильного или стабилизированного доктором реанимационной бригады, последняя может везти как угодно далеко, имеет на это право. Привлекается для выполнения дальних транспортировок больных, транспортировки крайне тяжелых больных из стационара в стационар, имеет для этого лучшие возможности

**педиатрические** — предназначены для оказания экстренной медицинской помощи детям и транспортировки таких больных (пострадавших) в ближайшее детское лечебное учреждение (в педиатрических (детских) бригадах врач должен иметь соответствующее образование, а оснащение подразумевает большее разнообразие медицинского оборудования «детских» размеров)

**психиатрические** — предназначены для оказания экстренной психиатрической помощи и транспортировки больных с психическими расстройствами (например, острыми психозами) в ближайший психиатрический стационар. Имеют право на применение силы и принудительную госпитализацию, в случае необходимости)

**наркологическая** — предназначены для оказания экстренной медицинской помощи наркологическим больным, включая алкогольный делирий и состояние длительного запоя. **неврологические** — предназначены для оказания экстренной медицинской помощи больным с острой или обострением хронической неврологической и/или нейрохирургической патологией; например: опухоли головного и спинного мозга, невриты, невралгии, инсульты и другие нарушения кровообращения головного мозга, энцефалиты, приступы эпилепсии

**травматологические** — предназначены для оказания экстренной медицинской помощи пострадавшим от различного рода травм конечностей и других частей тела, пострадавшим в результате падения с высоты, стихийных бедствий, техногенных аварий и авто-транспортных катастроф

**неонатальная** — предназначены преимущественно для оказания экстренной помощи и перевозки новорождённых детей в неонатальные центры или роддома (квалификация врача в такой бригаде особенная — это не просто врач-педиатр или реаниматолог, а неонатолог-реаниматолог; в некоторых больницах персонал бригады составляют не врачи станций скорой помощи, а специалисты из профильных отделений больниц)

**акушерские** — предназначены для оказания экстренной помощи беременным и рожающим или родившим вне медучреждений женщинам, а также для транспортировки рожениц в ближайший родильный дом **гинекологические, или акушерско-гинекологические** — предназначены как для оказания экстренной помощи беременным и рожающим или родившим вне медучреждений женщинам, так и для оказания экстренной медицинской помощи больным женщинам с острой и обострением хронической гинекологической патологии.

**хирургические** — предназначены для оказания экстренной медицинской помощи больным с острой и обострением хронической хирургической патологии

**токсикологические** — предназначены для оказания экстренной медицинской помощи больным с острыми не пищевыми, то есть химическими, фармакологическими отравлениями.

**инфекционные** - предназначены для оказания консультативной помощи линейным бригадам в случаях затрудненной диагностики редких инфекционных заболеваний, организации помощи и противоэпидемических мероприятий в случае выявления особо опасных инфекций - ООИ (чума, холера, натуральная оспа, желтая лихорадка, геморрагические лихорадки). Привлекаются для транспортировки больных опасными инфекционными заболеваниями. Базируются при инфекционном стационаре, врач-инфекционист из соответствующего стационара. Выезжают редко, в "особых" случаях.

**Педагог:** На сегодняшнем занятии мы более подробно разберем правила оказания первой медицинской помощи при переломах и потери сознания.

**Правила оказания медицинской помощи при переломе.**

Для оказания медицинской помощи, вам нужно сначала определить какая травма у пострадавшего. Дадим медицинское определение перелому.

Перелом – это нарушение целостности кости, которое происходит в результате перегиба кости при падении, сильном ударе, сжатии под воздействием механизмов и других тел (например, плиты, железные балки и т.д.). Разделают частичное нарушение целостности кости и полное. Если кость переломана полностью и образовались осколки костей, то такой перелом называют полным. Если кость повреждается частично, то образуется трещина, и перелом называют частичным. В любом случае вы не можете определить степень перелома кости, так как необходим рентгеновский снимок, который делают в каждом медпункте. Вы можете только точно констатировать какой перелом закрытый или открытый, что определяется визуальным осмотром.

Закрытый перелом – это перелом кости, при котором не повреждается кожный покров. Соответственно при открытом переломе повреждается кожный покров, кожа может быть порвана в нескольких местах, на месте перелома «торчат» кости, обломки кости. В случае открытого перелома, может быть, кровотечение, что уже опаснее для пострадавшего, так как в открытую рану могут попасть микробы и вызвать воспаление мягких тканей.

В любом случае при переломе человек испытывает сильную боль, появляется припухлость в месте перелома, или если перелом полный и закрытый, то конечность свободно двигается или слышен «хруст» обломков кости. Итак, вы определили, что у пострадавшего перелом, теперь вы должны суметь оказать ему первую помощь. Правила оказания первой помощи при переломах

Вы определили открытый перелом у пострадавшего, Вам необходимо: В первую очередь необходимо обеспечить покой пострадавшему. Для этого нужно уложить пострадавшего на ровную поверхность, чтобы он мог лежать, не напрягаясь.

Внимание! При оказании первой помощи, вы ни в коем случае не должны вправлять в рану торчащие кости, не удалять обломки костей из раны. Если вы не обладаете достаточными знаниями и навыками, это может привести к еще большему повреждению кости и большей боли пострадавшего.

Далее следует наложить на открытую рану стерильную марлевую повязку или чистое полотенце, чистый лоскут ткани, чистый носовой платок, в общем, всё, что будет под рукой.

Если у пострадавшего сильное кровотечение, то сначала его нужно остановить с помощью тугой повязки (то есть жгута). Здесь необходимо учитывать, что кровотечение может быть артериальным или венозным.

При артериальном кровотечении кровь имеет ярко-алый цвет и изливается пульсирующим образом, толчками. Такое кровотечение можно остановить, если пережать артерию выше раны. Для этого вы понадобится жгут (перекручиваете носовой платок или берете ремень). Сильно перевязываете место выше раны, например, если сломан локоть, то необходимо наложить жгут на руку выше раны на 10-15 см.

Внимание! Держать жгут можно не более 1-1,5 часа, так как при его наложении, пережимаются все сосуды и нарушается поступление крови ко всем тканям. В результате может наступить омертвение тканей, поэтому через 1,5 часа вы должны ослабить жгут на 4-5 минут, чтобы возобновить поступление крови в ткани. При этом обязательно прижмите пальцами артерию (вену) в месте кровотечения. После вы должны снова затянуть жгут, немного выше (ниже) того места, где он был до этого. При наложении жгута вам необходимо записать на бумаге точное время и отдать пострадавшему, чтобы по приезду скорой помощи, врач знал время и при необходимости ослабил жгут.

При венозном кровотечении, кровь имеет темно-красный цвет и течет ровной струей, не пульсируя. В таком случае, повязку (то есть жгут) накладывают ниже раны, записывают время наложения повязки, и также ослабляют через 1-1,5 часа на 4-5 минут.

При оказании первой помощи также необходимо максимально обездвижить место перелома, осторожно, стараясь не причинить боли пострадавшему, наложить шину. Шина – это обобщенное название твердого предмета, который используется при фиксации перелома. В качестве шины можно взять деревянные, фанерные доски, палки, подойдут также любые подручные средства зонтики, ветки, портфели и т.д. Рассмотрим на примере, когда сломана нога. В качестве шины вы нашли две деревянные доски по длине ноги. Шину нужно накладывать на одежду, предварительно обложив ватой так, чтобы доски не соприкасались с поврежденной кожей и костями. Две доски обкладываете ватой, фиксируете между ними ногу, то есть «зажимаете» с двух сторон, затем обматываете бинтом, полотенцем, платком и т.д. Всё шина наложена. Теперь вы обеспечили пострадавшему покой и уменьшили боль.

Вызывайте скорую помощь, или самостоятельно везите пострадавшего в медпункт, там сделают рентгеновский снимок и, конечно, окажут всю необходимую помощь.

Если Вы определили, что у пострадавшего закрытый перелом, в оказание первой помощи входят те же действия, что и при открытом (1, 4, 5), за исключением наложения жгута.

**Правила оказания медицинской помощи при потере сознания.**

Причин, способных спровоцировать обморок, существует масса. Это резкий переход из горизонтального положения в вертикальное, тепловой удар, сильная боль, сильное волнение, испуг. Не думайте, что потеря сознания – что-то не существенное. Во время падения можно получить различные травмы. Обморок обычно длится одну-две минуты. За это время надо успеть оказать первую медицинскую помощь.

Потерявшего сознание человека нужно уложить. Понятно наше желание устроить человека покомфортнее, но ничего подкладывать в этом случае под голову не нужно. Наоборот, голову лучше запрокинуть. Очень бы пригодился нашатырный спирт в подобной ситуации. Его может заменить уксус или одеколон. Дайте потерявшему сознание понюхать ватку, смоченную в каком-нибудь из этих средств, смажьте ему виски. Потеря сознания происходит из-за недостаточного кровоснабжения мозга. Поэтому при оказании медицинской помощи находящемуся в обмороке человеку, чтобы кровь прилила к голове, следует приподнять ноги. Ослабив все мешающие дыханию застежки и завязки, разгоните всех любопытных, собравшихся поглазеть, чтобы они не мешали доступу свежего воздуха. К груди и лицу полезно приложить полотенце, смоченное в холодной воде. После того как человек придет в сознание, хорошо бы напоить человека крепким кофе или чаем.

Как ни велико желание быстро оказать первую медицинскую помощь при различных травмах, все же вначале следует вызвать скорую помощь или обратиться к врачам. При первой медицинской помощи главное не навредить пострадавшему еще больше. Поэтому помогая, надо быть уверенным в правильности своих действий и не экспериментировать.

1. **Практическая часть.** Учащиеся по очереди демонстрируют оказание первой медицинской помощи при переломах и обмороке. В этом помогает компетентный специалист.
2. **Итог занятия:** педагог задает вопросы «Что вы сегодня узнали об оказании первой медицинской помощи?», «Какие виды первой медицинской помощи бываю?», «Назовите правила оказания первой мед. помощи при переломе и потери сознания».

**Занятие 14. «Ты вышел на улицу».**

**Цель:** познакомит с правилами дорожного движения.

**Задачи:**

1. Познакомить с дорожными знаками.
2. Познакомить с правилами дорожного движения пешеходов.
3. Проиграть ситуацию проезда в «час пик».

**Оборудование:** макеты дорожных знаков и светофора.

**Виды работ:** мини-лекция, беседа, игра «Трамвайчик»

**Ход занятия:**

1. **Вступительное слово педагога.**

**Педагог:** Ребята, сегодня мы поговорим с вами о том, что особенного - перейти улицу, выйти из трамвая, троллейбуса, автобуса или войти в них.

На занятии вы узнаете немало интересного о языке улиц и дорог, правилах поведения на улице и в общественном транспорте и о многом другом.

2. **Ученик:** Дорожная история, дорожный язык, тот, на котором «говорят» все улицы, научат вас смелости, помогут не убегать от автомобилей, а спокойно проходить мимо них, зная, что они не тронутся, пока вы переходите дорогу. Ведь только грамотные пешеходы могут чувствовать себя на дороге в относительной безопасности.

**Ученик:** Старинная поговорка гласит: «Все дороги в Рим». И действительно все дороги когда-то скрещивались в Риме.

На центральной площади этой великой столицы древности стоял позолоченный камень. Отсюда, от этого камня, и отсчитывались все расстояния.

Но почему, же от него? Может быть, все дороги вели как раз не в Рим, а из Рима? Это, пожалуй, вернее.

Задолго до того как к золотому камню потянулись караваны с богатствами, награбленными в разных странах, от него во все четыре стороны отправлялись строем вооруженные до зубов римские легионы. Это была непобедимая армия. К тому времени она завоевала Египет, Сирию, Галлию, Британию……….

Римские солдаты сами прокладывали себе путь – военные дороги, без которых самое умелое войско становится бессильным.

**Ученик:** Эти древние дороги, созданные руками римских солдат и рабов, прошли испытания временем, прослужив ни много ни мало две тысячи лет.

Римляне строили прочно – так прочно, что их дороги сравнивали со стенами, которые сейчас можно увидеть в той же Италии, Китае, во Франции, на берегах Дуная. Они и сейчас выглядят так, как будто только вчера прошел здесь тяжеловооруженный легионер с огромным щитом и большим мечом.

В основание дороги римские строители закладывали два слоя камней, соединяя их известковым раствором. Поверх, снова на раствор, клали слой камней-голышей, величиной с кулак. Потом шел слой из голышей поменьше, с орех. И наконец сверху весь этот «пирог» покрывали щебнем.

Один ученый подсчитал, что дороги римлян протянулись на семьдесят тысяч километров.

**Ученик:** Заложив Петербург, Петр I сразу уже проявил заботу об улицах. Прокладка каждой новой улицы утверждалась им лично. Сперва это были всего лишь просеки. Даже главная улица – Невская перспектива - была только просекой от Адмиралтейства к Новгородской дороге. Прошло 7 лет – начались работы по мощению. Мостить было нечем – не было камня. В 1714 году Петр издаёт «Указ о привозе на речных судах и сухим путём возах, приезжающих в Санкт-Петербург, по определенному числу диких камней». В указе точно оговорено, какое судно сколько должно везти камней. Этот указ действовал больше 60 лет. Может быть, многим это и не нравилось, но камень в Петербург везли. Без него просто не пускали в город.

**Ученик:** В старину, когда посёлок от посёлка разделяли сотни верст, а кругом расстилались степи или шумели дремучие леса, путники для защиты от зверья и разбойников брали с собой в дорогу оружие и щиты. Бывало, встретятся два человека и, уступая друг другу дорогу, каждый берет чуть правее. Так было безопасней: левую сторону тела защищал щит и её было не так рискованно подставить незнакомцу.

Когда по дорогам и улицам помчались сани, дрожки, кареты (а потом и машины), люди решили: пусть весь транспорт движется по правой стороне. Правда, на земном шаре есть страны, где принято левостороннее движение (Англия, Япония и др.)

**Ученица:** Первое путешествие в России автомобиль совершил из Москвы в Петербург. На весь путь ушло 3 дня.

**Ученик:** Расстояние между населенными пунктами издавна принято считать от почты до почты. Все, кто выезжал из Москвы, начинали «отмерять версты» у Мясницких ворот (здание Главпочтамта).

**Педагог:** У дорог и улиц есть строгие законы. Законы эти требуют безукоризненного знания дорожного языка, улиц, перекрёстков, площадей.

**Ученик:** А как выйдет на улицу безграмотный пешеход? Дорога говорит ему что-то, перекрёсток «предупреждает» о чем-то, улица «кричит» о какой-то опасности, а пешеход, не зная языка дорог, идет себе беспечно. Потому что он дорожного знака не понимает, сигнала на перекрестке не видит, об опасности на улице не слышит.

**Ученик:** Незнание дорожного языка очень опасно. Случается, за такую безграмотность пешеход расплачивается жизнью.

А для того чтобы этого никогда не случилось ни с кем из вас, надо обязательно изучать дорожный язык. Когда человек учится читать, ему показывают буквы. Из букв складывают слова, из слов – целые предложения.

У дорожного языка есть свои буквы – знаки. Но их не нужно складывать в слова. Один знак, одна дорожная буква обозначает целую фразу – дорожный сигнал.

**Педагог:** Мы, конечно, не будем изучать все дорожные знаки, а познакомимся с самыми необходимыми.

**Ученица:** Самый главный дорожный знак – светофор. Прежде всего, пешеход глядит на него. Строго смотрит он своими тремя глазами:

Красный – «Стой! Путь закрыт!»

Желтый – «Внимание!»

Зеленый – «Иди! Путь открыт»

**Ученица:** Почему светофор называют именно так, а не иначе? Слово это составлено из двух частей: «Свет» и «Фор». Ну, «свет» и есть «свет». А «фор»?

Слово «фор» произошло от греческого «Форос», что обозначает «носитель света», «несущий свет».

**Ученик:** *(выходит с макетом светофора).*

Почему для светофора были выбраны три цвета: красный, желтый, зеленый? Для запрещающего сигнала красный цвет взяли потому, что он хорошо виден и днем и ночью. Такой сигнал не меняет цвета даже в тумане.

Зеленый виден несколько хуже, но зато в спектре цветов он стоит далеко от красного и его нельзя с ним спутать.

**Ученица:** Светофоры существовали еще тогда, когда автомобилей и в помине не было. Светофору исполнилось 133 года. За это время они прошли несколько этапов развития.

*Мальчик с большим макетом светофора читает о нем стихотворение.*

А я Светофор, Светофорыч,

Машинам я друг с юных лет.

Им хочется скоро лететь через город-

Даю им зеленый свет!

А если взгляну построже,

Машинам проезда нет!

Зато переход открываю прохожим-

Даю им зеленый свет!

**Ученик:** И пешеходы, и водители должны разбираться в дорожных знаках.

Вот знаки в красных кружочках, они как бы сигналят красным светом: «Стоянка запрещена», «пешеходное движение запрещено», «велосипедное движение запрещено», «Движение запрещено». Недаром эти знаки называются **запрещающими.** (Выходят дети и в руках держат эти знаки.)

**Ученик:** А знаки, которые нарисованы в желтых треугольниках, сигналят желтым цветом, предупреждая: «Осторожно – впереди железнодорожный переезд», «Осторожно – скользкая дорога», «Осторожно – ремонтные работы», «Прочие опасности».

Эти знаки называются предупреждающими.

*(выходит следующая группа детей с этими знаками.)*

**Ученица:** Еще одна группа знаков **предписывает** «Здесьможно ехать на автомобиле, а здесь на велосипеде, здесь дорожка для пешеходов». *(Выходит группа детей с этими знаками.)*

Есть знаки, указывающие, где можно отдохнуть, где находится место стоянки, где можно пообедать, где окажут медицинскую помощь, откуда можно позвонить и т.д. Их так и называют – **указательными.** *(Выходит группа детей с такими знаками, и все вместе читают стихотворение.)*

Мы знаки дорожные,

Запомнить несложно,

Что каждый из нас

Говорит:

А здесь поворот,

А здесь наоборот

Проезд закрыт!

Чтоб машины не спешили,

Шел спокойно пешеход,

Помогать мы им решили:

Мы дежурим круглый год.

Самый малый знак

Дорожный,

Он стоит не просто так.

Будьте, будьте осторожны

Уважайте каждый знак.

**Педагог:** Может, кто-то захочет спросить, зачем ему эти знаки, если он не водитель. А ведь они, знаки, помогут и внимательному пешеходу, укажут ему, где скользкая дорога, где железнодорожный переезд, чтобы он был внимателен. Каждому, кто отправляется на велосипедную прогулку, необходимо знать дорожный знак, запрещающий ехать велосипедам.

Занятие наше продолжается, и мы начинаем разговор о знаках, которые заботятся исключительно о пешеходах.

**Ученик:** Знакиэти не развешиваются вдоль улиц, не мигают, как светофор, этими знаками разметили дороги, по которым ходят люди. Это линии разметки.

**Ученица:** Несется по дороге поток машин. Светофор подмигнул пешеходам зеленым глазом: «Идите», - и словно мост перекинулся через улицу, преградил путь потоку машин. И уже не страшен он пешеходу, смело может шагать он по пешеходному переходу.

**Ученик:** А это что за полосатая дорожка? Для чего ее расстелили поперек улицы? Тоже для пешеходов. Светофора здесь нет. Но водитель еще издали заметит такую «зебру», убавит скорость, притормозит.

**Педагог:** Итак, мы ознакомились с историей улиц и дорог, с дорожными знаками, а теперь перечислим правила поведения для пешеходов и узнаем, какие обязанности у инспекторов ГИБДД.

***Правила для пешеходов*** *(ученики называют по очереди).*

* 1. Не мусори на тротуарах, это может привести к несчастному случаю.
  2. Если навстречу идет девочка или старший - посторонись и дай дорогу.
  3. Если рядом поскользнулся прохожий – поддержи его под руку. Если он упадет – помоги подняться.
  4. Садясь в трамвай или автобус, пропусти первым в двери своего спутника или спутницу.
  5. Если подойдет старик, старушка или женщина с маленьким ребенком – пропусти их вперед.
  6. Мальчику выходить из троллейбуса или автобуса лучше первым, чтобы дать руку и помочь спуститься женщине с ребенком, старушке или девочке.
  7. Пробираясь к выходу из вагона, не расталкивай стоящих впереди и не подталкивай их в спину. Пользуйся не руками, а голосом. Это и вернее, и вежливее.
  8. При переходе улицы, если светофора на этом месте нет, то входя на проезжую часть, посмотри налево – не приближается ли какая-нибудь машина. А дойдя до середины улицы, посмотри направо – не идет ли машина оттуда.
  9. Не перебегай улицу перед движущимся транспортом. Это опасно. Обожди, пока он остановится или проедет.
  10. Переходи улицу только у перекрестка, а также там, где есть знак «ПЕРЕХОД» или широкие поперечные полосы на мостовой, и только тогда, когда на светофоре загорятся зеленый свет с изображением идущего человека или на указателе слово «ИДИТЕ». Существует несколько видов переходов, а именно: **наземный, подземный, надземный.**

**Ученик:** Вы знаете, конечно, человека, который может одним движением руки остановить поток прохожих и пропустить грузовики. Это сотрудник автомобильной инспекции (ГИБДД) – инспектор ГИБДД. Слово ГИБДД расшифровывается так: Государственная инспекция безопасности дорожного движения.

**Ученица:** В холодное время года одет он в теплый непромокаемый кожаный костюм, на голове защитный шлем. Еще у инспекторов ГИБДД есть жилет (лимонного цвета) со светоотражающими полосами для лучшей видимости ночью. И на нем надпись ДПС, т.е. дорожно-патрульная служба. А главное – полосатые нарукавники, полосатый пояс и полосатый жезл. Полоски эти непростые. Они отражают свет и в темноте светятся, потому что покрыты мельчайшими частицами стекла или полистрола.

**Ученик.** Любой водитель поэтому видит ночью инспектора. У инспектора есть радиотелефон, который позволяет ему разговаривать с соседним или дальним постовым, с патрульной машиной.

Машина ГИБДД оснащена еще лучше. У нее есть все, чтобы слышать и видеть на дороге лучше всех: радиостанция, громкоговоритель, желтые противотуманные фары, мощная фара-искатель, поворачивающаяся в любую сторону.

Есть радиолокатор, поставленный внутри машины, который определяет скорость любого автомобиля.

Инспектор через микрофон останавливает любого нарушителя: и водителя, и пешехода. На дороге ему обязаны все подчиняться, ведь здесь он самый главный человек. Он командир движения.

Есть у машины ГИБДД проблесковый маячок. Его, как и сирену, инспектор включает в исключительных случаях. В распоряжении инспекторов ГИБДД специальные автомобили, мотоциклы и даже вертолеты.

*В заключении слово предоставляется инспектору ГИБДД.*

**3. Игра «Трамвайчик».**

**Педагог:** Ребята вы сейчас познакомились с основными правилами дорожного движения, а теперь давайте поиграем.

**Инструкция:** Необходимо объяснить, что этот вид транспорта в часы «пик» бывает очень загружен, поэтому в него трудно сесть. Для проведения игры вся группа выстраивается в колонну по 3 человека. Ребята берутся за руки и не пропускают опоздавшего и желающего попасть в уходящий трамвай пассажира.

**Задание.** «Пассажир», испытывающий чувство отторжения коллективом. Должен прорваться, преодолев препятствия и заслон, которые встречаются на его пути. Делается это с помощью разных средств: просьбы. Корректного физического действия, взгляда, приказа, хитрости. Важно, чтобы его пропустили или он волевым усилием проник к желаемой цели.

**Итог занятия:** обсуждение пройденного материала.

**Итоговое занятие 15. Викторина.**

**Цель:** проверка знаний по пройденному материалу.

**Задачи:**

* + 1. Провести викторину.

**Виды работ:** викторина, обсуждение.

**Ход занятия:**

* + - 1. **Вступительное слово педагога.**

**Педагог:** Ребята мы с вами прошли большой материал, теперь давайте проверим ваши знания. Я буду задавать вопросы, ответы на которые вы пишите на листочках. Листочки подписываете и сдаете.

1. **Викторина.**

1. Что такое этикет?

2. Золотое правило бизнеса?

3. Какие существуют средства и виды связи?

4. В каких ситуациях используются местоимения «ты» и «вы»?

5. Основные правила поведения на улице и в общественных местах?

6. В чём разница использования полотняных и бумажных салфеток?

7. Какие платежи необходимо делать ежемесячно?

8. Чем отличается письмо от телеграммы?

9. Нужен ли страховой медицинский полис и для чего?

10. Что едят вилкой, а что ложкой?

11. У вас мобильный телефон, где он будет помехой?

12. Одинаковы ли правила обхода транспортных средств (трамвай, автобус, троллейбус, маршрутное такси)?

13. На какие торжества необходимо приглашение?

14. Есть ли разница между килограммом и литром мёда?

15. Назовите телефоны вызова экстренных служб?

16. Можно ли дарить животных?

17. В какой одежде лучше всего посещать театр?

18. Назовите пословицы и поговорки, относящиеся к теме «Человек и общество»? Объясните их значение.

**5. Раздел «Я и закон»**

**Занятие 1. Права и обязанности человека в РФ**

**Цель:** сформировать представление о конституциональных правах и обязанностях гражданина РФ.

**Задачи:**

1. Выявить и актуализировать имеющиеся знания о правах и обязанностях человека

2.Дать определения понятиям «права» и «обязанности».

3.Познакомить с Конституцией РФ.

**Виды работ:** дискуссия «А как думаешь ты?» (Обсуждение ситуации), мини - лекция «Права и обязанности человека в РФ», упражнение «Данетка»

**Ход занятия.**

* 1. **Вступительное слово педагога.**
  2. **Дискуссия «А как думаешь ты?» (обсуждение ситуации)**

Для актуализации знания педагог организовывает дискуссию «А как думаешь ты, могут ли родители применять к детям физические наказания за провинности?»

1. **Мини – лекция «Права и обязанности человека в РФ»:**

**Педагог:** Ребята, тема нашего разговора «Права и обязанности человека в РФ». Для начала определим суть понятия «право». Для этого я попрошу вас обратиться к Толковому словарю Ожегова.

**Учащийся:** ПРАВО (из словаря Ожегова) – есть совокупность установленных и охраняемых государственной властью норм и правил, которые регулируют отношения между людьми.

**Педагог:** ПРАВО (по курсу обществознания, доктор педагогических наук Л. Боголюбов) – это нормативная форма выражения формального равенства людей в общественных отношениях. Признание формального равенства людей подразумевает их свободу и независимость.

Существуют международные и федеральные документы, которые действительно призваны защищать нас, граждан: взрослых и детей, определяя и подчеркивая наши права. Какие документы вы сможете назвать? Молодцы! Это Всеобщая декларация прав человека и гражданина; Конвенция ООН о правах ребенка; Конституция РФ; Жилищный, Трудовой, Административный, Уголовный, Уголовно- процессуальный кодексы и т.д.

Сегодня мы возьмем для работы один документ (Конституция РФ) и выделим основные права гражданина, живущего в РФ, и права ребенка.

Конституция - основной закон государства, определя­ющий основы общественного и государственного строя, систему государственных органов, права и обязанности граждан. Нынешняя конституция была принята 12 декабря 1993 года.

Какие же права и обязанности есть у граждан – у вас? Их много, и некоторые из них вы уже знаете.

Давайте обратимся к Конституции РФ, изучим статьи.

Статья 20. Каждый имеет право на жизнь.

Статья 22. Каждый имеет право на сво­боду и личную неприкосновенность.

Статья 27. Каждый имеет право сво­бодно передвигаться, выбирать место пребывания и жительства.

Статья 40. Каждый имеет право на жи­лище. Никто не может быть произвольно лишен жилища.

Статья 41. Каждый имеет право на охрану здоровья и медицинскую помощь и т.д.

Каждый из нас имеет право на бесплатное образованием, и мы этим правом действительно пользуемся, потому, что каждый день ходим в школу.

Учеба – это основное ваше право, ваш главный основной труд и основная обязанность.

Мы с вами имеем право не только на образование (учеба – наш главный труд), но и право на отдых. Родители не должны забывать о том, что право на отдых, на игры, на праздники.

Кроме этого дети имеют право на собственное мнение, хотя вы можете думать, думаете не так, как взрослые, с большей долей фантазии и мечты. Но свои мысли вы можете свободно высказывать вслух, записывать, при желании напечатать в газете, в журнале. Опубликовать личный сборник своих творческих работ.

Для счастья и достойной жизни нужно многое, прежде всего, мир. Право на мирную жизнь, право на ЗОЖ, также записано в Конвенции о правах ребенка и Конституции РФ.

Я хочу прочитать вам ещё одну статью Конституции: «Способность иметь гражданское право и нести обязанности признаётся в равной мере за всеми гражданами». Каждому праву соответствует обязанность. Например, ваше право на свободу высказывания, ограничено обязанностью, не говорить неправду, не говорить вещи, унижающие другого человека. Это ваша обязанность.

- А что такое обязанность? (Дети ищут толкование слова в словаре Ожегова.)

**Учащийся:** Обязанность – круг действий, возложенных на кого-нибудь и безусловных для выполнения.

**Педагог:** Основные обязанности граждан России: соблюдать Конституцию РФ и законы; забота о детях, их воспитание, забота о нетрудоспособных родителях;  получение основного общего образования; забота о сохранении исторического и культурного наследия; обязанность платить законно установленные налоги и сборы; охрана природы и окружающей среды; защита Отечества. Обязанности бывают самые разные, и они проявляются повсюду: в школе, дома, общественных местах. Главное о них помнить и выполнять.

Какие обязанности школьника вы знаете?

**Учащийся**: 1. Прилежно учиться.

2. Выполнять требования учителя, дежурных.

3. Соблюдать технику безопасности.

4. Беречь школьное имущество.

5. Выполнять распорядок дня.

6. Придерживаться правил культурного поведения.

7. Уважать права других.

**Педагог:** Мы говорили об обязанностях, а вернулись к правам. Почему? (Нет прав без обязанностей, а обязанностей без прав.)

Пройдёт немного времени и у вас появится ещё одно гражданское право. Когда вам исполнится 18 лет, вы сможете голосовать и избираться в органы государственной власти. Может быть, среди вас сидит будущий президент.

Мы сегодня говорили о правах и обязанностях человека. Определили и выделили группу прав, которые являются основополагающими для каждого гражданина любой страны мира как взрослого, так и ребенка. Повторим их.

Право на жизнь, имя, гражданство, благополучие и любовь, образование, отдых на личную жизнь, собственное мнение на мирную жизнь, здоровый образ жизни.

По ходу нашего разговора мы выделим три основных принципа, которые и есть ваши обязанности как человека-гражданина, как учащегося и подростка.

**Первый учащийся:**Наша первая обязанность – любить свою Родину и гордиться статусом гражданина Российской Федерации. Любить свою семью.

**Второй учащийся:** Наша вторая обязанность – учиться, учиться и учиться.

**Третий учащийся:** Наша третья обязанность – стараться вести достойный и здоровый образ жизни.

1. **Упражнение «Данетка»:**

**Педагог:** выполним для закрепления материала следующее упражнение. Отвечать «да» или «нет».

1.Как вы считаешь, существуют ли у тебя обязанности перед школой?

- Да, существуют.

- Нет.

2.Разрешено ли нам нарушать права других людей?

- Да, конечно разрешено.

- Нет, запрещено.

3.Как ты считаешь, каждый ли ребенок имеет право жить и воспитываться в семье?

- Нет, это право имеют только те дети, которые любят и уважают своих родителей.

- Да, это право доступно для каждого ребенка.

4.У только, что родившегося ребенка есть ли по закону какие- либо права?

-Нет, не имеет.

-Да, он с самого рождения приобретает права.

1. **Домашнее задание:** выучить определения «права» и «обязанности».
2. **Итог занятия:** ребята отвечают на вопрос: «Нужно и важно ли в нашей жизни знание свои прав и обязанностей?», «Почему?».

**Занятие 2. Правоспособность и дееспособность несовершеннолетних. Имущественные права и ответственность несовершеннолетних. Защита гражданских прав несовершеннолетних**

**Цель:** познакомить с Гражданским кодексом РФ

Задачи:

1.Сформировать знания убеждения о необходимости подчинения регуляторам личных (гражданских) прав и свобод, навыки законопослушного поведения

2.Раскрыть содержание юридических терминов «правоспособность», «дееспособность», «имущественные и гражданские права», «ответственность»

**Виды работ:** задание «Найди определения в ГК РФ», игра «Меню» (ответы на вопросы с использованием дидактического материала в виде карточек с извлечениями из законов РФ о правоспособности и дееспособности), Игра «Пирамида правовой активности»

**Ход занятия.**

1. **Вступительное слово педагога.**
2. **Задание «Найди определения».**

**Педагог:** На прошлом занятии мы с вами познакомились с Конституцией РФ, понятием «право» и «обязанность». Сегодня мы продолжим изучение темы «Я и закон», рассмотрим другой немало важный нормативный документ - Гражданский кодекс РФ.

Вам необходимо найти определения следующих терминов в ГК РФ, толковом словаре Ожегова: «правоспособность», «дееспособность», «имущественные и гражданские права», «ответственность».

С момента рождения до смерти человек обладает правоспособностью.

**Правоспособность** - это способность иметь гражданские права и нести обязанности. В содержание правоспособности входит право владеть имуществом, заниматься предпринимательской и любой другой деятельностью, совершать любые не противоречащие закону сделки и т.д.

Однако для того, чтобы полностью самостоятельно осуществлять свои права и исполнять обязанности, связанные с ними, необходимо быть дееспособным.

**Дееспособность** - это способность гражданина своими действиями приобретать и осуществлять гражданские права, создавать для себя гражданские обязанности и исполнять их.

Дееспособность в полном объеме возникает только с наступлением совершеннолетия, то есть с 18-летнего возраста. Граждане, достигшие 14 лет, являются относительно дееспособными. Это означает, что они имеют право вполне самостоятельно совершать ряд сделок (мелкие бытовые сделки, сделки, направленные на безвозмездное получение выгоды, не требующие нотариального удостоверения либо государственной регистрации и т. д.) и вправе самостоятельно, без согласия усыновителей, попечителей осуществлять следующие действия:

- распоряжаться своим заработком, стипендией и иными доходами;

- осуществлять права автора произведения науки, литературы или искусства, изобретения или иного охраняемого законом результата своей интеллектуальной деятельности;

- в соответствии с законом вносить вклады в кредитные учреждения и распоряжаться ими.

Законом предусмотрено два случая наступления полной дееспособности до достижения 18 лет:

- при вступлении в брак до достижения I8 лет несовершеннолетний приобретает дееспособность в полном объеме. При расторжении брака дееспособность, приобретенная таким образом, со­храняется в полном объеме;

**- эмансипация** - объявление несовершеннолетнего полностью дееспособным.

**Имущественные права** - юридически закрепленные права юридических и физических лиц владеть, распоряжаться и пользоваться определенными имущественными ценностями, правовая фиксация принадлежности имущественной ценности конкретному лицу.

**Гражданское право** - это система правовых норм, регу­лирующих имущественные, а также связанные и некоторые не связан­ные с ними личные неимущественные отношения, основанные на не­зависимости, имущественной самостоятельности и юридическом равенстве сторон в целях создания наиболее благоприятных условий для удовлетворения частных потребностей и интересов, а также нор­мального развития экономических отношений в обществе.

**Ответственность** - определенный уровень негативных последствий для субъекта в случае нарушения им установленных требований.

1. **Игра «Меню» (ответы на вопросы с использованием дидактического материала в виде карточек с извлечениями из законов РФ о правоспособности и дееспособности):**

Педагог делит ребят по 2-3 человека, объединяя, таким образом, в группы, раздает 15 карточек с извлечением из законов РФ о право-, дееспособности. В течение 5 минут участники изучают тексты. Затем задаются вопросы: «С какого возраста это возможно» У кого имеется карточка с ответом, докладывает всем ребятам.

**Карточки:**

1.Частичная дееспособность (с14 до 18 лет) означает, что несовершеннолетние могут осуществлять сделки только с письменного одобрения родителями, усыновителями или попечителями.

2.От 14 до 18 лет самостоятельно можно:

        - распоряжаться своим заработком, стипендией и иными доходами;

        - иметь авторские права;

        - вносить вклады в кредитные учреждения и распоряжаться ими;

        - совершать мелкие бытовые сделки.

3.С 16 лет можно быть членом кооператива.

4.От 14 до 18 самостоятельно несут имущественную ответственность по сделкам  и за нанесённый вред.

5.В 16 лет можно быть объявленным эмансипированным, т.е. полностью дееспособным, если работаешь по контракту или занимаешься                       предпринимательством, а также вступил в брак.

6.Малолетние в возрасте от 6 до 14 лет вправе самостоятельно совершать мелкие бытовые сделки.

**7**.За вред, причинённый малолетними (с 6 до 14 лет), отвечают их родители, опекуны или усыновители.

8.В случае, когда у несовершеннолетнего в возрасте от 14 до 18 лет нет средств  по возмещению причинённого им вреда, вред должен быть возмещён родителями, усыновителями или попечителями.

9.Административная ответственность ( в виде штрафа, предупреждения) наступает с 16 лет за:

- мелкие хищения;

- правонарушения с использованием транспортных средств;

- правонарушения с применением огнестрельного оружия, боеприпасов;

- мелкое хулиганство;

- злостное неповиновение сотруднику милиции;

- появление в пьяном виде в общественных местах;

- употребление наркотических средств в общественных местах и др.;

10.С 14 лет несут уголовную ответственность за совершение следующих преступлений:

- убийство;

- умышленное причинение тяжкого вреда здоровью или средней тяжести вреда здоровью;

- похищение человека;

- изнасилование; насильственные действия сексуального характера;

- кража, грабёж, разбой;

- вымогательство;

- неправомерное завладение автомобилем или другим транспортным средством без цели хищения;

- терроризм, захват заложников;

- заведомо ложное сообщение об акте терроризма;

 - хулиганство при отягчающих обстоятельствах;

- вандализм.

11.С 16 лет несут уголовную ответственность по всем статьям Уголовного Кодекса РФ. Лишение свободы несовершеннолетним осужденным назначается на срок не более 10 лет.

12.Депутатом Думы может быть  избран гражданин РФ, достигший 21 года и имеющий право участвовать в выборах.

13. Граждане РФ имеют право избирать с 18 лет в органы государственной власти.

14. Президентом РФ может быть избран гражданин РФ не моложе 35 лет,  постоянно проживающий в РФ не менее 10 лет.

15. Судьями могут быть граждане РФ, достигшие 25 лет, имеющие высшее  юридическое образование, стаж работы по юридической профессии не  менее 5 лет.

**Вопросы для игры «Меню».**

С какого возраста это возможно?

1. Положить деньги в банк.

2. Купить тетрадь и ручку.

3. Продать швейную машинку.

4. Участвовать в телепередаче.

5. Забрать братишку из детского сада.

6. Вступить в брак.

7. Брать деньги в долг.

8. Водить автомобиль.

9. Кататься на мотоцикле.

10. Поехать в путешествие.

11. Напечатать в газете своё стихотворение.

12. Поступить на работу.

13. Участвовать в выборах в думу.

14.Избираться Президентом.

15. Привлекаться за мелкое хулиганство.

16. Привлекаться к уголовной ответственности за вымогательство.

17. Наказываться за неповиновение сотруднику милиции.

18. Оплатить стоимость сломанной парты.

19. Отвечать за преступления по всем статьям Уголовного Кодекса.

20. Вступить в строительный кооператив.

21. Могут объявить о вашей эмансипации.

22. Продать полученный в наследство дом.

23. Быть арестованным.

24. Быть задержанным.

25. Привлекаться к уголовной ответственности.

**4. Игра «Пирамида правовой активности»**

Перед законом все граждане равны. Вспомните, как выглядела Фемида – богиня правосудия. Завязанные глаза, весы в одной руке, меч – в другой. Беспристрастная, справедливая, карающая за преступление…

У всех по закону одинаковые стартовые возможности. А что будет на финише?

- Может ли ленивый, безвольный человек стать судьёй, депутатом, президентом?

- Если не занимаешься спортом, часто болеешь, сможешь ли выдержать нагрузки в армии, служить в милиции?

- Если не получил среднего образования, можешь ли обучаться в вузе?

- Может ли человек без высшего образования возглавить фирму, банк, завод?

- Может ли большое наследство сделать человека полностью свободным?

- Защитят ли вас деньги от всех проблем, болезней, обид, обмана, зависти окружающих, конкуренции, пожара, наводнения и др.

Ребята вместе с педагогом оформляют пирамиду правой активности.

ПИРАМИДА ПРАВОВОЙ АКТИВНОСТИ

С 10 лет

Право дать согласие на опеку, выбрать с кем  из родителей жить.

С 6-7 лет

Мелкие бытовые сделки, обучение в школе.

С 0 лет

НАЧАЛО  правоспособности

С 35 лет

Президент

С 25 лет

Судья

С 21 года

Депутат Думы

С 18 лет

ПОЛНАЯ    ДЕЕСПОСОБНОСТЬ

С 16 лет

Можно объявить эмансипацию, вступить в кооператив

С 14 лет

Получить паспорт, отвечать за некоторые преступления, за ущерб, подвергаться принудительным мерам воспитания

**Занятие 3.Порядок получения жилой площади. Права несовершеннолетних членов семьи нанимателя жилого помещения. Дополнительные гарантии прав на жилое помещение.**

**Цель:** познакомить с Жилищным кодексом РФ.

**Задачи:**

1. Разъяснить жилищные права несовершеннолетних;

2.Рассказать о дополнительных гарантиях прав на жилое помещение для несовершеннолетних из числа детей- сирот и детей, оставшихся без попечения родителей;

3. Познакомить с основными юридическими терминами Жилищного кодекса РФ;

4. Дать представление о жилищных организациях, их деятельности и услугах;

5. Информировать о том, куда можно обратиться гражданину в случае нарушения его жилищных прав.

**Виды работ:** лекция «Мои жилищные права», конкурс - викторина «Жилье мое».

**Ход занятия.**

1. **Вступительное слово педагога**
2. **Лекция «Мои жилищные права»**

**Педагог:** Государство гарантирует право на жилье, но, получив жилое помещение, ты обязан сохранять его в целости и сохранности, ежемесячно оплачивать коммунальные платежи за квартиру, электричество, газ, воду, телефон и т. д. Не выполняя основных требований, ты можешь лишиться права на жилье (статья 40 Конституция Российской Федерации, статья 153, 155 Жилищного Кодекса Российской Федерации от 29.12.2004 № 188-ФЗ, статья 8 Федерального закона от 21.12.1996 №159-ФЗ).

Помните, что как только Вам исполнится 23 года, Вы перестаете относиться к категории лиц из числа детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей, и теряете льготу на внеочередное получение жилья, т.е. сможете встать в очередь на получение жилья только на общих основаниях.

**Жилье после выпуска**

Если ты был направлен в детский дом, и жилье за тобой не сохранялось, то по окончании учебы в государственном образовательном учреждении государство обязано обеспечить тебя отдельным жилым помещением вне очереди.

Дети-сироты и дети, оставшиеся без попечения родителей, а также дети, находящиеся под опекой (попечительством), не имеющие закрепленного жилого помещения, после окончания пребывания в образовательном учреждении или учреждении социального обслуживания, а также в учреждениях всех видов профессионального образования, либо по окончании службы в рядах Вооруженных Сил Российской Федерации, либо после возвращения из учреждений, исполняющих наказание в виде лишения свободы, обеспечиваются органами исполнительной власти по месту жительства вне очереди жилой площадью не ниже установленных социальных норм (статья 8 Федерального закона от 21.12.1996 №159-ФЗ).

Согласно статьи 8 Федерального закона Российской Федерации «О дополнительных гарантиях по социальной защите детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей» от 21.12.1996 №159-ФЗ, дети-сироты и дети, оставшиеся без попечения родителей, а также дети, находящиеся под опекой (попечительством), имевшие закрепленное жилое помещение, сохраняют на него право на весь период пребывания в образовательном учреждении или учреждении социального обслуживания населения, а также в учреждениях всех видов профессионального образования независимо от форм собственности, на период службы в рядах Вооруженных Сил Российской Федерации, на период нахождения в учреждениях, исполняющих наказание в виде лишения свободы.

Если ты хочешь получить жилье сразу же по выходу из образовательного учреждения, то тебе необходимо обратиться к администрации учреждения, которое поможет собрать тебе все необходимые документы и направить их в уполномоченный орган.

**Порядок предоставления жилых помещений по договорам социального найма детям-сиротам.**

Жилые помещения по договорам социального найма предоставляются детям-сиротам по их заявлению, поданному в уполномоченный орган. Необходимо написать заявление о предоставлении жилого помещения и приложить следующие документы:

документ, удостоверяющий личность;

документы, подтверждающие окончание пребывания в образовательном учреждении или учреждении социального обслуживания, учреждениях всех видов профессионального образования независимо от форм собственности, либо окончание службы в рядах Вооруженных Сил Российской Федерации, либо возвращение из учреждений, исполняющих наказание в виде лишения свободы;

в случае приобретения в установленном порядке полной дееспособности до достижения совершеннолетия, - решение органа опеки и попечительства или решение суда об объявлении несовершеннолетнего полностью дееспособным либо свидетельство о заключении брака;

справку органа опеки и попечительства об отсутствии закрепленного жилого помещения;

документы, выданные органами, осуществляющими государственную регистрацию прав на недвижимое имущество и сделок с ним, и органами, осуществляющими техническую инвентаризацию, подтверждающие отсутствие жилых помещений в собственности;

справку органа местного самоуправления о состоянии на учете в качестве нуждающегося в жилом помещении с указанием даты постановки на учет и основания признания нуждающимся в жилом помещении, предоставляемом по договору социального найма.

**Какое жилье тебе должны предоставить?**

Это жилое помещение может быть комнатой или квартирой. Государство должно учитывать твое состояние здоровья. Обращаем твоё внимание, что ты не должен вселяться в аварийное жилое помещение, а также в одну комнату разнополых лиц, кроме супругов.

Если тебе предоставляют комнату, выясни, кто будет твоим соседом (соседкой). Не связаны ли они с криминальной средой, не страдают ли психическими заболеваниями, алкоголизмом, наркоманией; сможешь ли ты проживать в коммунальной квартире (с учетом твоего возраста) с такими лицами.

Обязательно выясни, не претендуют ли твои соседи на присоединение комнаты или на ее выкуп.

Проверка жилья, предоставляемого государством после выпуска должна производиться твоими попечителями (сотрудниками учреждения) с твоим участием.

**Как узнать, закреплено ли за тобой жилое помещение?**

В твоем личном деле, хранящемся в учреждении, имеется решение исполнительных органов о помещении тебя в государственное детское учреждение, где обязательно указано, закреплено ли за тобой жилое помещение или ты такового не имеешь.

**Как отделить себе изолированное жилье, если размер квартиры позволяет сделать это, и ты не хочешь жить одной семьей с родственниками?**

Ты вправе требовать в суде заключения отдельного договора социального найма на изолированное жилое помещение в пределах квартиры, которое ты фактически занимаешь или которое соответствует твоей доле.

Пример. В 3-х или 4-х комнатной квартире ты занимаешь одну из изолированных комнат, пользуясь ею единолично, врезал в дверь замок с общего согласия, другими комнатами не пользуешься. Все вместе подайте заявление в жилищные органы о разделе квартиры по взаимному согласию. Если тебе будет отказано, отказ может быть обжалован в суде. Обжаловать в суде можно и отказ других проживающих, достигших 18 лет. Если разделить квартиру невозможно (нет изолированной комнаты, совмещенный санузел, кухня менее 5 кв. м), у тебя есть право подобрать варианты обмена для себя и тех, кто живет с тобой, и предложить обмен в добровольном порядке. Таких вариантов ты можешь подобрать несколько, а можешь ограничиться и одним: главное - учесть пожелания всех участников обмена. Если же ты пришел к выводу, что согласия на обмен не получишь, даже с одним вариантом, не ухудшающим жилищные условия других жильцов квартиры, ты вправе обратиться в суд с иском о произведении обмена. В этом случае тебе необходимо собрать все документы (домовую книгу, копии финансово-лицевых счетов, поэтажные планы, документы о семейных отношениях и др.).

Обмен жилыми помещениями по договорам социального найма не допускается если: к нанимателю обмениваемого жилого помещения предъявлен иск о расторжении или об изменении договора социального найма жилого помещения; право пользования обмениваемым жилым помещением оспаривается в судебном порядке; обмениваемое жилое помещение признано непригодным для проживания; принято решение о сносе дома или его переоборудовании для использования в других целях; принято решение о капитальном ремонте дома с переустройством и (или) перепланировкой; вселяется гражданин, страдающий одной из тяжелых форм хронических заболеваний. Обмен жилыми помещениями предоставляется с согласия наймодателей на основании договора об обмене жилыми помещениями.

Отказ наймодателя в даче согласия на обмен может быть обжалован в судебном порядке. (статьи 73,74 Жилищный кодекс Российской Федерации)

**Если дом, где ты получил жилье, решили сносить...**

Если тебе известно, что твой дом подлежит сносу, то должен помнить следующее:

• если твоя жилая площадь муниципальная, новое жилье при выселении по размерам не должно быть меньше того, из которого тебя выселяют. Вместе с тем, размер предлагаемого помещения должен быть таков, чтобы ты, получив его, не мог быть вновь признан нуждающимся в улучшении жилищных условий.;

• даже если ты проживал в неблагоустроенном жилом помещении и не имел необходимых коммунальных удобств, предлагаемое помещение должно быть благоустроенным применительно к местности, где ты живешь, а также отвечать санитарным и техническим требованиям жилых помещений;

• вновь предоставляемое жилое помещение должно находиться в том же населенном пункте (статьи 86, 87, 89 Жилищный Кодекс Российской Федерации).

**Компенсация расходов на ремонт жилого помещения**

В соответствии с законом Иркутской области от 17.12.2008г. №107-ОЗ с 01.01.2013 года у тебя появляется возможность получить компенсацию за ремонт своего жилого помещения на следующих условиях:

• компенсация предоставляется в случае понесенных расходов тобою в возрасте до 19 лет включительно в связи с ремонтом жилого помещения, принадлежащего тебе на праве собственности.

• компенсация расходов предоставляется однократно в размере произведенных на ремонт затрат, но не более 100 000 рублей

• Ты, вправе обратиться в уполномоченный орган за предоставлением компенсации расходов в возрасте до 19 лет включительно.

Не предоставляется компенсация расходов на ремонт следующих жилых помещений:

• признанных в установленном порядке непригодными для проживания;

• в многоквартирных домах, признанных в установленном порядке аварийными и подлежащими сносу или реконструкции;

• принадлежащих на праве общей собственности лицам из числа детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей, и иным лицам, не относящимся к детям-сиротам и детям, оставшимся без попечения родителей, лицам из числа детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей.

1. **Конкурс - викторина «Жилье мое»**

Педагог делит ребят на две группы, выбирает экспертов. Команды должны ответить на следующие вопросы:

-Что дает приватизация жилья, и стоит ли приватизировать квартиру?

-Куда нужно обращаться сироте, чтобы встать на льготную очередь для внеочередного получения жилья?

-Как арендовать жилье?

Эксперты оценивают команды и подводят итоги.

1. **Заключительное слово педагога**

**Занятие 4. Права на труд и его реализации. Трудовые права несовершеннолетних. Трудовая дисциплина.**

**Цель:** познакомить с Трудовым кодексом РФ.

**Задачи:**

1. Дать определения терминам «трудовые права», «дополнительные гарантии реализации права на труд работников до 18 лет», «трудовая дисциплина», «дисциплинарная ответственность», «трудовой договор»;

2. дать представление о пакете документов, необходимых для трудоустройства или обращения в ЦЗН.

**Виды работ:** лекция «Трудовые права и трудовая дисциплина», экскурсия в отдел кадров предприятия/ учреждения.

**Ход занятия.**

1. **Лекция «Трудовые права и трудовая дисциплина»**

**Педагог:**

Каждый человек имеет право свободно распоряжаться своими способностями к труду, выбирать себе род занятий и профессию. Вступая в какие-либо трудовые отношения, ты приобретаешь статус работника, и, следовательно, наделяешься соответствующими правами и обязанностями.

По общему правилу ты не можешь быть принят на работу до достижения возраста 16 лет.

Но из всех правил есть свои исключения. Так, если тебе:

- **15** и ты учишься в школе или в ином учебном заведении, то можешь выполнять легкий труд, если он не вредит твоему здоровью и не мешает твоему обучению в школе или в ином учебном заведении.

- **14**, то ты также может выполнять легкий труд, но только с согласия родителей (попечителей) и органов опеки и попечительства.

**Если тебе нет еще 14,** но очень хочется работать, то единственное место, где ты можешь устроиться (с согласия родителей (опекунов), органов опеки и попечительства и если данная работа не будет наносить ущерба твоему здоровью и нравственному развитию) - в организациях кинематографии, театрах, театральных и концертных организациях, цирках. Кроме того, трудовой договор (документ, в котором указаны все твои права и обязанности, в связи с выполняемой работой) будут подписывать твои родители (опекуны).

Кроме того, чтобы ты был принят на работу, необходимо пройти обязательный предварительный медицинский осмотр.

**Если тебе от 14 до 18 лет, и ты очень хочешь устроиться на работу,** то государство может предоставить тебе услуги по организации твоего временного трудоустройства в свободное от учебы время. Для этого необходимо обратиться в государственную службу занятости населения (в каждом районе города своя, адреса указаны ниже).

Настал день и ты вступил в трудовые отношения (т.е. заключил трудовой договор). Какими дополнительные правами и льготами ты можешь быть наделен как несовершеннолетний?

1. по общему правилу при заключении трудового договора может быть предусмотрено условие об испытании работника в целях проверки его соответствия поручаемой работе, но так как ты несовершеннолетний, то испытательный срок не может быть установлен.

2. продолжительность твоего рабочего дня, если тебе от 15 до 16 лет не может быть больше 5 часов в день, если ты старше 16 лет, то 7 часов в день, если ты учишься и совмещаешь работу и учебу, то в возрасте от 14 до 16 - 2,5 часа в день, а от 16 до 18 - 4 часа в день. Кроме того, нельзя забывать, что продолжительность твоего рабочего времени в неделю в возрасте до 16 лет - не может быть более 24 часов, а от 16 до 18 лет - 35 часов.

3. оплата твоего труда будет проводиться с учетом продолжительности рабочего дня, но если ты будешь хорошо работать, и работодатель это заметит, то он может за счет собственных средств произвести доплату.

4. по общему правилу ежегодный оплачиваемый отпуск должен предоставляться работнику ежегодно. Право на использование отпуска за первый год работы возникает у работника по истечению 6 месяцев его непрерывной работы, но так как ты несовершеннолетний, то тебе могут предоставить отпуск по твоему заявлению и до истечения 6 месяцев.

5. Если вдруг работодатель скажет, что ты не соответствуешь каким-либо требованиям, он не может тебя уволить без согласия государственной инспекции труда и комиссии по делам несовершеннолетних и защите их прав.  
Кроме того, тебя не могут заставить работать на:

- тяжелых работах;

- подземных работах;

- работах с вредными условиями труда;

- работах в ночное время;

- сверхурочных работах;

- работах, выполняемых вахтовым методом.

Если твоя работа связана с подъемом и перемещением тяжестей вручную, то для твоего работодателя существуют определенные правила о количестве груза, который ты можешь поднимать, в зависимости от твоего возраста.

Важным институтом [трудового права](http://www.grandars.ru/college/pravovedenie/trudovoe-pravo.html) является трудовая дисциплина (дисциплина труда). Она выступает необходимым условием всякой общей работы.

**Трудовая дисциплина** — представляет собой совокупность норм и правил поведения работников в процессе коллективного [труда](http://www.grandars.ru/college/pravovedenie/trudovoe-pravo.html).

Любой рабочий коллектив подчиняется трудовому распорядку. Трудовой распорядок определяется правилами внутреннею трудового распорядка.

**Правила внутреннего трудового распорядка организации** — локальный нормативный акт организации, регламентирующий в соответствии с Трудовым кодексом РФ и иными федеральными законами порядок приема и увольнения работников, основные права, обязанности и ответственность сторон трудового договора, режим работы, время отдыха, применяемые к работникам меры поощрения и взыскания, а также иные вопросы регулирования трудовых отношений в организации.

За образцовое выполнение своих трудовых обязанностей, повышения производительности труда, инициативность и др. профессиональные успехи применяются **меры поощрения:**

- объявление благодарности;

- премирование;

- награждение почетной грамотой.

**Нарушение трудовой дисциплины**, т.е. неисполнение по вине работника возложенных на него трудовых обязанностей, а также нарушение настоящих правил, влечет за собой применение мер дисциплинарного взыскания:

- замечание;

- выговор;

- увольнение на соответствующих основаниях.

1. **Экскурсия в отдел кадров предприятия/ учреждения**

Педагог совместно со специалистом отдела кадров знакомит ребят с основными направлениями работы отдела. Они рассказывают, как проходит собеседование при приеме на работу, какие документы для этого требуются, курьезные случаи из жизни. Также затрагивается тема, касающаяся основных качеств успешного работника ( ответственность, пунктуальность, активность и т.д.). Специалист отдела кадров заостряет внимание ребят на права, обязанности и гарантии несовершеннолетнего работника.

1. **Заключительное слово педагога**

**Содержание памяток для раздачи с полезной информацией**

**1. Как подготовиться к собеседованию с работодателем?**

1. Постарайтесь получить как можно больше информации о компании, в которую Вы собираетесь устраиваться на работу.

2. Узнайте всё о характере предстоящей работы. Хорошо, если Вам удастся побеседовать с человеком, который выполняет или выполнял функции, аналогичные той работе, на которую Вы претендуете.

3. Подготовьте список возможных вопросов, которые Вам может задать работодатель, и продумайте варианты ответов. Проанализируйте Ваши умения и навыки, которые могут пригодиться на предполагаемой работе.

4. Продумайте вопросы, которые Вы хотели бы задать, если Вам представится такая возможность.

5. Научитесь правильно держать себя и отвечать на вопросы. Подготовьте все необходимые документы и их копии (паспорт, резюме, автобиографию, диплом и другие документы, подтверждающие Вашу квалификацию и образование), и уложите их в аккуратную папку. Очень важно грамотно составить резюме: оно должно быть размером не больше 1-2 страниц и обязательно должно содержать контактную информацию (№№ телефонов, домашний адрес) для связи с Вами. Места Вашей предыдущей работы перечисляйте, начиная с последнего места, укажите, какими навыками Вы владеете, что считаете своими сильными сторонами в работе. Не рекомендуется указывать в резюме размер ожидаемой заработной платы.

6. Ваш внешний вид должен быть опрятным, строгим и соответствовать той работе, на которую Вы претендуете. Избегайте сверхмодных, «кричащих» вещей, чрезмерных украшений и косметики. Предпочтительнее - деловой или классический стиль.

7. Не берите с собой громоздких сумок и шелестящих пакетов.

8. Предварительная подготовка к собеседованию поможет Вам быть собранным и уверенным в себе во время беседы, что будет Вашим преимуществом. Развязный или, напротив, неуверенный стиль поведения вряд ли произведёт благоприятное впечатление на работодателя; жевательная резинка или сигарета во рту, также как и невнятные ответы и излишняя нервозность не добавят Вам очков при выборе работника. Хорошо отдохните перед собеседованием.

9. Узнайте адрес организации, заранее определите время на дорогу. Не опаздывайте!

10. Будьте внимательны и вежливы во время беседы с представителем работодателя. Обращайтесь к собеседнику по имени-отчеству. Если по ходу беседы у Вас возникает вопрос, не прерывайте собеседника, а, дослушав его до конца, задайте свой вопрос, предварительно спросив разрешения.

11. Взгляд на собеседника должен быть открытым, доброжелательным, выражающим интерес и понимание, но не стоит в упор разглядывать собеседника. Держитесь естественно и корректно. Лучше не задерживать взгляд больше 10 секунд.

12. Избегайте закрытых поз (скрещенных рук на груди, нога на ногу).

13. Старайтесь говорить ясно, кратко, избегая длинных пространных объяснений. Ваши ответы должны быть точными и исчерпывающими.

**2. Документы, предъявляемые при заключении трудового договора**

В соответствии со статьей 65 Трудового Кодекса Российской Федерации при заключении трудового договора лицо, поступающее на работу, предъявляет работодателю:

паспорт или иной документ, удостоверяющий личность;

трудовую книжку, за исключением случаев, когда трудовой договор заключается впервые или работник поступает на работу на условиях совместительства;

страховое свидетельство государственного пенсионного страхования;

документы воинского учета - для военнообязанных и лиц, подлежащих призыву на военную службу;

документ об образовании, о квалификации или наличии специальных знаний - при поступлении на работу, требующую специальных знаний или специальной подготовки.

В отдельных случаях может предусматриваться необходимость предъявления дополнительных документов.

При заключении трудового договора впервые трудовая книжка и страховое свидетельство государственного пенсионного страхования оформляются работодателем.

В случае отсутствия у лица, поступающего на работу, трудовой книжки в связи с ее утратой, повреждением или по иной причине работодатель обязан по письменному заявлению этого лица (с указанием причины отсутствия трудовой книжки) оформить новую трудовую книжку (часть 5 Федеральный закон от 30.06.2006г. № 90-ФЗ).

**3. Оформление приема на работу**

В соответствии со статьей 68 Трудового Кодекса Российской Федерации прием на работу оформляется приказом (распоряжением) работодателя, изданным на основании заключенного трудового договора. Содержание приказа (распоряжения) работодателя должно соответствовать условиям заключенного трудового договора.

Приказ (распоряжение) работодателя о приеме на работу объявляется работнику под подпись в трехдневный срок со дня фактического начала работы. По требованию работника работодатель обязан выдать ему надлежаще заверенную копию указанного приказа (распоряжения) (Федеральный закон от 30.06.2006г. № 90-ФЗ).

При приеме на работу (до подписания трудового договора) работодатель обязан ознакомить работника под подпись с правилами внутреннего трудового распорядка, иными локальными нормативными актами, непосредственно связанными с трудовой деятельностью работника, коллективным договором (часть 3 Федеральный закон от 30.06.2006г. № 90-ФЗ).

**4. «Социальный пакет» - что это такое?**

Социальный пакет - это льготы, выплаты и блага материального и нематериального характера, которые работодатель предоставляет работнику помимо заработной платы и гарантий, предусмотренных трудовым законодательством.

В социальный пакет могут входить самые разные дополнительные льготы и компенсации: выдача беспроцентных ссуд, предоставление служебного транспорта, бесплатные обеды в организации, льготные путевки в места отдыха и оздоровления, медицинская страховка и льготное медицинское обслуживание, предоставление абонементов в спортивные залы, скидки на производимую компанией продукцию, оплата мобильной связи и проезда к месту работы и другие.

Социальный пакет - это своеобразный показатель отношения компании к своим сотрудникам, он является одним из способов привлечения в организацию высококвалифицированных специалистов.

Размер социального пакета не регламентирован никакими законами и зависит исключительно от финансовых возможностей и кадровой политики организации.

**5. Безработица**

Если ты зарегистрировался в органах службы занятости в качестве лица, ищущего работу, тебе должны по возможности предложить два варианта получения профессиональной подготовки или оплачиваемой работы, включая работу временного характера. В целях содействия в трудоустройстве тебе могут предложить план самостоятельного поиска работы. При отсутствии работы и при твоём согласии тебе может быть предложено участие в оплачиваемых общественных работах.

Если ты ищешь работу впервые, для регистрации в качестве безработного из числа детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей, тебе необходимо предъявить следующие документы:

паспорт или иной документ, удостоверяющий личность;

документ об образовании.

Если ты ищешь работу впервые и признан безработным в установленном порядке, пособие по безработице выплачивается в течение 6 месяцев в размере уровня средней заработной платы, сложившегося в республике, крае, области, автономной области, автономном округе. После истечения 6-месячного периода получения пособия следующие 6 месяцев пособие по безработице выплачивается в размере минимальной оплаты труда.

Если в течение 18 календарных месяцев официальной безработицы тебе не предложат работу, ты имеешь право на повторное получение пособия по безработице в размере минимальной оплаты труда.

Тебе также могут предложить пройти профессиональную подготовку (переподготовку) по направлению органов службы занятости.

Если это не первичный поиск работы, а регистрация после увольнения, то в дополнение к вышеперечисленным документам необходимо также представить трудовую книжку и справку о заработной плате, форма которой выдается Службой занятости.

Если Вы являетесь инвалидом или имеете ограничения в трудовой деятельности по состоянию здоровья, то Вам необходимо дополнительно предъявить трудовую рекомендацию, заключение о рекомендуемом характере труда, индивидуальную программу реабилитации инвалида или соответствующие документы, выданные в установленном порядке.

Кроме ЦЗН существуют и другие каналы поиска работы: Молодежные биржи, кадровые агентства, газетные объявления, бегущая строка по телевидению, рассылка личного резюме, информация от знакомых и друзей.

**Занятие 5. Правовые основы семейно - брачных отношений. Права ребенка. Права беременных и матерей.**

**Цель:** познакомить с Семейным кодексом РФ.

**Задачи:**

1. Дать определения понятиям «семья», «брак», «ребенок»;

2. дать представление о правах детей, беременных женщин и матерей.

**Виды работ:** Упражнение незаконченных предложений «Мои права» , мини – лекция «Семейно - брачные отношения», диспут «Семья и брак».

**Ход занятия.**

1. **Упражнение незаконченных предложений «Мои права»**

Педагог раздает карточки с незаконченными предложениями на тему «Мои права». Ребята продолжают незаконченные предложения.

**Карточки на тему «Мои права»**

1.Ребенком является каждый человек до достижения...  (18-летнего возраста).

2. Ребенок обладает правами с… ( момента рождения).

3. Основная ячейка общества и естественная среда для роста и благополучия всех ее членов и особенно детей - это… (семья).

4. Право на выбор занятий и объединений есть у…(каждого гражданина).

5 .Ребенок вправе самостоятельно обратиться в суд за защитой своих прав с …лет (14 лет).

1. **Мини – лекция «Семейно - брачные отношения»**

Для тебя, наверное, не секрет, что детей не приносят аисты. Не удивляйся, но их на самом деле, не ищут и в капусте. Каждого из нас носит под сердцем девять месяцев женщина. Рядом с этой женщиной должен быть мужчина, любящий и оберегающий не только ее, но и то крохотное существо, которому только предстоит родиться. Мы рождаемся, и женщина становится для нас мамой, а мужчина - папой.

Одним из самых важных прав ребенка в нашей стране признается право жить и воспитываться в семье (статья 54 Семейного кодекса Российской Федерации).

Это значит, что ты имеешь право жить вместе со своими родителями, и никто не может этому воспрепятствовать.

**Твои права в семье:**

**Право знать своих родителей.**

Рождение ребенка - важное событие в жизни мужчины и женщины, давших ребенку жизнь. Происхождение детей от конкретных родителей является основанием для возникновения правовых отношений между родителями и детьми независимо от того, состоят ли родители в браке или нет, проживают ли они совместно или раздельно.  
Право ребенка знать своих родителей на практике может быть ограничено случаями, когда получение сведений о родителях является невозможным. В первую очередь речь идет о подкинутых (найденных) детях. Не решен вопрос законодательно и о том, имеет ли ребенок право знать своих биологических родителей в случае, если он усыновлен (удочерен) другими людьми.

**Право на заботу родителей.**

Забота родителей о ребенке заключается не только в удовлетворении его жизненно необходимых потребностей материально- бытового характера (питание, обеспечение одеждой, обувью, учебными принадлежностями и т.п.), но и в проявлении внимания к ребенку, оказании помощи при разрешении интересующих его вопросов, возможных конфликтов с другими детьми и т.д., то есть в обеспечении разнообразных интересов детей.

**Право на воспитание своими родителями.**

Для полноценного воспитания ребенка родители должны создать в семье условия, обеспечивающие достоинство ребенка, его уверенность в себе, научить его активно участвовать в жизни общества, всесторонне обеспечить его интересы.

Право на общение с обоими родителями, дедушкой, бабушкой, братьями, сестрами и другими родственниками.

Нахождение родителей в разводе или их раздельное проживание не является препятствием для того, чтобы воспользоваться правом на общение.

Ребенок имеет право общаться с родственниками обоих родителей, включая дедушку и бабушку, как со стороны отца, так и со стороны матери. Другие родственники - это люди, связанные между собой кровным родством и происходящие один от другого или от общего предка, в том числе прадед (прабабка), дядя (тетя) и т.д.

**Право выражать свое мнение.**

Это значит, что ребенок имеет право выражать свое мнение при решении в семье любого вопроса, затрагивающего его интересы.

**Право на имя, отчество и фамилию.**

Такое право появляется у ребенка с момента рождения. Имя, отчество и фамилия указываются в свидетельстве о рождении.

Имя дается ребенку по соглашению родителей, отчество ребенку присваивается по имени отца (если отцовство не установлено, то отчество присваивается по имени лица, записанного в качестве отца ребенка). Фамилия определяется фамилией родителей. Если у родителей разные фамилии, то ребенку присваивается фамилия отца или матери по соглашению родителей. Если ребенку уже исполнилось 10 лет, то изменить имя и фамилию можно только с его согласия. А с 14 лет ребенок вправе самостоятельно подать заявление об изменении имени и фамилии.

**Имущественные права.**

право на получение содержания от своих родителей и других членов семьи (то есть совершеннолетних и трудоспособных братьев и сестер, дедушки, бабушки);

право собственности на полученные ребенком доходы, имущество, полученное им в дар или в порядке наследования и на любое другое имущество, приобретенное на средство ребенка;  
- право владеть и пользоваться имуществом родителей при совместном с ними проживании (по взаимному согласию ребенка и родителей).

Всё живое на земле имеет свои истоки, свое начало. Истоки человека - его мать и отец ,бабушка и дедушка, его предки ,его семья, родной дом.

Так что же такое семья? (Социальный институт, малая группа). Назовите основные функции семьи? (Репродуктивная, воспроизводство рабочей силы, предоставление социального статуса, воспитательная). Что такое брак? (Юридический акт, контракт между мужчиной и женщиной) Что такое гражданский брак? (Устный договор). Почему молодые люди предпочитают гражданский брак законному?

Изучите Семейный кодекс РФ, найдите ответы на следующие вопросы;

1.Назовите основные цели Семейного законодательства.

2.Перечислите основные принципы, которыми регулируются семейные отношения, выделите главный из них.

3.Порядок и условия заключения брака. Может ли быть снижен брачный возраст? Между какими людьми брак не допускается?

4.Назовите права беременных и матерей?

1. **Диспут «Семья и брак»**

Педагог предлагает следующие ситуации для обсуждения:

1. Одни ученые считают, что в определение брака нужно ввести дополнительно такой признак: брак - это пожизненный союз мужчины и женщины. Другие, основываясь на статистических данных, высказываются против этого. **Как вы думаете, кто из ученых прав? Почему в настоящее время так много разводов и их количество все увеличивается?**

2. Многие считают, что регистрация брака в органах загс совершенно не нужна. Чувство любви и уважения, которое составляет сердцевину брака, возникает до заключения брака. И если оно иссякло, то брак не удержит никакая “бумажка” (свидетельство о браке). **Каково ваше мнение? Почему только зарегистрированный брак признается и защищается государством? В чем заключается цель и смысл регистрации брака? Какие преимущества дает супругам регистрация брака? В чем недостатки зарегистрированного брака по сравнению с браком фактическим?**

3. Молодые супруги Светлана и Игорь, вступая в брак, поклялись друг другу в верности на всю жизнь. Свое обязательство никогда не расторгать брак и сопровождать друг друга пожизненно они зафиксировали на бумаге и, скрепив подписями, положили в шкатулку с фамильными ценностями.

Спустя год Игорь, приехав из отпуска, который он проводил на море, признался, что полюбил другую женщину. Светлана сказала, что она бы согласилась на развод, если бы они не заключили соглашение никогда не расторгать брак. **Разрешите данную ситуацию.**

4. Моряк, находившийся в 9-месячном плавании, узнал из телеграммы от своей возлюбленной, что у них будет ребенок. Одновременно она просила ответить, согласен ли он на заключение брака. Он ответил телеграммой, что согласен. Собрав необходимые документы и приложив телеграмму, заверенную капитаном корабля, будущая мать пришла в ЗАГС и, объяснив ситуацию, просила брак зарегистрировать. Ей было отказано в ее просьбе. **Правомерно ли поступили работники ЗАГСа?**

1. **Заключительное слово педагога**

**Занятие 6. Виды преступлений и уголовных наказаний. Освобождение от уголовной ответственности. Уголовная ответственность несовершеннолетних.**

**Цель:** познакомить с Уголовным кодексом РФ.

**Задачи:**

1. Дать определения понятиям «преступление», «наказание», «уголовная ответственность несовершеннолетних»;

2. Познакомить с видами уголовных наказаний

3. Рассказать об отягчающих и смягчающих обстоятельствах, освобождении от уголовной ответственности

**Виды работ:** лекция «Нет преступления без наказания», диспут «Преступление и наказание», пресс – конференция «Преступление и наказание».

**Ход занятия.**

1. **Лекция «Нет преступления без наказания»:**

**Педагог:**

Жизнь людей сложна и противоречива. В нашей жизни есть темные стороны, тяжелые проблемы, конфликты. Но нам, педагогам, хочется, чтобы каждый из вас выбирал и шел только по светлой дороге, дороге права и закона.  
Но для этого необходимо познакомиться с Уголовным кодексом, который определяет такие понятия как «преступление», «наказание» и «уголовная ответственность».

**Преступление** – общественно опасное деяние, посягающее на конституционный строй, собственность, личность, права и свободы граждан.

Преступления бывают: небольшой тяжести (наказание не более 2х лет лишения свободы), средней тяжести (не более 5 лет, тяжкие преступления (не более 10 лет), особо тяжкие преступления (свыше 10 лет и более).

**Уголовная ответственность** – один из основных видов юридической ответственности, самый строгий, жесткий, суровый ее вид, потому что следует за совершением преступления.

Как вы думаете, уголовная ответственность наступает в каком возрасте? Правильно, с 16 лет.

А за что могут привлечь в 14 лет гражданина России? Итак, несовершеннолетних можно привлечь к уголовной ответственности (даже 14 летних) за убийство, умышленное причинение тяжкого и среднего вреда здоровью, похищение человека, насильственные действия сексуального характера, кража, грабеж, разбой, вымогательство, неправомерное завладение автомобильным или иным транспортным средством (без цели хищения), умышленное уничтожение или повреждение имущества при отягчающих обстоятельствах, терроризм, захват заложника, заведомо ложное сообщение об атаке терроризма, хулиганство при отягчающих обстоятельствах, вандализм, хищение либо вымогательство оружия, боеприпасов, взрывчатых веществ и взрывных устройств, хищение или вымогательство, сбыт наркотических средств или психотропных веществ.

А какие виды наказаний существует для несовершеннолетних? Правильно, это может быть:

а) штраф;

б) лишение права заниматься определенной деятельностью;

в) обязательные работы;

г) исправительные работы;

д) арест;

е)лишение свободы на определенный срок.

**Штраф** назначается как при наличии у несовершеннолетнего осужденного самостоятельного заработка или имущества, на которое может быть обращено взыскание, так и при отсутствии таковых. Штраф, назначенный несовершеннолетнему осужденному, по решению суда может взыскиваться с его родителей или иных законных представителей с их согласия. Штраф назначается в размере от одной тысячи до пятидесяти тысяч рублей или в размере заработной платы или иного дохода несовершеннолетнего осужденного за период от двух недель до шести месяцев.

**Обязательные работы** назначаются на срок от сорока до ста шестидесяти часов, заключаются в выполнении работ, посильных для несовершеннолетнего, и исполняются им в свободное от учебы или основной работы время. Продолжительность исполнения данного вида наказания лицами в возрасте до 15 лет не может превышать двух часов в день, а лицами в возрасте от 15 до 16 лет - трех часов в день.

**Исправительные работы** назначаются несовершеннолетним осужденным на срок до одного года.

**Арест** назначается несовершеннолетним осужденным, достигшим к моменту вынесения судом приговора 16 лет, на срок от одного до четырех месяцев.

**Наказание в виде лишения свободы** назначается несовершеннолетним осужденным, совершившим преступления в возрасте до 16 лет, на срок не свыше шести лет. Этой же категории несовершеннолетних, совершивших особо тяжкие преступления, а также остальным несовершеннолетним осужденным наказание назначается на срок не свыше десяти лет и отбывается в воспитательных колониях.

**Наказание в виде лишения свободы не может быть назначено** несовершеннолетнему осужденному, совершившему в возрасте до 16 лет преступление небольшой или средней тяжести впервые, а также остальным несовершеннолетним осужденным, совершившим преступления небольшой тяжести впервые.  
При назначении несовершеннолетнему наказания учитываются условия его жизни и воспитания, уровень психического развития, причины и условия способствовавшие совершению преступления, влияние старших по возрасту лиц, иные особенности личности.

**Условное наказание.**

Если ты совершил преступление. А в суде выяснилось, что ты раскаялся, возместил вред потерпевшему или же тебя очень положительно охарактеризовали твои школьные учителя, возможно суд накажет тебя условно. Суд может назначить тебе лишение свободы или исправительные работы условно (то есть с условием).  
Что это значит? Какое условие нужно выполнять? Это значит, что на протяжении всего срока условного наказания ты должен не совершать повторных преступлений, а также не совершать административных правонарушений (не употреблять спиртные напитки, не хулиганить и т.д.). Если ты будешь себя правильно вести, то наказание так и останется условным. В случае, если ты нарушишь эти условия, наказание станет реальным (тебя действительно лишат свободы или же направят на исправительные работы).

Суд, назначая условное осуждение, может возложить на тебя исполнение определенных обязанностей: не менять постоянного места жительства, работы, учебы без уведомления специализированного государственного органа, не посещать определенные места, пройти курс лечения от алкоголизма, наркомании, токсикомании.  
Контроль за поведением условно осужденного осуществляется специализированным государственным органом.

**Освобождение от уголовной ответственности и от наказания.**

1. Если ты совершил впервые преступление небольшой или средней тяжести, то можешь быть освобожден от уголовной ответственности. Суд может освободить тебя от уголовной ответственности, если после совершения преступления ты добровольно явился с повинной, способствовал раскрытию преступления, возместил причиненный ущерб или иным образом загладил вред, причиненный в результате преступления, и вследствие деятельного раскаяния перестал быть общественно опасным.

2. Ты также можешь быть освобожден от уголовной ответственности, если впервые совершил преступление небольшой или средней тяжести, и примирился с потерпевшим и загладил причиненный потерпевшему вред.

3.Ты можешь быть освобожден от уголовной ответственности или от наказания, если судом будет признано, что твое исправление может быть достигнуто путем применения **принудительных мер воспитательного воздействия.**

Какие бывают меры воспитательного воздействия?

**Виды принудительных мер воспитательного воздействия:**

а) предупреждение;

б) передача под надзор родителей или лиц, их заменяющих, либо специализированного государственного органа;

в) возложение обязанности загладить причиненный вред;

г) ограничение досуга и установление особых требований к поведению несовершеннолетнего.

Тебе одновременно может быть назначено несколько принудительных мер воспитательного воздействия.

В случае систематического неисполнения принудительной меры воспитательного воздействия эта мера судом отменяется, и ты привлекаешься к уголовной ответственности.

4. Ты можешь быть освобожден судом от наказания и помещен в специальное учебно-воспитательное учреждение закрытого типа (специализированную школу или училище).

При назначении наказания судом учитываются обстоятельства совершения преступления (отягчающие и смягчающие).

Обстоятельства:

1. совершение преступления в группе;

2. явка с повинной;

3. несовершеннолетие виновного;

4. необходимая оборона;

5. совершение преступления в состоянии опьянения;

6. наличие заболевания у обвиняемого.

Давайте подумаем, что может оградить нас от преступлений? Правильно, это социально здоровая среда, отсутствие вредных привычек, возможность получения хорошей профессии, удовлетворяющей материальные и духовные потребности.

1. **Диспут «Преступление и наказание».**

**Педагог:** Убийца, наркоман, фашист, насильник, вор, мать - проститутка. Каждый ли из них имеет право называться человеком? Да или нет? Если бы вы были Фемидой (богиней правосудия), как бы вы наказали каждого из них?

1. **Пресс - конференция «Преступление и наказание».**

Педагог делит ребят на команды. Каждой команде выдаются карточки с заданиями (по 2 штуки). В течение 5 минут участники должны в соответствии с заданием определить меру наказания, соответствующую проступку, и обосновать свой вариант ответа. За каждый верный ответ команда получает по 5 баллов. Побеждает команда, набравшая большее количество баллов.

|  |
| --- |
| Карточка №1.  Константин Г., 23 года, нигде не работает и не учится, был признан в умышленной порче имущества – он разбил окно магазина. В суде он признал себя виновным, говорил, что совершил непристойный поступок и готов возместить ущерб. К уголовной ответственности его привлекали впервые. (ответ №4) |
| Карточка №2.  Пётр У. в состоянии алкогольного опьянения ходил на футбольный матч, после которого со своими друзьями решил зайти в ближайший бар. В баре Пётр подрался с посетителями, которые, как оказалось, болели за другую команду. Когда бармен пытался его остановить, Пётр сильно его ударил, причинив телесные повреждения.  Кроме того, вместе с друзьями он разбил посуду, сломал стулья и т.п. В ходе следствия его действия и действия его друзей были определены как хулиганские.  ( ответ №1) |
| Карточка №3.  Алексей П. был совершенно подавлен неудачами, которые в последнее время просто преследовали его. Жена больна неизлечимой болезнью, дела на работе шли очень плохо. Он практически ничего не зарабатывал. Алексей решил покончить жизнь самоубийством, но его пугало, что жена не сможет жить одна. Тогда он сначала убил её, а затем совершил попытку самоубийства, которая не удалась. Решая вопрос о наказании, суд обратил особое внимание на обстоятельства, при которых всё это произошло. (ответ №2). |
| Карточка №4.  Дмитрий, 12 лет, был задержан за кражи в магазине. Всего он совершил более 70 мелких краж. Он стремился сделать денежные накопления и продавал краденые вещи. Деньги хранились у него дома, и ущерб был возмещён практически полностью.  ( ответ №5) |
| Карточка №5.  Группа девушек в возрасте 16 лет поздно вечером на остановке автобуса совершила нападение на пожилую женщину. От полученных ударов женщина упала, получив серьёзную травму, а девушки отобрали у неё часы и сумку с документами и деньгами.  Судья, оглашая приговор, сказал, что он надеется, что в будущем девушки прежде подумают, чем вновь решаться совершить подобное. ( ответ №3) |
| Карточка №6.  Анатолий З. был охарактеризован как человек, который не может остановиться, совершая постоянные кражи личного имущества граждан. Его неоднократно задерживали, а в последний раз он на протяжении одного дня совершил карманных краж на сумму 67 тыс. рублей. (ответ 6) |

**Варианты ответов:**

1.Лишение свободы с отбыванием наказания в учреждениях исполнения наказания.

2.Условное осуждение.

3.Лишение свободы с отбыванием наказания в учреждениях исполнения и наказания.

4.Освобождение от наказания с передачей на поруки.

5.Отсрочка исполнения наказания.

6.Шесть лет лишения свободы в исправительно – трудовой колонии строго режима.

1. **Заключительное слово педагога.**

**Занятие 7. Административные правонарушения и взыскания. Административная ответственность несовершеннолетних. Права и обязанности правонарушителя.**

**Цель:** познакомить с Кодексом об административных правонарушениях РФ.

**Задачи:**

1. Раскрыть понятия «административное правонарушения», «административное взыскание», «административная ответственность несовершеннолетних»;

2. Информировать о правах и обязанностях правонарушителя.

**Виды работ:** лекция «Административные правонарушения и ответственность несовершеннолетних», правовая игра «Знаете ли вы закон?».

**Ход занятия.**

1. **Лекция «Административные правонарушения и ответственность несовершеннолетних»**

**Педагог:** Правовые знания необходимы современному молодому человеку хотя бы для того, чтобы не нарушать их невольно или преднамеренно.

В подростковом возрасте все ребята хотят самоутвердиться в группе сверстников, одноклассников. К сожалению, часть ребят выбирает самый простой путь - асоциальный, то есть путь правонарушений. Действительно, распивать алкогольные напитки, курить сигареты, ругаться нецензурными выражениями, нарушать законы - это легко. А вот, например, стать отличником, или хотя бы хорошистом, или стать организатором клуба юных режиссеров, стать настоящим спортсменом, кандидатом в мастера спорта - здесь, бесспорно, требуются волевые, физические, моральные усилия.

Но подражая антигероям, ребята не осознают, что за любое преступление (и в том числе правонарушение) необходимо нести ответственность.

Сегодня мы познакомимся с административными правонарушениями подростков.

В Кодексе РФ «Об административных правонарушениях» Ст. 2.1. гласит: «**Административное правонарушение** - это противоправное, виновное действие или бездействие физического или юридического лица, за которое установлена административная ответственность».

Административное правонарушение может быть умышленным и неумышленным (то есть совершенным по неосторожности).

1.умышленное- если лицо, совершившее правонарушение, осознавало противоправный характер своего действия (бездействия), предвидело его вредные последствия и желало их наступления или относилось к ним безразлично.

2. совершённое по неосторожности- если лицо, совершившее правонарушение, предвидело возможность наступления вредных последствий своего действия (бездействия), но без оснований надеялось на предотвращение таких последствий.

Возраст, по достижении которого наступает административная ответственность - шестнадцать лет (Статья 2.3. ).

Административная ответственность наступает в случаях:

- Употребление наркотических средств или психотропных веществ (наказание: административный штраф в размере от пяти до десяти минимальных размеров оплаты труда или административный арест на срок до пятнадцати суток. ( Статья 6.9.)

- Мелкое хищение чужого имущества путём кражи, мошенничества, присвоения или растраты (административный штраф в размере до трёхкратной стоимости похищенного имущества, но не менее одного минимального размера оплаты труда или административный арест на срок до пятнадцати суток. (Статья 7.27.)

- Заведомо ложный вызов специализированных служб – пожарной охраны, милиции, скорой медицинской помощи или иных спец. служб – влечёт наложение административного штрафа в размере от десяти до пятнадцати минимальных размеров оплаты труда. (Статья 19.13.)

- Мелкое хулиганство, то есть нарушение общественного порядка, выражающее явное неуважение к обществу, сопровождающее нецензурной бранью в общественных местах – влечёт наложение административного штрафа в размере от пяти до десяти минимальных размеров оплаты труда или административный арест на срок до пятнадцати суток. (Статья 20.1.)

- Распитие алкогольной и спиртосодержащей продукции либо потребление наркотических средств или психотропных веществ в общественных местах – влечёт наложение административного штрафа в размере от трёх до пяти минимальных размеров оплаты труда. (Статья 20.20.)

- Появление в состоянии опьянения несовершеннолетних, а равно распитие ими алкогольной и спиртосодержащей продукции, потребление ими наркотических средств или психотропных веществ в общественных местах – влечёт наложение административного штрафа на родителей или иных законных представителей несовершеннолетних в размере от трёх до пяти минимальных размеров оплаты труда. (Статья 20.22.)

(Статья 3.2.) Наказания: – предупреждение; – административный штраф; – лишение специального права, предоставленного физическому лицу; – административный арест; – конфискация орудия совершения или предмета административного правонарушения; – административное выдворение за пределы РФ иностранного гражданина или лица без гражданства; – дисквалификация.

**Если вас задержали сотрудники полиции.**

**1. За что Вас могут задержать?**

- Ваш внешний вид по приметам показался сотруднику полиции похожим на внешность разыскиваемого преступника;

- поздно вечером Вы прогуливались в районе, где только что произошла кража или ограбление, и Вас отнесли к числу подозреваемых в совершении данного преступления;

- для установления личности, если у Вас при себе не оказалось документов, удостоверяющих личность;

- Вас подозревают или предъявляют обвинение по уголовному делу;

- в связи с совершённым Вами правонарушением;

- если Вы находитесь в общественных местах в нетрезвом состоянии, оскорбляющем человеческое достоинство и общественную нравственность;

- если Вы нарушаете правила общественного порядка.

**2. Как вести себя при задержании Вас сотрудниками полиции?**

На требование предъявить документы (паспорт), обязательно предъявите документ без возражений. Но в этом случае Вы имеете право попросить объяснить причину интереса к Вам. Даже для проверки документов должно быть какое-то основание.

Если Вам предлагают пройти в отделение полиции, поинтересуйтесь, Вас  просят об услуге или задерживают.

Будьте спокойны и сдержанны, давая понять, что Вам нечего бояться и свои права Вы знаете, но не грубите и не будьте заносчивы.

Постарайтесь запомнить или записать фамилию, имя, отчество, звание сотрудника полиции, номер его удостоверения, номер отделения, номер машины, время задержания. Все это может пригодиться, если впоследствии возникнет необходимость обратиться с жалобой на некорректное задержание.

Если у Вас есть мобильный телефон, постарайтесь сообщить родственникам, друзьям, знакомым о Вашем задержании и местонахождении, хотя бы в виде SMS-сообщения.

Ни в коем случае не оскорбляйте сотрудников полиции и не оказывайте им сопротивления при исполнении ими служебных обязанностей, т.к. за это Вас могут привлечь к соответствующей административной или уголовной ответственности. Будьте вежливы, уважительны и корректны.

**3. Вы имеете право:**

- не давать никаких показаний, если у Вас есть основания предполагать, что они могут быть использованы против Вас;

- внести в протокол любые Ваши комментарии, в том числе и о нарушениях со стороны работников полиции при задержании;

- отказаться от услуг назначенного государством адвоката и потребовать вызова своего;

обратиться в суд с обжалованием меры пресечения. Суд должен рассмотреть Вашу жалобу в течение 10 дней.

**4. Рекомендации:**

Оказавшись в отделении полиции, изоляторе временного содержания (ИВС) или в комнате для административно задержанных, попросите сообщить об этом представителю администрации Вашего детского дома (училища). Полиция обязана сообщить им о Вашем задержании в течение суток.

Допрашивать Вас имеют право только в присутствии педагога. Это не обязательно педагог того учреждения, где Вы обучаетесь (проживаете), допрос могут производить и в присутствии дежурного педагога.

Внимательно слушайте вопрос, отвечайте строго по существу заданного вопроса, не говорите ничего лишнего. Помните, что все, что Вы скажете, может быть использовано против Вас.

Прежде чем подписать протокол опроса (допроса), обязательно внимательно прочтите его. Если Вы с чем-то не согласны, обязательно скажите об этом, попросите внести в протокол соответствующее примечание или же рядом со своей подписью укажите письменно, с чем в протоколе Вы не согласны. Ни в коем случае не подписывайте протокол, если Вы с чем-то не согласны в тексте протокола, но Вам пообещали устно, что это исправят позже.

Если в отношении тебя применено административное задержание.

Помни:

-виды административных правонарушений: мелкое хулиганство, занятие проституцией, нарушение правил дорожного движения, появление в общественных местах в состоянии опьянения, безбилетный проезд на транспорте общего пользования

-административная ответственность наступает с 16 лет (но если ты распиваешь спиртные напитки, в том числе пиво или появляешься в общественном месте в состоянии опьянения и тебе нет еще 16 лет, административную ответственность будут нести твои законные представители)

-административное задержание осуществляется в дежурной части органа внутренних дел

-если тебя забрали для установления личности, должны отпустить сразу после ее установления (при административном задержании не имеют права держать больше 3 часов с момента доставления в органы внутренних дел; в том случае, если ты прибыл в состоянии опьянения, три часа отсчитываются с момента вытрезвления)

- в случае необходимости (в целях обнаружения орудий совершения, предметов административного правонарушения) тебя могут подвергнуть личному досмотру, а также досмотреть твои вещи (о личном досмотре, досмотре твоих вещей составляется протокол, либо делается соответствующая запись в протоколе об административном задержании)

-правонарушителей при административном задержании помещают в комнату для административно задержанных, при этом несовершеннолетние содержатся отдельно от взрослых лиц.

1. **Правовая игра «Знаете ли вы закон?»**

Педагог разбивает детей на 3 команды (по желанию учащихся). В течение 3-5 минут команды должны придумать название, девиз эмблему. Командам по порядку называются различные ситуации, необходимо определить вид ответственности и поднять соответствующую табличку («Уголовная ответственность», «Административная ответственность»). За каждый верный ответ команда получает один балл. Выигрывает команда, набравшая большее количество баллов.

**Ситуации**

1.Ученик разбил стекло. (административная)

2.Гражданин сознательно купил ворованную вещь.(уголовная)

3.Гражданин без лицензии поймал на удочку 15кг. рыбы.(административная)

4.Браконьер выловил трёх осетров.(уголовная)

5.Машинист тепловоза явился на работу в нетрезвом состоянии.(административная)

6.Учащиеся техникума угнали автомашину и разбили её.(уголовная)

7.Ученик не посещает учебные занятия.(административная)

1. **Рефлексия**
2. **Заключительное слово педагога**

**Занятие 8. Стадии и участники уголовного процесса. Порядок допроса несовершеннолетних. Производство по уголовным делам в отношении несовершеннолетних.**

**Цель:** познакомить с Уголовно - процессуальным кодексом РФ.

**Задачи:**

1. Создать представление о стадиях и участниках уголовного процесса
2. Сформировать понимание порядка допроса несовершеннолетних
3. Разъяснить особенности производства по уголовным делам в отношении несовершеннолетних.

**Виды работ:** лекция «Знакомство с УПК», занятие - тренинг «Закон и мы», ролевая игра «В зале судебного заседания» .

**Ход занятия.**

1. **Лекция «Знакомство с УПК»**

Педагог: Ты наверняка слышал поговорку «Сколько людей столько и мнений». У каждого из нас есть свои желания и возможности, очень часто наши желания и интересы соприкасаются с интересами других людей. И порой, когда мы пытаемся реализовать свое право на что-либо мы можем затронуть интересы другого человека, либо организации, может быть даже государства, и в таком случае начинаются споры, конфликтные ситуации. Для разрешения споров и конфликтных ситуаций, которые касаются ущемления прав, невыполнения каких-либо обязанностей существует судебная система. Уголовно- процессуальный кодекс подробно описывает особенности судебного производства.

**Суд** - это государственный орган, который осуществляет правосудие, то есть рассматривает:

- уголовные дела (о преступлениях). По результатам такого рассмотрения суд выносит приговор (или постановление);

- административные (о правонарушениях);

- гражданские споры (например, о разделе имущества при разводе родителей);

- семейные (развод родителей, определение места жительства ребенка);

- трудовые (неправомерное увольнение с работы, восстановление на работе).

**Судьи,** рассматривающие дела, независимы, при вынесении решений они руководствуются только законом и собственной совестью. Никто не вправе оказывать на судью какое-либо давление и давать указания.

**Решения**, которые принимают судьи, являются обязательными для исполнения гражданами, организациями и должностными лицами.  
**Ты вправе выражать свое мнение в суде.**

Если в твоей семье возник конфликт, который может быть решен только в суде, то судья должен выслушать и твое мнение, но высказать такое мнение ты можешь с **10 лет.**

Если тебе исполнилось **10 лет, орган опеки и попечительства** либо суд может принять решение только с твоего согласия по следующим вопросам:

- изменение имени и (или) фамилии;

- если твои родители (один из них) были лишены родительских прав, но они изменили свое поведение, и хотят восстановить свои родительские права (необходимо твое согласие);

- если тебя хотят усыновить;

- если тебя усыновили, и тебе хотят изменить фамилию, имя и отчество;

- если тебя усыновили, и твои усыновители просят записать их в качестве родителей в книге записей рождений;

- при отмене усыновления и решении вопроса о твоем имени, фамилии и отчестве;  
- при назначении опекуна, если ты остался без попечения родителей (необходимо твое согласие).

Наша Конституция гарантирует каждому судебную защиту его прав, вне зависимости от пола человека, его национальности, цвета кожи, отношения к религии и т.д.

Защита прав и законных интересов ребенка осуществляется родителями либо лицами, их заменяющими. Родители являются законными представителями и выступают в защиту твоих прав и интересов в судах, пока ты не достигнешь возраста **18 лет**.

Если тебе уже исполнилось **14 лет**, ты имеешь право самостоятельно обратиться в суд, в случае нарушения родителями или лицами их заменяющими, твоих прав или законных интересов.

Если тебе еще не исполнилось **14 лет**, либо ты болен, или не желаешь самостоятельно обращаться в суд, ты должен обратиться в органы опеки и попечительства.

**Кто участвует в рассмотрении уголовного дела в суде.**

Лица, принимающие участие в рассмотрении уголовного дела называются **участниками уголовного судопроизводства.** Каждый из участников выступает на стороне защиты либо на стороне обвинения.

**Сторона защиты -** это обвиняемый, а также его законный представитель, защитник (адвокат), гражданский ответчик, его законный представитель.

**Сторона обвинения -** это прокурор, а также следователь, руководитель следственного органа, дознаватель, потерпевший, его законный представитель, гражданский истец и его представитель.

Стороны обвинения и защиты равны перед судом.

Поскольку ты являешься несовершеннолетним **для тебя обязательно участие защитника при рассмотрении дела в суде.**

**Защитник** - это адвокат, осуществляющий защиту прав и интересов подсудимого, оказывающий ему юридическую помощь при рассмотрении уголовного дела.

Ты, твой законный представитель (родители или другие родственники), а также другие лица по твоему поручению, с твоего согласия, могут самостоятельно выбрать и пригласить защитника. Вы даже можете пригласить несколько защитников.

Если ты не имеешь возможности пригласить защитника, по твоей просьбе, участие защитника обеспечивается судом. В указанном случае, помощь защитника предоставляется бесплатно, расходы на оплату труда защитника компенсируются за счет государства.

По уголовным делам о преступлениях, совершенных несовершеннолетними, к обязательному участию в уголовном деле привлекаются их законные представители. В качестве **законного представителя** - могут выступать родители, усыновители, опекуны или попечители, представители учреждений или организаций, на попечении которых находится несовершеннолетний, (это воспитательные учреждения, детские дома, лечебные учреждения, учреждения социальной защиты населения) а также органы опеки и попечительства.

**Правила допроса несовершеннолетнего подсудимого.**

1. Допрос несовершеннолетнего подсудимого не может продолжаться без перерыва более 2 часов, а в общей сложности более 4 часов в день.

2. В допросе несовершеннолетнего подсудимого участвует защитник, который вправе задавать ему вопросы.

3. В допросе несовершеннолетнего подсудимого, не достигшего возраста 16 лет либо достигшего этого возраста, но страдающего психическим расстройством или отстающего в психическом развитии, участие педагога или психолога обязательно.

4. Педагог или психолог вправе с разрешения суда задавать вопросы несовершеннолетнему подсудимому.

**Потерпевшие и свидетели.**

Бывают ситуации, когда не ты не совершал каких-либо противоправных действий, но тебе необходимо поучаствовать в судебном разбирательстве, такое может случиться, если в отношении тебя совершенно преступление (кража у тебя какого-либо имущества, нанесение тебе телесных повреждений и другое), тогда **ты будешь участвовать в суде в качестве потерпевшего.**

 Если ты стал свидетелем совершения преступления, либо тебе известные какие-либо обстоятельства совершенного преступления **тебя могут вызвать в суд участвовать в суде в качестве свидетеля.**

1. **Свидетелем** является лицо, которому могут быть известны какие-либо обстоятельства, имеющие значение для расследования и разрешения уголовного дела, и которое вызвано для дачи показаний.

2. Свидетель вправе:

1) отказаться свидетельствовать против самого себя и других близких родственников;   
2) давать показания на родном языке или языке, которым он владеет;

3) пользоваться помощью переводчика бесплатно;

4) заявлять отвод (недоверие) переводчику, участвующему в его допросе;

5) заявлять ходатайства (просьбы) и приносить жалобы на действия (бездействие) и решения дознавателя, следователя, прокурора и суда;

6) являться на допрос с адвокатом;

7) ходатайствовать о применении мер безопасности.

**Порядок вызова свидетеля или потерпевшего в суд.**

1. Свидетель, потерпевший вызывается в суд повесткой, в которой указываются, кто и в каком качестве вызывается, к кому и по какому адресу, дата и время явки, а также последствия неявки без уважительных причин.

2. Повестка вручается вызываемому лицу, под расписку либо передается с помощью средств связи (телеграмма, письмо). В случае временного отсутствия вызываемого лица, повестка вручается совершеннолетнему члену его семьи.

3. Лицо, вызываемое на допрос, обязано явиться в назначенный срок. В случае неявки без уважительных причин лицо, вызываемое в суд, может быть подвергнуто приводу. Привод состоит в принудительном доставлении лица в суд. **Если тебе еще не исполнилось 14 лет ты не можешь быть подвергнут приводу.**

4. Лицо, не достигшее возраста 16 лет, вызывается на допрос через его законных представителей либо через администрацию по месту его работы или учебы. Иной порядок вызова на допрос допускается лишь в случае, когда это вызывается обстоятельствами уголовного дела.

**Ты являешься потерпевшим.**

**Потерпевшим** является физическое лицо, которому преступлением причинен физический, имущественный, моральный вред.

**Потерпевший вправе:**

1) знать о предъявленном обвиняемому обвинении;

2) давать показания;

3) отказаться свидетельствовать против самого себя, и близких родственников;

4) представлять доказательства;

5) заявлять ходатайства (просьбы) и отводы (выражать недоверие);

6) давать показания на родном языке или языке, которым он владеет;

7) пользоваться помощью переводчика бесплатно;

8) иметь представителя;

9) участвовать с разрешения следователя или дознавателя в следственных действиях, производимых по его ходатайству либо ходатайству его представителя;

10) знакомиться с протоколами следственных действий, произведенных с его участием, и подавать на них замечания;

11) знакомиться по окончании предварительного расследования со всеми материалами уголовного дела, выписывать из уголовного дела любые сведения и в любом объеме, снимать копии с материалов уголовного дела, в том числе с помощью технических средств. В случае, если в уголовном деле участвует несколько потерпевших, каждый из них вправе знакомиться с теми материалами уголовного дела, которые касаются вреда, причиненного данному потерпевшему;

13) получать копии постановлений о возбуждении уголовного дела, признании его потерпевшим или об отказе в этом, о прекращении уголовного дела, приостановлении производства по уголовному делу, а также копии приговора суда первой инстанции, решений судов апелляционной и кассационной инстанций;

14) участвовать в судебном разбирательстве уголовного дела в судах первой, второй и надзорной инстанций;

15) выступать в судебных прениях;

16) поддерживать обвинение;

17) знакомиться с протоколом судебного заседания и подавать на него замечания;

18) приносить жалобы на действия (бездействие) и решения дознавателя, следователя, прокурора и суда;

19) обжаловать приговор, определение, постановление суда;

20) знать о принесенных по уголовному делу жалобах и представлениях и подавать на них возражения;

21) ходатайствовать (просить) о применении мер безопасности.

3. Потерпевшему обеспечивается возмещение имущественного вреда, причиненного преступлением, а также расходов, понесенных в связи с его участием в ходе предварительного расследования и в суде, включая расходы на представителя.

4. По иску потерпевшего о возмещении в денежном выражении причиненного ему морального вреда размер возмещения определяется судом при рассмотрении уголовного дела или в порядке гражданского судопроизводства.

**Потерпевший не вправе:**

1) уклоняться от явки по вызову дознавателя, следователя и в суд;

2) давать заведомо ложные показания или отказываться от дачи показаний;

3) разглашать данные предварительного расследования, если он был об этом заранее предупрежден.

По уголовным делам о преступлениях, последствием которых явилась смерть лица, права потерпевшего, переходят к одному из его близких родственников.

1. **Занятие - тренинг «Закон и мы»**

**Ход занятия:**

**Педагог:** Что такое закон? (Важное правило, которое все обязаны знать и соблюдать)

Если кто-то без законов

Хочет жизнь свою прожить,

То его, конечно надо

И лелеять и хвалить.

Фотографию в газету

Поместить и подписать:

«Он советует законы

Никогда не выполнять».

А вы согласны с таким жизненным девизом?

Почему важно соблюдать законы?

Как называется основной закон страны? (Конституция).

В Конституции, основном, главном законе государства, записаны многие статьи, где сказано, как строятся взаимоотношения граждан друг с другом и с государством. Здесь записаны основные права граждан и их обязанности.

Когда мы отмечаем День Конституции? (12 декабря).

Только закон и исполнение закона может обеспечить нам порядок. Вот почему, защищая права граждан, государство предусматривает наказание за несоблюдение закона.

В каком случае можно обойтись без наказаний в государстве? (Если все будут выполнять, соблюдать закон).

Подумайте, какие черты характера помогают быть законопослушным, а какие мешают.

Раздать детям карточки с записью черт характера. Значение слов обсуждается по необходимости. Дети высказывают своё мнение, приводят примеры и т. п.

Черты характера:

Вспыльчивость (-);

Торопливость (-);

Осмотрительность (+);

Аккуратность (+);

Честность (+);

Лживость (-);

Уважение к людям (+);

Безразличие (-).

1. **Ролевая игра «В зале судебного заседания».**

На скамье подсудимых - Наркотические средства. Действующие лица: Судья, Адвокат, Прокурор, Потерпевший, Судебный пристав, Свидетели, Заинтересованные лица. В качестве обвинителей, защитников, потерпевших и судей выступают сами ребята. Дети должны разыграть судебный процесс. Адвокат, обвинитель, потерпевший, свидетели, заинтересованные лица высказывают свою позицию относительно наркотиков. В заключение судья подытоживает все выступления и выносит свой приговор.

Затем обсуждаются итоги игры, ребята отвечают на вопрос: «Правильно ли себя вели в зале судебного заседания действующие лица?».

1. **Рефлексия**
2. **Заключительное слово педагога**

**6. Раздел «Я и мое будущее»**

**Занятие 1. Профессиональное самоопределение: понятие, значение.**

**Цель:** познакомить с основами профессионального самоопределения.

**Задачи:**

* + 1. Дать понятия терминов: профориентация, самоопределение, профессия и др.
    2. Рассказать о значимости профессионального самоопределения.
    3. Провести упражнение «Допиши слово»

**Виды работ:** мини-лекция, упражнение «Допиши слово».

**Ход занятия:**

**1. Вступительное слово педагога.**

**2. Профессиональная ориентация. Профессиональное самоопределение, профессия. Цель, задачи, значимость профессионального самоопределения.**

**Профессия —** социально-значимый род занятий человека, вид его деятельности.

**Профессиональная ориентация**, профориентация, выбор профессии или ориентация на профессию (лат. professio — род занятий и фр. orientation — установка) — система мер, направленных на оказание помощи молодежи в выборе профессии[1].

Для выявления склонности человека к определённому роду деятельности, профессии нашли широкое применение специальные тесты, которые зачастую проводятся в старших классах системы среднего образования. Свои тесты проводят центры трудоустройства.

Профессиональная ориентация включает в себя:

Профессиональное просвещение — обеспечение молодежи информацией о мире профессий, учебных заведениях, возможностях профессиональной карьеры;

**Профессиональное самоопределение** – процесс и результат сознательного и самостоятельного выбора профессии, в котором сочетаются склонности и способности, желание и возможности человека.

Кто я? Каковы мои способности? Каков мой жизненный идеал? Кем я хочу стать? Эти и многие вопросы встают перед подростками, пытающимися осознать своё собственно «Я».

Выбор будущей профессии – один из главных и зачастую непростых выборов.

С одной стороны, он является глубоко индивидуальным. От выбора профессии зависит удовлетворённость человека работой, качество его жизни, а также физическое и нервно-психическое здоровье, радость и счастье.

С другой стороны, профессиональное самоопределение является глубоко социальным, потому что человек живёт в обществе, подчиняется социальным законам и нормам, которые существуют в нём. От правильности выбора жизненного пути зависит общественная ценность человека, его место среди других людей.

Общество нуждается в настоящих специалистах, которые будут работать с энтузиазмом и поднимать Россию не более высокие уровни развития. Однако теперь их становится значительно меньше, несмотря на то, что в стране много средних и высших учебных заведений с высоким уровнем и качеством образования. Почему же так происходит? Одна из причин – неверный выбор профессии в юности.

Где продолжить своё обучение? Кем стать? Как и куда применить свои способности, знания, индивидуальные качества личности, чтобы стать и быть успешным, полезным в обществе? – вопросы нелёгкие, но мы попытаемся помочь тебе на них ответить

Главная **цель** профессионального самоопределения – постепенно сформировать у человека внутреннюю готовность самостоятельно и осознанно планировать, корректировать и реализовывать перспективы своего развития (профессионального, жизненного и личностного).

Итак, чтобы правильно выбрать профессию, необходимо определить свои профессиональные интересы и склонности, условно это можно назвать «Я хочу»; во-вторых, оценить свои профессионально важные качества, т.е. свои возможности и состояние здоровья, что также можно условно назвать «Я могу»; и, наконец, узнать, какие профессии пользуются спросом на рынке труда, какие из них перспективны, по каким профессиям надо готовить специалистов, т.е. что сегодня «Надо» обществу. Т.е. «хочу» - это интересы и склонность личности, «могу» - это способности и состояние здоровья личности, «надо» - это потребности общества в конкретных специальностях, в людях определенных профессий.

Если совместить все эти три компонента, то профессиональный выбор будет удачен, и отдача от такого человека в процессе его трудовой деятельности составляет, как показали исследования, все 100%. Если же нет интереса к профессии, то 85%, а если нет интереса и способностей, а есть только отдельные умения и навыки в области профессиональной деятельности, то полезная отдача от такого человека лишь 30%. Следовательно, для того, чтобы было как можно больше профессионалов среди молодежи, необходимо как можно эффективнее проводить профориентацию. Универсальным помощником при решении такой проблемы можно назвать социального работника, т.к. содержание его деятельности достаточно обширно, и он обладает разносторонними знаниями, которые позволяют помогать человеку, попавшему в трудную жизненную ситуацию, в т.ч. в ситуацию выбора профессии.

**Задачи профессионального самоопределения**:

1) сформировать установку на собственную активность и самопознания как основу профессионального самоопределения;

2) ознакомить с миром профессий, потребностями рынка труда, правилами выбора профессии;

3) обеспечить самопознания и сформировать "образ-Я" как субъекта будущей профессиональной деятельности;

4) сформировать умение сопоставлять "образ-Я" с требованиями профессии к личности и потребностями рынка труда, создавать на этой основе профессиональный план и проверять его;

5) сформировать умения анализа различных видов профессиональной деятельности, учитывая их родство по психологическим признакам и сходством требований к человеку;

6) создавать условия для проверки возможностей самореализации в различных видах профессиональной деятельности путем организации профессиональных проб;

7) обеспечить развитие профессионально важных качеств;

8) сформировать мотивацию и психологическую готовность к смене профессии и переориентации на новую деятельность;

9) воспитывать общечеловеческие и общепрофессиональных качества, разумные потребности.

**3. Упражнение допиши слово.**

Педагог предлагает учащимся написать ряд слов, начинающихся с приставки «само-» (самоопределение, самоуважение т.д.)

По окончании необходимо объяснить, в чём сходство этих понятий.

**Занятие 2. В мире профессий.**

**Цель**: познакомить с различными профессиями.

**Задачи:**

* + - 1. Организовать выставку книг на тему «Профессии».
      2. Провести игру «Угадай профессию».

**Виды работ:** выставка книг, игра «Угадай профессию».

**Ход занятия:**

* + - 1. **Вступительное слово педагога.**
      2. **Выставка.**

Учащиеся самостоятельно организуют выставку книг по теме «Профессия», объясняя выбор той или иной книги. Выставка организуется для сверстников.

1. **Профориентационная игра «Угадай профессию».**

Упражнение проводится с группой, а может быть использовано и в индивидуальной работе. По времени оно занимает около часа. При этом на подготовку к игре уходит около 30-40 минут, а на саму игру 10-20 минут.

Процедура включает следующие основные этапы:

1. Педагог просит назвать учащихся профессию, которую все хорошо знают. К примеру, профессия – таксист.
2. Далее педагог обращается к группе со следующим заданием: «Представьте, что я «свалился с луны» и ничего не знаю о земных профессиях, хотя по-русски всё понимаю, попробуйте объяснить мне. Что это за профессия (например, - таксист, т.е. то, что ранее называли учащиеся)». Обычно участники называют 8-12 характеристик профессий, которые являются далеко не исчерпывающими и сами признаются, что вроде бы и знают, о чём рассказывать, но забыли. Иногда учащиеся просят, чтобы им задавали наводящие вопросы. Смысл данного этапа – сформировать желание у учащихся познакомиться со схемой, которая позволила бы им, не путаясь, рассказать о любой профессии.
3. Ведущий предлагает учащимся записать в свои тетради схему анализа профессий. Перечень основных характеристик по Пряжникову.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Характеристика профессий** | **Место для первого примера профессии «таксист»** | **Место для кодирования загаданной профессии** |
| **Предмет труда:**  1- животные, растения (природа)  2- материалы  3- люди (дети, взрослые)  4- техника, транспорт  5- знаковые системы (тесты, информация в компьютерах…)  6- художественный образ | люди, техника  транспорт |  |
| **Цели труда:**  1– контроль, оценка, диагноз  2- преобразовательная  3- изобретательная  4- транспортирование  5- обслуживание  6- собственное развитие | транспортирование  обслуживание |  |
| **Средства труда:**  1- ручные и простые приспособления  2- механические  3- автоматические  4- функциональные (речь, мимика, зрение, слух…)  5- теоретические (знания, способы мышления)  6- переносные или стационарные средства | механические  функциональные |  |
| **Условия труда:**   1. бытовой микроклимат 2. большие помещения с людьми 3. обычный производственный цех 4. необычные производственные условия (особый режим влажности, температуры, стерильности) 5. экстремальные условия (риск для жизни и здоровья) 6. работа на открытом воздухе 7. работа сидя, стоя, в движении 8. домашний кабинет | экстремальные  сидя |  |
| **Характер общения в труде:**  1- минимальное общение (индивидуальный труд)  2- клиенты, посетители  3- обычный коллектив (одни и те же лица…)  4- работа с аудиториями  5- выраженная дисциплина, субординация в труде | клиенты |  |
| **Ответственность в труде:**  1- материальная  2- моральная  3- за жизнь и здоровье людей  4- невыраженная ответственность | жизнь и здоровье |  |
| **Особенности труда:**  1- большая зарплата  2- льготы  3- «соблазны» (возможность брать взятки, воровать…)  4- изысканные отношения, встречи со знаменитостями  5- частые командировки  6- законченный результат труда (можно полюбоваться) | соблазны  встречи со знаменитостями |  |
| **Типичные трудности:**  1- нервное напряжение  2- профзаболевания  3- распространены мат и сквернословие  4- возможность оказаться за решёткой (в тюрьме)  5- невысокий престиж работы | нервное напряжение  профзаболевания  мат и сквернословие |  |
| **Минимальные уровни образования для работы:**  1- без специального образования (после школы)  2- начальное профессиональное образование (СПТУ)  3- среднее профессиональное образование (техникум)  4- высшее профессиональное образование (ВУЗ)  5- учёная степень (аспирантура, академия…) | начальное профессиональное |  |

Сразу же, по ходу записи таблицы ведущий показывает, как можно было бы анализировать только что обсуждавшуюся профессию (например, таксист), которая вызвала определённые затруднения у участников игры. Задача данного этапа – не столько проанализировать профессию (таксист, например), сколько показать учащимся; что схема на самом деле несложная и с её помощью достаточно просто можно анализировать различные виды трудовой деятельности. Поэтому не следует на данном этапе много спорить и лучше закончить его как можно быстрее, чтобы у участников было ощущение лёгкости использования данной схемы.

4.После первого знакомства со схемой анализа профессий все участники разбиваются на пары. И игрокам предлагается следующее: **1**- сначала каждый загадывает конкретную профессию и так, чтобы не видел напарник, выписывает себе на листок; **2**- каждый игрок «кодирует» загаданную профессию с помощью характеристик схемы анализа профессий в свободной колонке на своей таблице; **3**- игроки обмениваются схемами с закодированными профессиями; **4**- каждый игрок по схемам своего напарника пытается отгадать загаданную (закодированную профессию) примерно в течение 5-10 минут и предлагает 3 варианта отгадки (если хотя бы один вариант будет правильным или близким к правильному ответу, то считается, что профессия отгадана).

Если профессия неотгадана и в ходе обсуждения игроки в паре выяснят, что значительная часть характеристик профессий названа (закодирована) была неверно, то виноватым оказывается тот, кто не смог правильно закодировать профессию.

**Итог занятия:** учащиеся должны рассказать о своих впечатлениях после игры, что было трудно, что легко.

**Занятие 3. Упражнение «Пять шагов».**

**Цель:** учить достигать поставленные цели.

**Задачи:**

1.Учить ставить и достигать поставленные цели.

2.Учить работать в команде.

**Виды работ:** упражнение «Пять шагов», обсуждение.

**Ход занятия:**

**1.Вступительное слово педагога.**

**2.Упражнение «5 шагов»**

Игра может проводиться как в круге (для 6-12 участников), так и при работе с классом. Среднее время на игру 30-40 минут. Процедура включает следующие этапы:

1. Педагог предлагает группе определить какую-либо интересную профессиональную цель, например, поступить в какое-то учебное заведение, оформиться на интересную работу, а может даже – совершить в перспективе что-то выдающееся на работе. Эта цель, так как её сформулировала группа, выписывается на доске (или на листочке).
2. Педагог предлагает группе определить, что за воображаемый человек должен достичь эту цель. Участники должны назвать его основные (воображаемые) характеристики по следующим позициям: пол, возраст (желательно, чтобы этот человек был сверстником играющих), успеваемость в школе. Это также кратко выписывается на доске.
3. Каждый участник на отдельном листочке должен выделить основные пять этапов (пять шагов), которые обеспечили бы достижение намеченной цели. На это отводится примерно 5 минут.
4. Далее все делятся на микрогруппы по 3-4 человека.
5. В каждой микрогруппе организуется обсуждение, чей вариант этапов выделенной цели наиболее оптимальный и интересный (с учётом особенностей обозначенного выше человека). В итоге обсуждения каждая группа на новом листочке должна выписать самые оптимальные пять этапов. На всё это отводится 5-7 минут.
6. Представитель от каждой группы кратко сообщает о наиболее важных пяти этапах, которые выделены в групповом обсуждении. Остальные участники могут задавать уточняющие вопросы. Возможна небольшая дискуссия (при наличии времени).
7. При общем подведении итогов игры можно посмотреть, насколько совпадают варианты, предложенные разными микрогруппами (нередко совпадение оказывается значительным). Также в итоговой дискуссии можно оценить совместными усилиями, насколько учитывались особенности человека, для которого и выделялись, пять этапов достижения профессиональной цели. Важно также определить, насколько выделенные этапы (шаги) реалистичны и соответствуют конкретной социально-экономической ситуации в стране, т. е. насколько общая ситуация в обществе позволяет (или не позволяет) осуществлять те или иные профессиональные и жизненные мечты.

Вполне возможно проведение данного игрового упражнения и по другим процедурным схемам. К примеру, сначала каждый выделяет пять этапов на своих листочках, затем 2-3 желающих (добровольца) выходят к доске и выписывают свои предложения, после чего в общем обсуждении рассматриваются по порядку этапы, выписанные этими участниками, и выделяется наиболее оптимальный вариант.

В другом случае, можно сразу разбить учащихся на группы и предложить им (без индивидуальной предварительной работы) составить общий вариант программы достижения намеченной цели (выписать пять шагов-этапов) данного человека.

**Занятие 4. Мотивы потребности, склонности и интересы. Их роль в профессиональной деятельности.**

**Цель:** выявить профессиональные склонности.

**Задачи:**

* 1. Провести анкетирование на выявление профессиональных склонностей.
  2. Провести игру «Поиск выгоды».

**Виды работ:** анкета «Профессиональные склонности», игра «Поиск выгоды».

**Ход занятия:**

**1. Вступительное слово педагога.**

**2. Анкетирование на выявление профессиональных склонностей**.

*Инструкция.* Для того чтобы определить свои профессиональные склонности, выберите один из трёх вариантов - «а», «б» или «в»- и отметьте его в бланке.

1. Мне хотелось бы в своей профессиональной деятельности:

а) общаться с самыми разными людьми

б) снимать фильмы, писать книги, рисовать, выступать на сцене

в) заниматься расчётами, вести документацию

**2**. В книге или кинофильме меня больше всего привлекает:

а) возможность следить за ходом мыслей автора

б) художественная форма, мастерство писателя или режиссёра

в) сюжет действия героев

**3**. Меня больше обрадует Нобелевская премия:

а) за общественную деятельность

б) в области науки

в) в области искусства

**4.** Я скорее соглашусь стать:

а) главным механиком

б) начальником экспедиции

в) главным бухгалтером

**5.** Будущее людей определяет:

а) взаимопонимание между людьми

б) научные открытия

в) развитие производства

**6.** Если я стану руководителем, то в первую очередь займусь:

а) созданием дружного, сплочённого коллектива

б) разработкой новых технологий обучения

в) работой с документами

**7.** На технической выставке меня больше привлечёт:

а) внутреннее устройство экспонатов

б) их практическое применение

в) внешний вид экспонатов (цвет, форма)

**8.** В людях я ценю, прежде всего:

а) дружелюбие и отзывчивость

б) смелость и выносливость

в) обязательность и аккуратность.

**9.** В свободное время мне хотелось бы:

а) ставить различные опыты, эксперименты

б) писать стихи, сочинять музыку или рисовать

в) тренироваться

**10.** В заграничных поездках меня скорее заинтересует:

а) возможность знакомства с историей и культурой другой страны

б) экстремальный туризм (альпинизм, виндсерфинг, горные лыжи)

в) деловое общение

**11.** Мне интереснее беседовать:

а) о человеческих взаимоотношениях

б) о новой научной гипотезе

в) о технических характеристиках новой модели машины, компьютера

**12.** Если бы в моей школе было всего три кружка, я бы выбрал:

а) технический

б) музыкальный

в) спортивный

**13.** В школе следует обратить особое внимание**:**

а) на улучшение взаимопонимания между учителями и учениками

б) на поддержание здоровья учащихся, занятия спортом

в) на укрепление дисциплины

**14.** Я с большим удовольствием смотрю:

а) научно-популярные фильмы

б) программы о культуре и искусстве

в) спортивные программы

**15**. Мне хотелось бы работать:

а) с детьми или сверстниками

б) с машинами, механизмами

в) с объектами природы

**16.** Школа в первую очередь должна:

а) учить общению с другими людьми

б) давать знания

обучать навыкам работы

**17.** Главное в жизни:

а) иметь возможность заниматься творчеством

б) вести здоровый образ жизни

в) тщательно планировать свои дела

**18.** Государство должно в первую очередь заботиться:

а) о защите интересов и прав граждан

б) о достижениях в области науки и техники

в) о материальном благополучии граждан

**19**. Мне больше всего нравятся уроки:

а) труда

б) физкультуры

в) математики

**20.** Мне интереснее было бы:

а) заниматься сбытом товаров

б) изготавливать изделия

в) планировать производство товаров

**21.** Я предпочитаю читать статьи:

а) о выдающихся учёных и их открытиях

б) об интересных изобретениях

в) о жизни и творчестве писателей, художников, музыкантов

**22.** В свободное время я люблю:

а) читать, думать, рассуждать

б) что-нибудь мастерить, шить, ухаживать за животными, растениями

в) ходить на выставки, концерты, в музеи

**23.** Большой интерес у меня вызовет сообщение:

а) о научном открытии

б) о художественной выставке

в) об экономической ситуации

**24.**Я предпочту работать:

а) в помещении, где много людей

б) в необычных условиях

в) в обычном кабинете

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 1 | А |  |  | Б |  | В |
| 2 |  | А |  | Б | В |  |
| 3 | А | Б |  | В |  |  |
| 4 |  |  | А |  | Б | В |
| 5 | А | Б | В |  |  |  |
| 6 | А | Б |  |  |  | В |
| 7 |  | А | Б | В |  |  |
| 8 | А |  |  |  | Б | В |
| 9 |  | А |  | Б | В |  |
| 10 |  |  |  | А | Б | В |
| 11 | А | Б | В |  |  |  |
| 12 |  |  | А | Б | В |  |
| 13 | А |  |  |  | Б | В |
| 14 |  | А |  | Б | В |  |
| 15 | А |  | Б |  | В |  |
| 16 | А |  | Б |  |  | В |
| 17 |  |  |  | А | Б | В |
| 18 | А | Б | В |  |  |  |
| 19 |  |  | А |  | Б | В |
| 20 | А |  | Б |  |  | В |
| 21 |  | А | Б | В |  |  |
| 22 |  | А | Б | В |  |  |
| 23 |  | А |  | Б |  | В |
| 24 | А |  |  |  | Б | В |
| **Сумма баллов** | **I** | **II** | **III** | **IV** | **V** | **VI** |

*Обработка.* Подсчитайте число обведённых букв в каждом из шести столбцов и запишите эти шесть чисел в пустых клетках нижней строчки.

10 - 12 баллов – ярко выраженная профессиональная склонность.

7 - 9 баллов – склонность к определённому виду деятельности.

4 - 6 баллов – слабо выраженная профессиональная склонность.

0 - 3 балла – профессиональная склонность не выражена.

Шесть столбцов – это шесть видов деятельности.

**I** – склонность к работе с людьми. Профессии, связанные с обучением, воспитанием, обслуживанием (бытовым, медицинским, справочно-информационным), управлением, воспитанием и обучением. Людей, успешных в профессиях этой группы, отличает общительность, способность находить общий язык с людьми, понимать их настроение, намерения, помнить их особенности.

**II**– склонность к исследовательской (интеллектуальной) работе. Профессии, связанные с научной, исследовательской деятельностью. Учёные отличаются рациональностью, независимостью и оригинальностью суждений, аналитическим складом ума.

**III**– склонность к практической деятельности. Круг этих профессий очень широк: производство и обработка металла; монтаж, ремонт и обслуживание механизмов, зданий, конструкций; обработка и использование различных материалов; управление транспортом; изготовление изделий.

**IV** – склонность к эстетическим видам деятельности. Профессии творческого характера, связанные с изобразительной, музыкальной, литературно-художественной, актёрско-сценической деятельностью. Людей творческих профессий часто отличают оригинальность и независимость.

**V** – склонность к экстремальным видам деятельности. Профессии, связанные с занятием спортом, путешествиями, экспедиционной работой, охранной и оперативно-розыскной деятельностью, службой в армии, предъявляют особые требования к физической подготовке, здоровью, характеру.

**VI** – склонность к планово-экономическим видам деятельности. Профессии, связанные с расчётами и планированием (бухгалтер, экономист); делопроизводством, анализом текстов и их преобразованием (редактор, переводчик, лингвист); схематическим изображением объектов (чертёжник, топограф). Эти профессии требуют от человека собранности и аккуратности.

**3. Игра «Поиск выгоды»**

Участники делятся на 2-3 группы. Каждая группа выбирает профессию (профессия должна быть из числа востребованных на современном рынке труда в данном регионе, например, менеджер т. д.). Далее каждой группе даётся задание представить себя в ней, свои возможности, условия работы, трудовой коллектив, перспективы, выгоды и т. д.

После того, как все представили себе кто, кем, где и как трудится, участникам предлагается придумать и указать: какие потребности (физические, в безопасности, социальные, эгоистические, для самоактуализации) каждый участник может удовлетворить в выбранной профессии?

Потребность:

- каким способом удовлетворяется?

- в рамках функционала профессии или по собственной инициативе?

3. Каждая группа проводит презентацию выбранной профессии, перечисляя те выгоды, которые она может предоставить. Система оценивания следующая:

* Физические потребности – удовлетворение каждой оценивается в **1 балл**.
* Потребность в безопасности = **+ 2 балла**.
* Социальные потребности = + **3 балла**.
* Эгоистические потребности = + **4 балла**.
* Потребности в самоактуализации = + **5 баллов**.
* Личная инициатива = + **2 балла**.
* Принятие на себя ответственности за предпринятую инициативу = + **2 балла**.
* Неумение доказать реальность и реалистичность замыслов = -**2 балла**.
* Несоответствие личных инициатив целям организации = -**3 балла.**

Подведение итогов игры с поздравлениями победителей.

**Занятие 5. Возможности личности в профессиональной деятельности («могу»)**

**Цель:** выявить возможности личности в профессиональной деятельности.

**Задачи:**

* 1. Определить тип темперамента.

**Виды работ:** опросник Айзенка.

**Ход занятия:**

**1. Вступительное слово педагога.**

**2. Определение темперамента.**

**Педагог:** Само слово «темперамент» в переводе с латинского языка означает соотношение частей, соразмерность. Впервые это понятие в обиход ввел древнегреческий врач Гиппократ. Он полагал, что различия между людьми объясняются количественным соотношением жидкостей в их теле (кровь, лимфа, желчь). По его убеждению, у сангвиников преобладает кровь (по латыни «санглис»), у холериков – желтая желчь («холе»), у флегматиков – слизь или лимфа («флегма»), у меланхоликов – черная желчь (« меланхоле»).

В чистом виде каждый темперамент встречается редко, и большинство людей соединяют в себе черты разных темпераментов.

Темпераментом обычно называют врожденные качества нервной системы человека — степень уравновешенности, эмоциональной подвижности. Темперамент не следует путать с характером, который представляет собой сочетание наиболее устойчивых, существенных особенностей личности. Характер проявляется в поведении человека, его отношении к себе и другим. Доброта и жестокость, трудолюбие и лень, аккуратность и неряшливость — все это черты характера. Умным или глупым, честным или лживым, талантливым или бездарным может быть человек с любым темпераментом.

Теперь же для того, чтобы каждый смог выявить свой темперамент, я предлагаю вам ответить на ряд вопросов об особенностях вашего поведения в различных условиях. Это не испытание ума или способностей, поэтому нет ответов хороших или плохих. Работайте быстро и не тратьте время на обдумывание ответа — важна первая реакция. На вопрос можно ответить "да" или "нет".

Методика «Исследование экстраверсии-интроверсии и нейротизма» (Опросник Айзенка).

1. Любишь ли ты шум и суету вокруг себя?

2. Часто ли ты нуждаешься в друзьях, которые могли бы тебя поддержать?

3. Ты всегда находишь быстрый ответ, когда тебя о чем-нибудь спросят?

4. Бывает ли так, что тебя что-нибудь раздражает?

5. Часто ли у тебя меняется настроение?

6. Верно, что тебе приятнее быть одному (одной), чем с ребятами?

7. Часто ли тебе мешают уснуть разные мысли?

8. Ты всегда делаешь так, как тебе говорят?

9. Любишь ли ты подшучивать над кем-нибудь?

10. Ты когда-нибудь чувствуешь себя несчастным(ой) без всякой причины?

11. Можешь ли ты сказать о себе, что ты веселый, оживленный человек?

12. Тебе приходилось когда-нибудь нарушать правила поведения в школе?

13. Верно ли, что ты часто бываешь раздражен(а) чем-нибудь?

14. Нравится ли тебе все делать в быстром темпе?

15. Ты переживаешь из-за страшных событий, которые могли бы произойти?

16. Тебе можно доверить любую тайну?

17. Можешь ли ты без труда внести оживление в скучную компанию?

18. У тебя бывает учащенное сердцебиение?

19. Делаешь ли ты обычно первый шаг, чтобы подружиться с кем-нибудь?

20. Ты когда-нибудь говоришь неправду?

21. Ты легко расстраиваешься, когда критикуют тебя и твою работу?

22. Ты часто шутишь и рассказываешь смешные истории своим друзьям?

23. Ты часто чувствуешь усталость?

24. Ты всегда сначала делаешь уроки, а потом все остальное?

25. Ты обычно весел(а) и всем доволен(льна)?

26. Обидчив(а) ли ты?

27. Ты очень любишь общаться с другими ребятами?

28. Всегда ли ты выполняешь просьбы родных о помощи по хозяйству?

29. У тебя бывают головокружения?

30. Твои действия и поступки иногда ставят людей в неловкое положение?

31. Ты часто чувствуешь, что тебе что-нибудь надоело?

32. Любишь ли ты иногда похвастаться?

33. Ты обычно сидишь и молчишь в обществе незнакомых людей?

34. Волнуешься ли ты иногда так, что не можешь усидеть на месте?

35. Ты обычно быстро принимаешь решения?

36. Ты никогда не шумишь в классе, даже когда нет учителя?

37. Тебе часто снятся страшные сны?

38. Можешь ли ты дать волю чувствам и повеселиться в обществе друзей?

39. Тебя легко огорчить?

40. Случалось ли тебе плохо говорить о ком-нибудь?

41. Ты обычно говоришь и действуешь быстро, не раздумывая долго?

42. Если оказываешься в глупом положении, то потом долго переживаешь?

43. Тебе нравятся подвижные игры?

44. Ты всегда ешь то, что тебе подают?

45. Тебе трудно ответить "нет", когда тебя о чем-то просят?

46. Ты любишь часто ходить в гости?

47. Бывают ли такие моменты, когда тебе не хочется жить?

48. Бывал(а) ли ты когда-нибудь груб(а) с родителями?

49. Считают ли тебя ребята веселым и живым человеком?

50. Ты часто отвлекаешься, когда делаешь уроки?

51. Ты чаще сидишь и смотришь, чем принимаешь участие в общем веселье?

52. Тебе обычно бывает трудно уснуть из-за разных мыслей?

53. Всегда ли у тебя есть уверенность, что ты справишься с делом, которое должен(на) выполнить?

54. Знакомо ли тебе чувство одиночества?

55. Ты стесняешься заговорить первым(ой) с незнакомыми людьми?

56. Ты часто спохватываешься, когда уже поздно что-либо исправить?

57. Когда кто-нибудь из ребят кричит на тебя, ты тоже кричишь в ответ?

58. Бывает, что ты чувствуешь себя веселым(ой) или печальным(ой) без причины?

59. Тебе трудно получить настоящее удовольствие от веселой компании?

60. Ты часто волнуешься из-за того, что ты сделал(а) что-то не подумав?

**Обработка результатов**

Ключ

I. Экстраверсия (Э):

“Да” — 1, 3, 9, 11, 14, 17, 19, 22, 25, 27, 30, 35, 38, 41, 43, 46, 49, 53, 57.

“Нет” — 6, 33, 51, 55, 59.

*1-7 баллов* – интроверт, т.е. ориентирован на свой внутренний мир, живет своими мыслями, чувствами, переживаниями, не испытывая особой потребности в общении с другими людьми. Поэтому профессии продавца, врача, учителя, юриста, журналиста, менеджера, требующие интенсивного общения могут его утомлять. Нужно обратить внимание на виды деятельности, которые не связаны с широкими человеческими контактами: программирование, конструирование, творчество, работа с текстами, с животными и растениями. При наличии способностей они добьются успеха в науке, искусстве, ремёсел, требующих точности и аккуратности.

*8-18 баллов* – амбиверт, универсальный тип личности, золотая середина, избирательны в общении, одиночество их не пугает, хорошо чувствуют себя в компании, но легко могут от неё отказаться. Нравиться быть с людьми, но не всё равно кто их окружает. Подходят не только профессии, связанные с общением, но и требующие умения работать одному.

*19-24* баллов – экстраверт, т. е. человек, который ориентирован на внешние предметы и обстоятельства, ему нравиться быть в центре внимания. Ради компании они могут пренебречь другими делами. Занятия, требующие усидчивости и терпения, даются им усилием воли. Им подошли бы профессии, требующие интенсивного общения с покупателями, клиентами, пациентами, учениками, студентами, пассажирами. Профессии, требующие терпения и усидчивости (работа за компьютером, исследовательская деятельность, расчёты и вычисления), будут даваться им ценой больших усилий и нервного напряжения

II. Нейротизм (Н):

“Да” — 2, 5, 7, 10, 13, 15, 18, 21, 23, 26, 29, 31, 34, 37, 39, 42, 45, 47, 50, 52, 54, 56, 58, 60.

*До 10* – хладнокровные, невозмутимые люди, трудно вывести из равновесия. Переживания многих людей им непонятны. Они скорее помогут делом, чем будут на словах выражать своё сочувствие. Профессии, требующие самоконтроля и умения рисковать, будто созданы для вас. Они способны выдерживать большие эмоциональные нагрузки (хирург, военные специальности, испытатели техники, спасатели).

*11-18 баллов* – эмоциональная стабильность. У них удачно сочетаются устойчивость и чувствительность нервной системы. Они легче многих справляются с жизненными трудностями и при этом способны понять и почувствовать эмоциональное состояние другого человека, поддержать его. Если у них при этом есть потребность в общении с другими людьми, нужно обратить внимание на такие сферы деятельности, как обслуживание, обучение, воспитание, медицина, управление.

*19-24 баллов* – отзывчивы к чужому горю, готовы прийти на помощь другому, принимают близко к сердцу не только свои проблемы, но и проблемы своих друзей и знакомых. Их готовность прийти на помощь другому человеку нравиться другим людям. Есть масса профессий, где это качество является профессионально важным. Например, все профессии социальной сферы. Люди искусства также обладают особой восприимчивостью, чуткостью, ранимостью.

III. “Ложь”:

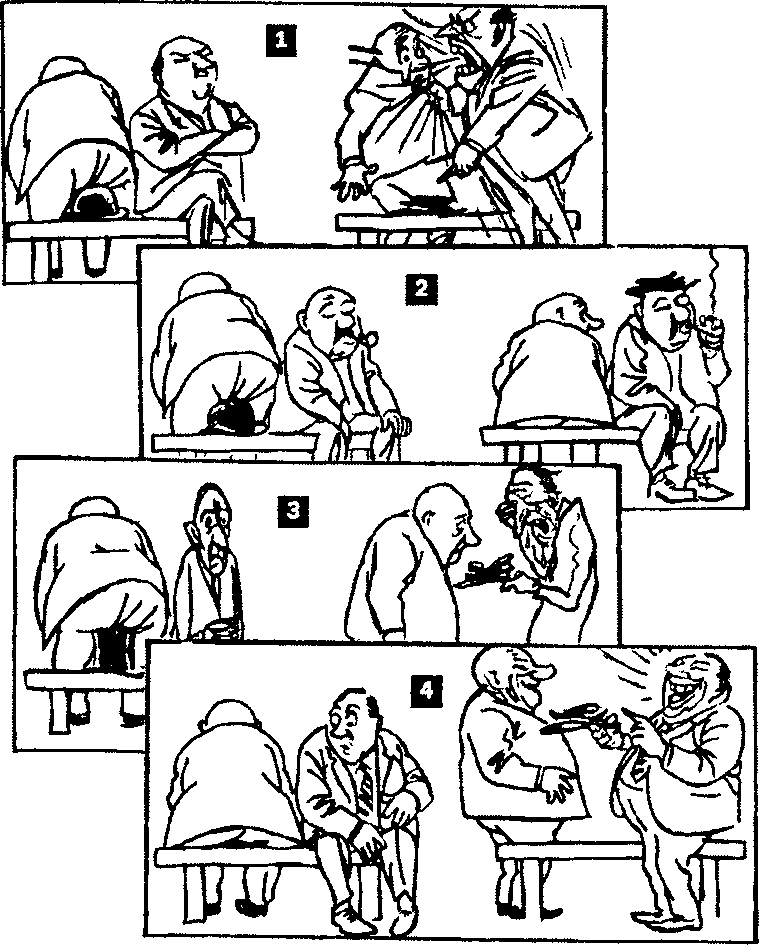
“Да” — 8, 16, 24, 28, 36, 44.

“Нет” — 4, 12, 20, 32, 40, 48.

Чем меньше баллов, тем выше достоверность результатов теста. Если вы набрали больше пяти баллов, возможно, вы подсознательно стремились давать «хорошие», «правильные» ответы.

*Нормативы для подростков 12-17 лет: экстраверсия (Э) — 11-14 баллов, “ложь” — 4-5 баллов, нейротизм (Н) — 10-15 баллов*

**Ведущий:** Ну, что же, молодцы! Все справились с заданием. Для того, чтобы каждый знал свой темперамент необходимо обратится к следующей схеме. По горизонтальной оси отметьте сумму баллов по шкале «Экстраверсия», а на вертикальной – сумму баллов по шкале «Стабильность». Отметив на осях координат обе точки, вы легко определите свой темперамент. Чем дальше вы от центра, тем ярче у вас выражены черты одного из четырёх темпераментов.



**Педагог:** А как вы думаете, знание особенностей своего темперамента необходимо при выборе профессиональной деятельности? Конечно да, так, например, летчику, оператору нужно обладать подвижным и сильным типом нервной системы; в деятельности актера, музыканта, художника важную роль играет эмоциональность. В профессиях врача, учителя, воспитателя необходимы доброжелательность, чуткость, общительность.

Но в тоже время, например, наблюдения за водителями с различными темпераментами показали, что стиль их работы существенно отличается. Меланхолики почти не попадают в аварийные ситуации. Они более тщательно готовят машину к рейсу, прогнозируя возможности неблагоприятных ситуаций в пути, и гораздо осторожнее ведут машину. Остальные чаще проявляют торопливость, небрежность, поверхностность. Отсюда, можно сделать вывод что те или иные свойства темперамента в одних обстоятельствах профессиональной деятельности могут способствовать достижению успеха, в других при той же деятельности – мешать.

Итак, мы выяснили, что темперамент не изменяется в течение жизни – и это очень важно учитывать при определении профессионального будущего, так как успешность овладения профессией зависит от соответствия особенностей темперамента человека и условий профессиональной деятельности.

**Итог занятия:** для закрепления материала предлагается выполнить следующее задание. Определите темпераменты героев карикатуры датского художника X. Бидструпа. Какое поведение похоже на ваше собственное?

**Занятие 6. Социальные проблемы труда («надо»)**

**Цель:** проинформировать о возможных социальных проблемах труда.

**Задачи:**

* 1. Выявить уровень информированности о рынке труда.
  2. Научить соотносить «тип профессий» с «классом профессий».

**Вид работы:** упражнение «Информированность», практическая работа, обсуждение.

**Ход занятия:**

**1. Вступительное слово педагога.**

**2. Упражнение «Информированность.**

**Педагог:**Ответьте письменно на следующие вопросы. Постарайтесь отвечать конкретно, желательно с пояснениями для более точного понимания ответа.

|  |  |
| --- | --- |
| **Вопросы** | **Да/нет** |
| Определен ли круг профессий, относительно которых вы можете утверждать, что они соответствуют вашим желаниям? |  |
| Определен ли круг профессий, относительно которых вы можете утверждать, что они соответствуют вашим способностям? |  |
| Определен ли круг профессий, относительно которых вы можете утверждать, что они соответствуют и вашим желаниям и вашим способностям? |  |

О профессиях и содержании труда:

**1.** Насколько профессии, которые вы избрали как возможные для себя, распространены на рынке труда?

**2.** Какие из этих профессий распространены наиболее широко, а какие наименее распространены?

**3.** Популярны ли они?

**4.** Это новые профессии или традиционны для нашего рынка труда?

**5.** Что конкретно делает работник, выполняющий профессиональные обязанности по избранным вами профессиям, и каково содержание его труда?

**6.** Какой уровень квалификации и образования необходим для выполне­ния этой работы?

**7.** Какая дополнительная информация о профессиях и содержании труда вам нужна?

О возможностях трудоустройства:

**1.** Много ли рабочих мест, где необходимы избранные вами профессии?

**2.** Велика ли конкуренция за эти рабочие места?

**3.** Много ли безработных, которые имеют эту профессию?

**4.** Каковы требования работодателей к претендентам на рабочие места по этим

профессиям?

-образование?

-опыт работы?

-возраст?

-какие-то особые требования?

-что-то еще?

**5**. Где можно получить информацию о возможностях трудоустройства по избранным вами профессиям?

О перспективах:

**1.**Насколько выбранные вами профессии перспективны, т.е. будут ли они распространенны и популярны через 10-15 лет?

**2.** Увеличиться ли конкуренция за рабочие места по этим профессиям?

**3.**Какие возможности открываются перед вами лично, если вы будете ра­ботать по интересующим вас профессиям?

-материальное благополучие?

-карьера?

-спокойствие и стабильная жизнь?

-познание чего-то нового?

-известность и популярность?

-уверенность в завтрашнем дне?

-общение с интересными людьми?

-что-то еще?

О предприятиях (организациях, фирмах):

**1.** Известны ли вам предприятия, на которых используются работники избранных вами профессий?

**2.** Сколько таких предприятий вы можете назвать прямо сейчас?

**3**. На каких еще предприятиях могут потребоваться работники, обла­дающие избранными вами профессиями?

**4.** Известно ли вам, где имеются свободные места для работников, обла­дающих избранными вами профессиями?

**5.** Известно ли вам о режиме и характере труда на этих предприятиях? Кратко опишите их.

**6.** Известны ли вам требования, которые предъявляются к работникам этих предприятий? Перечислите их.

О положительных примерах:

**1.** Известны ли вам люди, достигшие успеха в тех профессиях, о которых вы мечтаете?

**2**. Откуда вы о них узнали?

**3**. Каков их уровень профессиональной квалификации, образования?

**4.** Каков их жизненный путь, как они пришли к успеху'?

**5**. Можете ли вы воспользоваться их жизненным опытом, их примером?

**6.** Что вам нужно, чтобы достичь такого же успеха?

**3. Практическая работа. «Классификация профессий на рынке труда Иркутской области».**

Учащиеся работают в группах по 3-5 человек, заполняя один из разделов типологии профессий.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Типы профессий** | **Классы профессий** | |
| **А. Исполнительские** | **Б. Творческие** |
| 1. Человек-человек |  |  |
| 2. Человек-техника |  |  |
| 3.Человек-знаковая сис­тема |  |  |
| 4.Человек-художественный образ |  |  |
| 5. Человек-природа |  |  |

По окончании работы ребята презентуют свои решения и об одной из профессий рассказывают более подробно. Отвечают на вопрос: «Какие профессии будут наиболее востребованы в ближайшие 5-10 лет?»

**Занятие 7. Достижение жизненных целей и самовоспитание.**

**Цель:** выявить тип характера личности.

**Задачи:**

1.Заполнить характерологическую анкету.

2.Интерпретировать полученные результаты.

* + 1. **Виды работ:** характерологическая анкета.

**Ход занятия:**

* + 1. **Вступительное слово педагога.**
    2. **Характерологическая анкета.**

*Инструкция:* Ответьте, пожалуйста, на приведенные ниже вопросы. Если вы отвечаете "да", поставьте ( + ) в клеточку напротив вопроса. Если отвечаете "нет", поставь­те ( - ). Помните, что правильных или неправильных вариантов ответов здесь нет. Отвечайте так, как считаете нужным.

1

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| У вас чаще весёлое и беззаботное настроение? |  | Х 3 |
| Предприимчивы ли вы? |  |  |
| Трудно ли вам долго усидеть на одном месте? |  |  |
| Как вы думаете, получится ли из вас ведущий (конферансье) в юмористическом спектакле? |  |  |
| Можно ли сказать, что при неудаче вы теряете чувство юмора? |  |  |
| Вам травится работа, требующая энергичной организаторской деятельности? |  |  |
| Вы подвижный человек? |  |  |
| Легко ли вам удаётся поднять настроение друзей в компании? |  |  |

2

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Бывает ли так, что вы находитесь беспричинно в таком ворчливом настроении, что с вами лучше не разговаривать? |  | X 3 |
| Часто ли у вас бывает чувство сильного внутреннего беспокойст­ва, ощущения возможной беды, неприятности? |  |  |
| Быстро ли вы начинаете сердиться или впадать в гнев? |  |  |
| Убегали ли вы в детстве из дома? |  |  |
| Вы можете ударить обидчика, если он вас оскорбит? |  |  |
| Бывают ли у вас головные боли? |  |  |
| Вас часто тянет путешествовать? |  |  |
| Вы становитесь менее сдержанным и чувствуете себя более сво­бодно, если примете алкоголь? |  |  |
| **3** | | |
| Вы чувствительны к оскорблениям? |  | Х 2 |
| Вам трудно быстро забыть, если вас кто-нибудь обидит? |  |  |
| Стремитесь ли вы всегда считаться в числе лучших? |  |  |
| Если по отношению к вам несправедливо поступили, энергично ли вы отстаиваете свои интересы? |  |  |
| Вы обычно высказываете свое мнение людям достаточно откро­венно, прямо и недвусмысленно? |  |  |
| Склонны ли вы выступать в защиту лиц по отношению к которым несправедливо поступают? |  |  |
| Вы не склонны предпринимать первые шаги к примирению, если нас кто-нибудь обидел? |  |  |
| Настойчиво ли вы добиваетесь намеченной цели, если на пути к ней приходится преодолевать массу препятствий? |  |  |
| В школе вам не нравилось подсказывать своим товарищам или |  |  |
| У вас чаше веселое и беззаботное настроение? |  | Х З |
| Предприимчивы ли вы? |  |  |
| Трудно ли вам долго усидеть на одном месте? |  |  |
| Как вы думаете, получится ли из вас ведущий (конферансье) в юмористическом спектакле? |  |  |
| Можно ли сказать, что при неудаче вы не теряете чувство юмора? |  |  |
| Вам нравится работа, требующая энергичной организаторской деятельности? |  |  |
| Вы подвижный человек? |  |  |
| Легко ли вам удается поднять настроение друзей в компании? |  |  |
| давать списывать? |  |  |
| Вы очень переживаете из-за несправедливости? |  |  |
| Долго ли вы переживаете обиду? |  |  |
| Относитесь ли вы к людям скорее с недоверием и осторожностью, чем с доверчивостью? |  |  |

**4**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Являетесь ли вы обычно центром внимания в обществе, компа­нии? |  | Х 2 |
| Любят ли вас ваши знакомые? |  |  |
| Была ли у вас хотя бы один раз истерика или нервный срыв? |  |  |
| Всегда ли вы стремитесь быть достаточно сильным человеком? |  |  |
| В школе вы охотно декламировали стихи'? |  |  |
| Бывает ли так, что после конфликта, обиды вы были до того рас­строены, что идти излома казалось просто невыносимым? |  |  |
| Легко ли вам докладывать (выступать на сцене) перед большим количеством людей? |  |  |
| Легко ли вы привыкаете к новым ситуациям? |  |  |
| Можете ли вы быть приветливым даже с тем, кого вы явно не це­ните, не любите, не уважаете? |  |  |
| Вы охотно участвовали в кружке художественной самодеятельно­сти (театр, танцы и т. п.). А может, вы участвуете и сейчас? |  |  |
| Способны ли вы отвлечься от грудных проблем, требующих ре­шения? |  |  |
| Если бы вам необходимо было играть на сцене, вы смогли бы так войти в роль, чтобы позабыть о том, что это только игра? |  |  |

**5**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Стремитесь ли вы во всем и всюду соблюдать порядок? |  | Х2 |
| Сделав что-то, вы сомневаетесь, псе ли сделанное правильно, и не успокаиваетесь до тех пор, пока не убедитесь еще раз в том, что нее сделано правильно? |  |  |
| Опуская письмо и почтовый ящик, проверяете ли вы, проводя ру­кой по щели ящика, что письмо полностью упало в ящик? |  |  |
| Предпочитаете ли вы работу такую, где требования к качеству выполнения высоки, но не обязательно действовать быстро? |  |  |
| Раздражает ли вас, если дома занавесь или скатерть висят неров­но, и вы сразу же стремитесь поправить их? |  |  |
| Трудно ли вам работать с высокой личной ответственностью? |  |  |
| Тщательно ли вы следите за тем, чтобы каждая вещь в вашей квартире была только на одном и том же месте? |  |  |
| Возвращаетесь ли вы, чтобы убедиться, что оставили дом или ра­бочее место в таком состоянии, что там ничего не случится? |  |  |
| Часто ли бывает вам трудно уснуть из-за того, что проблемы прожитого дня или будущего все время крутятся в ваших мыслях? |  |  |
| Бывает ли, что вы остерегаетесь того, что броситесь под колеса проходящего поезда, или, стоя у окна многоэтажного дома, осте­регаетесь того, что можете выпасть из окна? |  |  |
| Уходя из дома или ложась спать, проверяете ли вы, закрыт ли газ, погашен ли свет, заперты ли двери? |  |  |
| Часто ли, будучи школьником, вы переписывали страницу с ва­шей тетради, если случайно ставили на ней кляксу? |  |  |

**6**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Вы серьезный человек? |  | Х З |
| У вас часто несколько подавленное настроение? |  |  |
| Трудно ли вам быть абсолютно беззаботно веселым? |  |  |
| Кажется ли вам жизнь трудной? |  |  |
| У вас очень велика потребность общения с другими людьми? |  |  |
| Вы редко смеетесь? |  |  |
| Вы оцениваете жизнь пессимистически, без ожидания радости? |  |  |
| В беседе вы скупы на слова? |  |  |

*Описание типов характера:*

Мы подробно остановимся на шести довольно часто встречающихся ти­пах характера людей. Для обозначения этих типов мы воспользуемся метафо­рами, выражающими сходство характера человека с теми или иными видами рек.

|  |  |
| --- | --- |
| **Тип 1** | **"Порожистая горная речка — быстрая и шумная''** |
| Представители данного типа ха­рактера | обычно находятся в приподнятом настроении, оптими­стически относятся к своему будущему, часто переоцени­вают свои возможности, имеют большое количество пла­нов, широкие интересы, легко увлекаются новым и легко отвлекаются от ставшего уже привычным |
| Стремятся | к активной деятельности и переменам |
| Испытывают стресс в ситуациях | — однообразия.  - ограничения свободы, принуждения и запретов |
| Реагируют на стресс | вытеснением из сознания источников тревоги, игнориро­ванием препятствий, стремлением не замечать затрудне­ний и отрицательных сигналов, свидетельствующих о не­благополучии |
| Часто испытывают чувства | радости |
| Могут восприни­маться окружаю­щими как | веселые, разговорчивые, беззаботные и беспечные |
| Могут испытывать затруднения при | систематичном, планомерном и последовательном пове­дении, направленном на достижение цели |
| Способны | — постоянно действовать,  — легко приспосабливаться к быстро меняющимся усло­виям,  — поддерживать контакты с широким кругом людей |
| Рекомендуемые ти­пы профессий | "человек" и "художественный образ" |
| не рекомендуемые типы профессий | "знаковая система" и "природа" |
|  | |
| **Тип 2** | **«Стремительный, смывающий все на своем пути бур­ный поток»** |
| Представители данного типа ха­рактера | характеризуются большой силой влечений и чувств, мо­гут непосредственно разряжать свое напряжение на ок­ружающих, не всегда учитывают интересы других людей, часто совершают импульсивные действия |

|  |  |
| --- | --- |
| Стремятся | к немедленному удовлетворению своих потребностей |
| Испытывают стресс в ситуациях | — препятствий,  — ожидания |
| Реагируют на стресс | агрессией, направленной на других людей, игнорирова­нием общепринятых правил и норм поведения |
| Часто испытывают чувства | раздражения, гнева |
| Могут восприни­маться окружаю­щими как | вспыльчивые, нетерпеливые |
| Могут испытывать затруднения при | контроле за своим поведением и сдерживании своих эмоций |
| Способны | — действовать быстро, не раздумывая,  — разрушать препятствия, нападать на врага, противо­стоять противнику,  — соперничать с другими людьми |
| Рекомендуемые ти­пы профессий | "природа" и "художественный образ" |
| не рекомендуемые типы профессий | "человек" и "знаковая система" |
|  | |
| **Тип 3** | **"Широкая могучая полноводная река"** |
| Представители данного типа ха­рактера | отличаются длительностью переживаний, медленным угасанием эмоций, склонностью к накоплению напряже­ния, чувствительны к несправедливости, остро реагируют на ущемление своих прав, подозрительно относятся к другим |
| Стремятся | к постоянству, превосходству и повышению своего поло­жения |
| Испытывают стресс в ситуациях | — быстрых изменений,  — унижения собственного достоинства |
| Реагируют на стресс | критическим отношением к окружающим, обвинением других людей, предъявлением требований по отношению к ним |
| Часто испытывают чувства | обиды |
| Могут восприни­маться окружаю­щими как | упрямые, мелочные, самолюбивые |
| Могут испытывать затруднения при | — обращать внимание на детали, не упуская из виду ни­каких мелочей, |
| Способны | — не доверять первому встречному |
| Рекомендуемые ти­пы профессий | " техника" и " природа" |
| Не рекомендуемые типы профессий | "человек" |

|  |  |
| --- | --- |
| **Тип 4** | **"Извилистая речка с крутыми берегами"** |
| Представители данного типа ха­рактера | характеризуются быстро меняющимся настроением, лег­костью возникновения и прекращения чувств, зависимо­стью поведения от сиюминутного настроения и ситуации |
| Стремятся | к вниманию окружающих |
| Испытывают стресс в ситуациях | безразличного отношения со стороны других людей |
| Реагируют на стресс | демонстративным поведением, рассчитанным на внешний эффект, стремлением произвести впечатление, склонно­стью к притворству |
| Часто испытывают чувства | обиды |
| Могут восприни­маться окружаю­щими как | артистичные, тщеславные, капризные |
| Могут испытывать затруднения при | необходимости устойчивой деятельности |
| Способны | — нравиться окружающим, производить благоприятное впечатление,  — быстро ориентироваться в людях, легко вступать в контакт, приспосабливаться к окружающим |
| Рекомендуемые ти­пы профессий | "человек" и "художественный образ" |
| не рекомендуемые типы профессий | "знаковая система" и "природа" |
|  | |
| **Тип 5** | **"Разветвленная река с большим количеством прото­ков и островов"** |
| Представители данного типа ха­рактера | отличаются неуверенностью в своих возможностях, коле­баниями при выборе решения, сомнениями в его пра­вильности, стремлением его перепроверять, опасениями по поводу возможных последствий 4 |
| Стремятся | к безопасности и защите |
| Испытывают стресс в ситуациях | —угрозы,  —неопределенности, непредсказуемости и неупорядо­ченности |
| Реагируют на стресс | ориентацией поведения на избежание неудач, стремлени­ем тщательно планировать свои действия, контролиро­вать и корректировать их, склонностью держаться знако­мых людей и привычных ситуаций |
| Часто испытывают чувства | беспокойства, тревоги, страха |
| Могут восприни­маться окружаю­щими как | нерешительные, мнительные, аккуратные, предусмотри­тельные, осторожные |
| Могут испытывать затруднения | в условиях недостатка времени или информа­ции |
| Способны | —предварительно все обдумывать, прежде чем начать действовать,  — соблюдать порядок и точность, сдерживать свои чув­ства,  — выполнять однообразную деятельность |
| Рекомендуемые ти­пы профессий | "знаковая система", "техника" и "природа" |
| не рекомендуемые типы профессий | не выявлены |
|  | |
| **Тип 6** | **"Очень глубокая река с медленным течением"** |
| Представители данного типа ха­рактера | склонны к пониженному настроению, пессимистически оценивают свои перспективы, предъявляют к себе завы­шенные требования, недооценивают свою значимость и полезность, склонны к глубоким привязанностям, преда­ны своим близким и своему делу |
| Стремятся | быть нужными кому-либо |
| Испытывают стресс в ситуациях | — одиночества, разрыва, утраты, собственной ненужно­сти |
| Реагируют на стресс | агрессией, направленной на самого себя, критикой и об­винением себя даже в случае незначительных ошибок и неудач, подавленным состоянием |
| Часто испытывают чувства | печали, вины |
| Могут восприни­маться окружаю­щими как | молчаливые, серьезные, надежные, добросовестные |
| Могут испытывать затруднения при | при ошибках и неудачах |
| Способны | — принимать ответственность на себя,  — оказывать помощь другим даже в ущерб своим собст­венным интересам |
| Рекомендуемые ти­пы профессий | "техника", "знаковая система", "природа" |
| не рекомендуемые типы профессий | "человек" |

*Интерпретация и выводы:* Как определить, к какому типу характера вы принадлежите?

Чтобы оценить степень выраженности черт каждого из шести типов ха­рактера, вам необходимо вновь обратиться к характерологической анкете. Во­просы этой анкеты объединены в 6 групп по 8 или 12 вопросов. Каждая группа вопросов соответствует одному из 6 типов характера, с которыми мы познако­мились. В каждой группе необходимо подсчитать количество вопросов, на ко­торые вы ответили "да", умножить это количество на коэффициент "2" или "3", указанный для этой группы в самом правом столбце, и полученный результат записать в клетке ниже соответствующего коэффициента. В результате по каж­дому типу вы получите оценку от 2 до 24 баллов.

В том случае, если вы получили оценку по какому-либо типу, равную 12 баллам и более, то черты этого типа у вас достаточно сильно выражены. Если вы получили оценку более 12 баллов только по одному типу, то он и является для вас наиболее характерным. Если вы набрали более 12 баллов по двум или нескольким типам сразу, то ваш тип будет определяться максимальной, наибо­лее высокой оценкой, но только в том случае, если разница оценок между ти­пами составляет более 3 баллов. Если же разница между типами незначительна, то можно предположить, что вам присущи черты, характерные для каждого из этих типов. В этом случае ваш тип является сложным, смешанным, объеди­няющим черты сразу двух или нескольких типов характера. Наконец, если ни по одному типу вы не набрали более 12 баллов то определить тип вашего ха­рактера затруднительно, поскольку ни одна из черт не является достаточно сильно выраженной.

А что делать в том случае, если результаты анкеты указывают на то, что вы принадлежите к одному тип у характера, а вам кажется, что для вас характе­рен другой тип? Никаких проблем. Кто знает вас лучше, чем вы сами? Шести­десяти вопросов анкеты может оказаться недостаточным для точного определе­ния вашего типа характера. И если вы уверенно узнали себя в одном из шести описаний, то, скорее всего, так оно и есть. Характерологическая анкета носит вспомогательный характер для определения типа личности человека. Поэтому вы можете смело пользоваться описаниями типов для оценки своего характера напрямую.

Знать тип своего характера может быть полезно. Во-первых, мы можем лучше себя понять. Мы можем выяснить, что те или иные особенности нашего поведения и переживаний не случайны, они связаны с нашим характером. Во-вторых, мы можем сказать, какие трудности для нас могут быть характерны в большей степени, и как нам их лучше преодолевать. В-третьих, мы можем уз­нать, какие профессии для нас больше всего подходят.

Воля как черта характера заключается в умении преодолевать труд­ности при достижении поставленной цели. Для волевого человека нетрудно справиться со своими «хочу» или «не хочу». В его сознании возникают мысли: «надо», «я должен», «необходимо», которые и побеждают отрицательные эмо­ции.

**Воля** - это власть человека над самим собой: способность управлять, ре­гулировать свою деятельность, сознательно строить свою жизнь. Оцените, на­сколько развита ваша сила воли.

**Занятие 8. Общение и его роль в трудных жизненных ситуациях.**

**Цель:** выявить уровень коммуникативных навыков личности.

**Задачи:**

1.Провести тест на выявление коммуникативных навыков.

2.Провести упражнение на развитие коммуникативных навыков.

**Виды работ:** тест «Ваша коммуникабельность», упражнение «Телефонный разговор».

**Ход занятия:**

**1. Вступительное слово педагога.**

**2**. *Тест «Ваша коммуникабельность».*

На каждый из 16 приведенных ниже вопросов выберите один из альтер­нативных ответов: «Да», «Иногда», «Нет».

**1.** Вам предстоит деловая встреча. Выбивает ли Вас из колеи ее ожида­ние'?

**2**. Не откладываете ли Вы визит к врачу до тех пор, пока не станет не­вмоготу?

**3.** Вызывает ли у Вас смятение и неудовлетворение поручение выступить с докладом, сообщением, информацией на уроке, собрании или тому подобном мероприятии

**4.** Вам предлагают съездить в другой населенный пункт город или село, где Вы никогда не были. Приложите ли Вы максимум усилий, чтобы избежать этой поездки?

**5.** Любите ли Вы делиться своими переживаниями с кем бы то ни было?

**6.** Раздражаетесь ли Вы, когда незнакомый человек на улице обращается к Вам с просьбой показать ему дорогу, назвать время, ответить на какой-либо еще вопрос?

**7.** Верите ли Вы, что существует проблема «отцов и детей» и что людям разных поколений трудно понимать друг друга?

**8.** Постесняетесь ли Вы напомнить знакомому, что он забыл отдать Вам долг, который занял несколько месяцев тому назад?

**9.** В ресторане или столовой Вам подали явно недоброкачественное блю­до. Промолчите ли Вы, лишь рассерженно отодвинув тарелку?

**10.**Оказавшись один на один с незнакомым человеком, Вы не вступите с ним в беседу и будете тяготиться, если первым заговорит он. Так ли это?

**11.** Вас приводит в ужас любая длинная очередь, где бы она ни была: в магазине, кассе кинотеатра и т.п. Предпочтете ли Вы отказаться от своего на­мерения, нежели стать в хвост и томиться в ожидании?

**12.**Боитесь ли Вы участвовать в какой-либо комиссии по рассмотрению конфликтных ситуаций?

**13.**Есть ли у Вас сугубо индивидуальные критерии оценки произведений литературы, искусства, культуры, и никаких, чужих мнений Вы не принимаете?

**14.**Услыхав где-нибудь в кулуарах высказывание явно ошибочной точки зрения по хорошо известному Вам вопросу, предпочтете ли Вы промолчать и не вступать в спор?

**15.**Вызывает ли у Вас досаду чья-либо просьба разобраться в том или ином вопросе или учебной теме?

**16.**Охотнее ли Вы излагаете свою точку зрения (мнение) в письменном виде, чем в устной форме?

*Ключ для подсчета баллов:*

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Ответы** | **Номер высказываний** | | | | | | | | | | | | | | | | **Количество ответов** | **Баллы** |
|  | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 | 15 | 16 |  |  |
| Да |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Иногда |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Нет |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Сумма баллов: | | | | | | | | | | | | | | | | | |  |

***За каждый ответ*** «Да» - 2 балла

***За каждый ответ*** «Нет» - 0 баллов

***За каждый ответ*** «Иногда» - 1 балл

*Интерпретация результатов тестирования:*

Если Вы набрали 30-32 балла -

Вы явно некоммуникабельны, и это Ваша беда, так как страдаете от это­го больше всего Вы сами, но и близким Вам людям нелегко. На Вас трудно по­ложиться в деле, которое требует групповых усилий. Постарайтесь стать общи­тельнее, контролируйте себя.

Если Вы набрали 23-29 баллов -

Вы замкнуты, неразговорчивы, предпочитаете одиночество, поэтому у Вас, наверное, мало друзей. Новая работа и необходимость новых контактор если и не ввергает Вас в панику, то надолго выводит из равновесия. Вы знаете эту особенность Вашего характера и бываете недовольны собой, Но не ограни­чивайтесь только недовольством. В Вашей власти переломить эти особенности Вашего характера. Разве не бывает, что при какой-нибудь сильной увлеченно­сти Вы приобретаете вдруг полную коммуникабельность? Стоит, только встряхнуться.

Если Вы набрали 19-24 баллов -

Вы в известной степени общительны и в незнакомой обстановке чувст­вуете себя вполне уверенно. Новые проблемы Вас не пугают. И все же с новы­ми людьми Вы сходитесь с оглядкой, в споры и дискуссии вступаете неохотно. В Ваших высказываниях порой много сарказма без всякого на то основания. Эти недостатки исправимы.

Если Вы набрали 14-18 баллов -

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

Если Вы набрали 9-13 баллов -

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

Если Вы набрали 4-8 баллов -

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

Если Вы набрали 0-3 балла -

Ваша коммуникабельность носит болезненный характер. Вы говорливы, многословны, вмешиваетесь в дела, которые не имеют к Вам никакого отноше­ния. Беретесь судить о проблемах, в которых совершенно некомпетентны. Вольно или невольно Вы бываете причиной разных конфликтов в Вашем окру­жении. Вспыльчивы, обидчивы, нередко бываете необъективны. Серьезная ра­бота не для Вас. И в школе, и дома людям повсюду трудно с вами. Вам бы по­работать над собой и своим характером. Прежде всего, воспитайте в себе тер­пимость и сдержанность, уважительное отношение к людям, наконец, подумайте и о своем здоровье - такой стиль жизни не проходит бесследно.

**3.Упражнение «Телефонный разговор».**

Учащиеся садятся по кругу. По желанию ребята приглашаются к во­ображаемому телефону. Прежде, чем они начнут говорить, им необходимо из волшебной телефонной книги вытянуть номер телефона, по которому им нужно звонить. На карточке написаны не номера телефонов, а люди, которым нужно срочно позвонить.

Остальные учащиеся не знают, кому будет звонить ученик. Ученик не произносит ничего вслух. Ему разрешается жестикулировать, сидеть, ходить. Задача остальных - догадаться по жестам, мимике, поведению, кому звонит ученик.

Предполагаемое телефонное общение:

* мама
* друг
* младший брат, сестра
* старший брат, сестра
* учитель
* директор школы
* классный руководитель
* бабушка, дедушка
* тренер
* руководитель кружка или секции и т. д.

**Итог занятия:** «Тяжело ли было выполнять данное упражнение?», «Чему вы научились сегодня?».

**Занятие 9. Беседа «Что может помочь в планировании карьеры».**

**Цель:** Создать условия для формирования у учащихся знаний об основных требованиях к профессионалу, о профессиональной карьере и об основных направлениях ее роста.

**Задачи:**

* + 1. Обсудить вопрос «Зачем люди работают?»
    2. Дать обзорную информацию о профессиональной карьере.
    3. Дать определения терминам: профессиональная карьера, карьера, профессионализм.

**Вид работы:** дискуссия, беседа.

**Ход занятия:**

**1. Вступительное слово педагога.**

**2.** В начале  занятия ведется  дискуссия «Зачем люди работают?». Утверждения показываются на слайде. Все учащиеся их изучают и отдают свое предпочтение одному из них. Каждый отстаивает свое мнение.

(единомышленников можно объединить в группы).

**Утверждения:**

1. Люди работают, чтобы разбогатеть.

2. Люди работают, чтобы содержать семью, не погрязнуть в нищете и не умереть с голоду.

3. Люди работают, чтобы потом хорошо отдохнуть и повеселиться.

4. Люди работают, потому что применить свои способности для общей пользы.

5. Люди работают, потому что им нравится работать.

6. Люди работают, потому что видят в этом смысл.

7. Люди работают, потому что работа удовлетворяет их потребность в саморазвитии.

**Учитель:** Итак, большинство из вас считают, что люди работают, чтобы…  А с какой целью будете работать вы?( Выслушиваются мнения учащихся. ) какие задачи стоят перед вами в настоящее время, реализация которых смогла бы решить те проблемы, ради которых вы будете трудиться по окончанию школы? ( Выслушав все мнения, учитель делает вывод.)

**Вывод:** Необходимо успешно закончить учебу в школе, приобрести необходимые знания, умения, навыки для последующего роста профессиональной карьеры.

Прежде всего, необходимо выяснить, **что такое карьера.** В точном переводе с итальянского - это бег, жизненный путь. А если быть точнее, карьера- это:

1. Продвижение в какой-либо сфере деятельности.

2. Достижение известности, славы.

3. Род занятий, профессия.

**Профессиональная карьера-**это профессиональное продвижение, профессиональный рост как этапы восхождения человека к профессионализму, переход от одних уровней, этапов, ступеней профессионализма к другим как процесс профессионализации ( от выбора профессии к овладению профессией, затем упрочнение профессиональных позиций, овладение мастерством.)

Кроме того, **карьера -** это сознательно выбранный и реализуемый работником путь должностного продвижения, стремление к намеченному статусу, к определенной должности. Можно выделить **два вида карьеры:**

**Горизонтальную:** рост профессионального мастерства (оно всегда с вами);

**Вертикальную:** рост в должности (может рухнуть в один день).

Вертикальная и горизонтальная карьера - это два равноправных способа жизни в профессии и в обществе в целом, они существуют вместе и не исключают, а взаимно дополняют друг друга. Сделать карьеру - значит добиться престижного положения в обществе и высокого дохода, который в три раза превосходит средние показатели. При планировании карьеры человек с самого начала должен решить для себя, какого служебного положения он хочет добиться, какого уровня дохода он желает и что для этого нужно? Это поможет формулировать, а потом регулярно пересматривать и уточнять, особенно в переломные моменты, личные цели. О карьере человек должен думать постоянно и составлять на ближайшие годы альтернативные варианты продвижения по службе. Рост сложившегося специалиста оценивается сроками 3-5 лет: именно столько в среднем требуется работнику, чтобы овладеть «секретами мастерства», стать профессионалом на своем рабочем месте.

**Профессионал:**

1. Обладает специальными знаниями и навыками в своей предметной области.

2. Владеет информацией, умеет ее собирать, структурировать и правильно использовать.

3.Знает своих коллег, завоевывает себе соответствующую репутацию, поддерживает отношения с коллегами, работодателями.

4.Умеет организовывать работу других и свой труд.

5.Владеет искусством делового общения, хорошо знает особенности и правила этикета в своей профессиональной среде.

**Профессионализм -** обладание человеком набором личностных характеристик, необходимых для успешного выполнения работы. Вывод: для успешного овладения карьерой недостаточно иметь определенные профессиональные знания, умения и навыки, а необходимо обладать определенными чертами характера, которые будут способствовать успешному карьерному росту. Это и уверенность в себе, и решительность, и коммуникабельность и т. д. Давайте самостоятельно определим черты своего характера, выпишите свои положительные и отрицательные стороны.

Посмотрите, каких черт характера у вас больше и наметьте план работы над собой, который может выглядеть так:

**Какие черты характера я уже имею, чтобы овладеть избранной профессией\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_**

**Что нужно изменить в себе\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_**

**Какими приемами и методами я собираюсь достичь цели\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_**

И все же не достаточно просто наметить план самовоспитания, необходимо успешно следовать ему, фиксировать поступки в своем дневнике. Это будет служить вам самоконтролем. И вы первыми сможете заметить и оценить изменения в вашем характере, так как любой человек всегда лучше постороннего все знает о себе. Для того чтобы добиться успехов в планировании необходимых личностных качеств, необходима настойчивость. Ее необходимо сделать своим девизом. Только так можно добиться успеха в профессиональной карьере.

**Подведем итоги:**

**1.**Какие же качества необходимы человеку для успешной карьеры?

**2.**Что делать, если человек не обладает необходимыми качествами для успешной карьеры?

**Напутствие:*идите настойчиво к намеченной цели, воспитывайте волю и самодисциплину.Дерзайте. И помните, что самовоспитание - тяжелейшая из работ, но приносящая громадный успех в будущей карьере.***

**Занятие 10. Итоговое занятие в добрый путь.**

**Цель:** проверить сформированность личного профессионального плана.

**Задачи:**

* + - 1. Провести анкетирование.
      2. Провести упражнение «Сбор чемодана в дорогу».

**Вид работы:** анкета, упражнение «Сбор чемодана в дорогу».

**Ход занятия:**

**1.Вступительное слово педагога:**

1. **Анкетирование.** Участники должны наверху листка написать профессию, которую они для себя выбрали, если выбрали. Если не выбрали - наиболее нравящуюся профессию. После этого участники должны ответить на вопросы анкеты ("да" или "нет"):

1. Знаешь ли ты основное содержание профессии?

2. Знаешь ли ты условия труда и оплаты, возможности повышения квалификации?

3. Знаешь ли ты какие учебные заведения готовят специалистов данной профессии?

4.Есть ли у тебя качества, необходимые для овладения профессией?

5. Считаешь ли ты уровень своих знаний достаточным для овладения избранной профессией?

6. Знаешь ли ты, какие школьные предметы необходимы тебе в большей мере для овладения профессией?

Если 40-60% ответов на вопросы анкеты положительные, то достигнуты все поставленные цели.

Учащиеся кто дал отрицательный результат, должны могут обратится за индивидуальной консультацией.

**3. Упражнение «Сбор чемодана в дорогу».**

Учащиеся на листах бумаги записывают фразу «Я возьму с собой в доро­гу...». Ограничивать направления размышлений не стоит, но, тем не менее, ре­бята понимают, что в дорогу с собой надо взять все то, что есть лучшее в каж­дом из них, что подчеркивает их индивидуальность («я умею делать, я знаю, я смогу, у меня получается лучше всех и т.д.).

Учитель говорит, что «звездная карта» каждого показывает у всех мно­го возможностей, много того, что делает каждого из нас уникальным, и того, что для всех нас - общее. Поэтому мы нужны друг другу, и каждый человек может добиться в жизни успеха и сделать так, чтобы другим рядом с ним было веселее и радостнее жить.

Учитель подчеркивает, что умение найти хорошее в каждом человеке также необходимо взять с собой в дорогу и предлагает ребятам бланки «теле­грамм» с проставленным именем адресата (метод случайного выбора). Надо написать однокласснику, самое хорошее, что можно о нем сказать.

Происходит торжественная раздача «телеграмм». Содержание «теле­грамм» обсуждается по желанию адресатов.

*В заключении учитель от себя добавляет каждому в его багаж:*

***МУЖЕСТВА***  (изменить то, что можно изменить в себе);

***СМИРЕНИЯ***  (принять то, что изменить в себе невозможно);

***РАЗУМА***  (чтобы отличить одно от другого).

Первичный мониторинг «Подготовка воспитанников к самостоятельной жизни» разрабатывался и проводился (июнь 2009 год)в рамках мероприятий по реализации реформирования образовательных учреждений для детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей Иркутской области.

Необходимость разработки данного мониторинга продиктована рядом причин:

* Увеличивается число детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей, которые испытывают трудности профессионального самоопределения, социализации и интеграции в социуме.
* Большинство выпускников учреждений не могут создать благополучную семью, взять на себя ответственность за воспитание своих детей.
* Количественные и качественные результаты мониторинга дадут более объективную картину процесса подготовки воспитанников к самостоятельной жизни.

Цель: Выявить основные принципы становления жизненных планов воспитанников, уровня их готовности к самостоятельной жизни.

Задачи:

1. Выработка единых критериев и методик изучения уровня развития и воспитания детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей, подготовки их к самостоятельной жизни.

2. Анализ результатов общих сведений о воспитанниках, их отношения к здоровому образу жизни, обследования личностно-эмоционального развития, уровня подготовки к проживанию в семье, профессионально – трудовой готовности и социально-правовой компетентности.

3. Обобщение и распространение опыта проведения мониторинга в других образовательных учреждениях.

Объектом мониторинга на уровне системы образования являются Центры по подготовке детей – сирот и детей, оставшиеся без попечения родителей к проживанию в семье, по постинтернатной адаптации, дифференцированного обучения и воспитания для детей с ограниченными возможностями в развитии (далее Центры).

Предмет мониторинга: уровень подготовки воспитанников Центров к самостоятельной жизни.

Данный мониторинг предполагает фиксацию и отслеживание динамики важнейших психологических характеристик развития ребенка, находящегося в определенной образовательной среде Центра.

**Основа проведения мониторинга предполагает два уровня:**

1. **Адресно-статистический**.

На данном уровне индивидуальные данные воспитанников обрабатываются в Центрах, изучение и анализ сводных данных проводят сотрудники ОГАОУ ЦПМСС.

1. **Стандартизированный статистический.**

На данном уровне изучаются сведения социального характера о детях-сиротах и детях, оставшихся без попечения родителей, находящихся в Центре (Ф.И.О., дата рождения, пол, место рождения, класс, статус, динамика перемещения, общее время нахождения в государственных учреждениях, дата поступления в данное учреждение, состоит ли на учете в милиции, наличие социальных выплат и закрепленного жилья, сведения о семье) и оцениваются следующие параметры:

* отношение к здоровому образу жизни;
* личностно-эмоциональные особенности воспитанников (мотивация к учебной деятельности, уровень самооценки и реакций на ситуацию; способность к сопереживанию, эмпатии, устойчивость эмоционального состояния, поведенческая саморегуляция, волевая организация личности, уровень проявления агрессии, коммуникативные навыки, положение воспитанника в детском коллективе);
* готовность к проживанию в семье;
* профессионально-трудовая готовность и социально-правовая компетентность.

Данные параметры позволяют изучить уровень и динамику развития личностных особенностей воспитанников, которые способствуют формированию положительного отношения к самостоятельной жизни.

Для оценки указанных параметров использовалась информация листов здоровья, личного дела, результаты учебной деятельности, анализ индивидуальных карт развития воспитанников, дневников наблюдений с применением следующих выше перечисленных методик.

В мониторинге приняли участие 239 человек из 12 Центров, организованных на базе детских домов и школ-интернатов, в том числе:

В Центрах по подготовке воспитанников к проживанию в семье - 99 воспитанников (41%), в Центрах по постинтернатной адаптации - 62 воспитанника (26%), в Центрах дифференцированного обучения и воспитания детей с ограниченными возможностями - 79 воспитанников (33%).

Относительно учреждений, участвовавших в мониторинге, уровни указанных параметров распределились следующим образом (таблица 1,2,3)

Таблица 1

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№п/п** | **Параметры** | **Центры по подготовке к проживанию в семье** | | | |
| **Д/Д № 1 г. Иркутска** | **Д/Д «Гармония» г. Черемхово** | **Д/Д г. Ангарска** | **Д/Д г. Усть-Кута** |
| 1. | Готовность к проживанию в семье | средний | средний | средний | выше среднего |
| 2. | Профессионально-трудовая готовность | ниже среднего | ниже среднего | низкий | выше среднего |
| 3. | Социально-правовая компетентность | средний | средний | ниже среднего | высокий |

Таблица 2

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№п/п** | **Параметры** | **Центры по постинтернатной адаптации** | | | |
| **ОСДД г. Иркутска** | **Д/Д г. Усолье-Сибирское** | **Д/Д г. Братска** | **СКШИ №28 г. Тулуна** |
| 1. | Готовность к проживанию в семье | средний | ниже среднего | средний | ниже среднего |
| 2. | Профессионально-трудовая готовность | низкий | ниже среднего | средний | ниже среднего |
| 3. | Социально-правовая компетентность | средний | ниже среднего | средний | ниже среднего |

Таблица 3

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№п/п** | **Параметры** | **Центры дифференцированного обучения и воспитания для детей с ограниченными возможностями в развитии** | | | |
| **СКШИ**  **№3 г. Иркутска** | **СКШИ №1**  **г. Ангарска** | **СКШИ г. Киренска** | **СКШИ п. Целинные Земли** |
| 1. | Готовность к проживанию в семье | ниже среднего | средний | средний | средний |
| 2. | Профессионально-трудовая готовность | ниже среднего | средний | ниже среднего | ниже среднего |
| 3. | Социально-правовая компетентность | средний | средний | средний | средний |

Следует особое внимание обращать на создание в Центрах

* психологически комфортной среды для воспитанников, в которой возможно полноценное развитие способностей детей с учетом их интересов, склонностей, потенциальных возможностей. Серьезная психологическая работа должна вестись в плане активизации самопознания воспитанников.
* организации помощи в личностном и профессиональном самоопределении, обучению практическим навыкам, способствующим подготовке к самостоятельной жизни.

**В промежуточном мониторинге**(январь 2010 г)приняли участие **232** человека из **12** Центров, организованных на базе детских домов и школ-интернатов, в том числе:

В Центрах по подготовке воспитанников к проживанию в семье - 96 воспитанников (41%), в Центрах по постинтернатной адаптации - 63 воспитанника (26%), в Центрах дифференцированного обучения и воспитания детей с ограниченными возможностями - 73 воспитанника (33%).

Относительно учреждений, участвовавших в мониторинге, уровни указанных параметров распределились следующим образом (таблица 4,5,6)

**Таблица 4**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№п/п** | **Параметры** | **Центры по подготовке к проживанию в семье** | | | |
| **Д/Д № 1**  **г.Иркутска** | **Д/Д «Гармония» г.Черемхово** | **Д/Д**  **г.Ангарска** | **Д/Д**  **г. Усть-Кута** |
| 1. | Готовность к проживанию в семье | средний | средний | средний | средний |
| 2. | Профессионально-трудовая готовность | средний | средний | средний | ниже среднего |
| 3. | Социально-правовая компетентность | средний | средний | средний | средний |

**Таблица 5**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№п/п** | **Параметры** | **Центры по постинтернатной адаптации** | | | |
| **ОСДД г. Иркутска** | **Д/Д г. Усолье-Сибирское** | **Д/Д**  **г.Братска** | **СКШИ №28**  **г. Тулуна** |
| 1. | Готовность к проживанию в семье | средний | средний | выше среднего | средний |
| 2. | Профессионально-трудовая готовность | средний | средний | выше среднего | ниже среднего |
| 3. | Социально-правовая компетентность | средний | средний | выше среднего | средний |

**Таблица 6**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№п/п** | **Параметры** | **Центры дифференцированного обучения и воспитания для детей с ограниченными возможностями в развитии** | | | |
| **СКШИ**  **№3**  **г.Иркутска** | **СКШИ №1**  **г.Ангарска** | **СКШИ**  **г.Киренска** | **СКШИ**  **п.Целин-**  **ные Земли** |
| 1. | Готовность к проживанию в семье | средний | средний | средний | средний |
| 2. | Профессионально-трудовая готовность | средний | средний | средний | средний |
| 3. | Социально-правовая компетентность | средний | средний | средний | средний |

Обобщая полученные данные, можно сделать выводы:

Результаты промежуточного мониторинга показывают, что деятельность Центров по подготовке к проживанию в семье, постинтернатной адаптации, дифференцированного обучения и воспитания детей с ограниченными возможностями, направленная на подготовку подростков к самостоятельной жизни, в целом имеет положительные результаты. Специалисты достаточно активно включены в решение приоритетных целей и задач работы Центров. Для развития личности подростков созданы благоприятные условия, так как большинство из воспитанников имеют положительную динамику по развитию основных показателей, необходимых для подготовки к самостоятельной жизни.

**В итоговом мониторинге**(июнь 2010 г.)приняли участие **231** человек из **12** Центров, организованных на базе детских домов и школ-интернатов, в том числе:

В Центрах по подготовке воспитанников к проживанию в семье - 96 воспитанников (41%), в Центрах по постинтернатной адаптации - 62 воспитанника (27%), в Центрах дифференцированного обучения и воспитания детей с ограниченными возможностями - 73 воспитанника (32%). Относительно учреждений, участвовавших в мониторинге, уровни указанных параметров распределились следующим образом (таблица 7,8,9)

**Таблица 7**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№п/п** | **Параметры** | **Центры по подготовке к проживанию в семье** | | | |
| **Д/Д № 1**  **г. Иркутска** | **Д/Д «Гармония» г. Черемхово** | **Д/Д**  **г. Ангарска** | **Д/Д**  **г. Усть-Кута** |
| 1. | Готовность к проживанию в семье | средний | средний | средний | средний |
| 2. | Профессионально-трудовая готовность | средний | средний | средний | средний |
| 3. | Социально-правовая компетентность | средний | средний | средний | средний |

**Таблица 8**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№п/п** | **Параметры** | **Центры по постинтернатной адаптации** | | | |
| **ОСДД г. Иркутска** | **Д/Д г. Усолье-Сибирское** | **Д/Д**  **г. Братска** | **СКШИ №28**  **г. Тулуна** |
| 1. | Готовность к проживанию в семье | выше среднего | средний | выше среднего | средний |
| 2. | Профессионально-трудовая готовность | выше среднего | средний | выше среднего | средний |
| 3. | Социально-правовая компетентность | выше среднего | средний | выше среднего | средний |

**Таблица 9**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№п/п** | **Параметры** | **Центры дифференцированного обучения и воспитания для детей с ограниченными возможностями в развитии** | | | |
| **СКШИ**  **№3**  **г. Иркутска** | **СКШИ №1**  **г. Ангарска** | **СКШИ**  **г. Киренска** | **СКШИ**  **п. Целин-**  **ные Земли** |
| 1. | Готовность к проживанию в семье | средний | средний | средний | средний |
| 2. | Профессионально-трудовая готовность | средний | средний | средний | средний |
| 3. | Социально-правовая компетентность | средний | средний | средний | средний |

Отслеживание и анализ результатов реализации программы «Путь к успеху» показали ее эффективность, очевидны обоснованность и реалистичность программы «Путь к успеху» при подготовке воспитанников интернатных учреждений к самостоятельной жизни.

Дополнительно с результатами мониторинга были изучены информационные письма Центров о реализации программы «Путь к успеху, разработанной и рекомендованной для использования специалистами ОГОУ ЦПМСС. Практически во всех учреждениях воспитанниками полностью изучены все основные разделы программы. При реализации данной программы в некоторых учреждениях были внесены незначительные изменения в календарно-тематический план.

Педагоги творчески использовали дидактический материал к данной программе. При проведении занятий по программе «Путь к успеху» педагогами были учтены рекомендации по результатам мониторингов. Специалисты Центров отмечают, что программа «Путь к успеху» явилась дополнением к содержанию учебно-воспитательной работы. Программа способствует подготовке детей к самостоятельной жизни, она помогает воспитанникам в жизненном самоопределении, нравственном, гражданском и профессиональном становлении.

Данная программа помогла систематизировать методический и дидактический материал, который использовался педагогами при подготовке воспитанников к самостоятельной жизни, она направлена на формирование ключевых компетенций.

Программа явилась логическим продолжением учебно-воспитательного процессов в учреждениях, не нарушала их целостности, помогала специалистам учреждения работать единой командой.

**Критерии оценки достижения планируемых результатов**

* 1. **Качественные**

Модель выпускника

* Является законопослушным гражданином РФ, имеет знания о своих правах и обязанностях
* Умеет планировать свое будущее, стремится к достижению цели
* Ведет здоровый образ жизни, обладает духовными и нравственными качествами
* Имеет основы экономических знаний, сформированные профессиональные интересы, трудовые умения и навыки
* Умеет осуществлять совместную деятельность в коллективе, в том числе трудовом
* Владеет навыками общения со окружающими
* Умеет планировать и строить семейную жизнь, вести домашнее хозяйство

1. **Количественные**

* не менее **90 %** воспитанников получат специальность;
* до **60%** воспитанников будут социально компетентны, то есть устроят свою самостоятельную жизнь и успешно интегрируются в общество;
* не менее **50 %** воспитанников будут работать по специальности;
* не менее **70 %** воспитанников овладеют смежными специальностями

**Сведения о практической апробации программы**

Программа «Путь к успеху» прошла апробацию на базе 12 образовательных учреждений Иркутской области.

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Центр  постинтернатной адаптации для выпускников | Центр  по подготовке воспитанников к проживанию в семье | Центр дифференцированного обучения и воспитания детей с ограниченными возможностями в развитии | |
| **Иркутский округ** | | | |
| Базовое учреждениеобластной санаторный детский дом  г. Иркутск | | | |
| *Областной санаторный детский дом г. Иркутск* | *Детский дом №1*  *г. Иркутск* | *СКШИ №3*  *г. Иркутск* | |
| **Ангарский округ** | | | |
| Базовое учреждение школа-интернат №7 г.Ангарск | | | |
| *Детский дом*  *г. Усолье-Сибирское* | *Детский дом*  *г. Ангарск* | *СКШИ №1*  *г. Ангарск* | |
| **Черемховский округ** | | | |
| Базовое учреждение детский дом «Гармония» г. Черемхово | | | |
| *СКШИ № 28*  *г. Тулун* | *Детский дом «Гармония»*  *г. Черемхово* | | *СКШИ*  *п. Целинные Земли* |
| **Братский округ** | | | |
| Базовое учреждениедетский дом г. Усть-Кут | | | |
| *Детский дом*  *г. Братск* | *Детский дом*  *г. Усть-Кут* | *СКШИ*  *г. Киренск* | |

Срок апробации: с февраля 2009 года по декабрь 2010 года.

|  |  |
| --- | --- |
| **Период времени** | **Количество участников** |
| Февраль 2009- июнь 2009 | 239 |
| Сентябрь 2009-январь 2010 | 232 |
| Январь 2010- июнь 2010 | 231 |

В период с февраля 2009 года по февраль 2011 года было проведено 3 областных семинара со специалистами образовательных учреждений, участвующих в апробации программы, а также ряд семинаров-практикумов и методических совещаний:

1.Областной семинар для специалистов детских домов и школ-интернатов «О ходе реализации пилотных проектов в рамках Концепции реформирования учреждений специального образования»(январь 2010 года);

2. Проведение кустовых методических совещаний по реализации программы «Путь к успеху»(октябрь 2009 года);

3. Проведение семинаров-практикумов для специалистов Центров-участников пилотных проектов по реформированию интернатных учреждений по психолого-педагогическому и социльно-педагогическому сопровождению воспитанников детских домов и школ-интернатов (ноябрь2009 года-апрель 2010 года);

4. Проведение областного семинара для специалистов детских домов и школ-интернатов «Итоги реализации программы «Путь к успеху». Постинтернатное сопровождение воспитанников Центров»(октябрь 2010 года);

5. Областной семинар для специалистов детских домов и школ-интернатов, участников пилотных проектов «Итоги реализации проектов»(февраль 2011 года);

6. Обобщение опыта работы учреждений-участников пилотных проектов по вопросу подготовки воспитанников к самостоятельной жизни (выпуск сборника в декабре 2010 года).

В апреле 2011 года с презентацией программы «Путь к успеху» Вайнштейн И. В. выступала на семинаре заместителей директоров областных образовательных учреждений (всем участникам семинара были подарены диски с программой «Путь к успеху» и дидактическими материалами к ней).

В 2011-2012 учебном году специалисты ОГАОУ ЦПМСС провели методические семинары с педагогами образовательных учреждений, тренинги, анкетирование с воспитанниками с целью внедрения программы «Путь к успеху».

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| № | учреждение | кол-во семинаров | кол-во анкет | кол-во тренингов |
| 1 | д/д п. Коршуновский | 1 | 6 | - |
| 2 | д/д г. Усть-Кут | 2 | 6 | 1 |
| 3 | д/д п. Лесогорск | 1 | 17 | 1 |
| 4 | д/д Саянск | 1 | 12 | 1 |
| 5 | д/д Квиток | 1 | 24 | 1+1конс. |
| 6 | д/д Бирюса | 1 | 12 | 1+1конс. |
| 7 | д/д г. Нижнеудинск | 2 | 12 | 2 |
| 8 | СКШИ №25 г. Братск | 2 | 12 | 1 |
| 9 | д/д Слюдянка | 1 | 7 | 1 |
| 10 | д/д Карымск | 1 | 4 | 4+1конс. |
|  | итого | 13 | 112 | 13+3конс. |

**Список литературы:**

1. ФЗ "Об основных гарантиях прав ребенка в РФ" от 24.07.1998 Г. № 124-ФЗ (в ред. от 20.07.2000 №103-ФЗ)

2. Антонов А.И., Сорокин С.А. Судьба семьи в России XXI века.- М., 2000

3. Асеев В.Г. Теоретические аспекты проблемы адаптации // Адаптация учащихся и молодежи к трудовой и учебной деятельности - Иркутск, 1986. С. 5.

4. Березин Ф.Б. Психическая и психофизиологическая адаптация человека. - Л., 1988. С. 258.

5. Божович Л.И. Проблемы формирования личности // Под. ред. Д.И. Фельдштейна - 2-е изд. - М. - Воронеж, 1997.

6. Болотина Т.В.. Конвенция о правах ребенка и законодательство Российской Федерации в вопросах, ответах и комментариях.- М.: Академия, 2003. - С.3.

7. Василькова Ю.В., Василькова Т.А. Социальная педагогика: курс лекций: Учеб. пособие для студ. высш. пед. учеб. заведений. - М.: Академия, 2003. - С.206.

8. Выготский Л.С. Психология. - М.: Эксмо, 2002.

9. Дементьева И. Ф. Социальное сиротство: генезис и профилактика. - Сер. Семья и воспитание. - М., 2000. - С.4.

10. Дубровина И.В., Лисина М.И. Особенности психического развития детей в семье и вне семьи // Возрастные особенности психического развития детей - М., 1982. - С.7.

11. Зотова О.И., Кряжева И.К. Некоторые аспекты социально-психологической адаптации личности // Психологические механизмы регуляции социального поведения - М., 2002. - С. 220.

12. Кон И.С. Ребенок и общество. - М., 2003

13. Лисина М. И., Дубровина И. В. Психологическое развитие воспитанников детского дома. - М., 1990. - С.22.

14. Олиференко Л.Я. Социально-педагогическая поддержка детства. Муниципальная система. - М.: Народное образование, 2002. - 112с.

15. Основы социальной работы. / Под ред. П.Д.Павленок. - М.: ИНФРА-М, 2003. - С.33-34.

1. Адлер А. Беспризорные дети // Лишенные родительского попечительства. - М., 1991.
2. Азаров Ю.Р Семейная педагогика. М., 1985.
3. Айнсворз М. Обратим ли эффект депривации? // Лишенные родительского попечительства. - М., 1991.
4. Анастази А. Дифференциальная психология. Индивидуальные и групповые различия в поведении. / Пер. с англ. – М.: Эксмо – Пресс, 2001.
5. Анисимова И.В. Особенности психического развития детей в интернатных учреждениях // Социальные проблемы сиротства: Сб. ст. / Отв. ред. И.Ф. Дементьева. – М.: ИС, 1992.
6. Барабанова В.В. Знать трудности в развитии детей и учиться их преодолевать // Семейный детский дом: реальность, проблемы и перспективы в современной России. – М.: Дом, 1995.
7. Боденко Б.Н.. Социально-психологическая защищенность человека и его активная жизненная позиция как важный результат воспитания // Сб.: Общая стратегия воспитания в образовательной системе России / Под редакцией И.А. Зимней. - М.: Исследовательский центр проблем качества подготовки специалистов, 2001.
8. Божович Л.И. Избранные психологические труды: Проблемы формирования личности / Под ред. Д.И. Фельдштейна. – М.: Международная педагогическая академия, 1995.
9. Бойко В.В. Если ты мать и жена. М., 1991.
10. Бойко В.В. Ты стал отцом. М., 1977.
11. Вавилова Л.Н. Коррекция девиантного поведения у воспитанников детского дома: Автореф. дис. канд. пед. наук: 13.00.02. – Калининград, 2000.
12. Выготский Л.С. Развитие высших психических функций. – М.: АПН РСФСР, 1960.
13. Г.В. Семья, С.А. Левин, А.И. Панов, Н.Н. Юдицева. Социально-психологические технологии постинтернатной адаптации выпускников образовательных учреждений для детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей / Под научной ред. Г.В. Семья. – М.: СИМС, 1999.
14. Гладий Т.М. Организационно-педагогические условия подготовки подростков «группы риска» к социально-профессиональному самоопределению (на примере общеобразовательной реальной школы): Автореф. дис. … канд. пед. наук: 13.00.02. – М., 2001.
15. Дети-сироты: консультирование и диагностика развития / А.Е. Стребелева, А.А. Северный, В.И. Брутман и др. /Под ред. Е.А.Стеребелевой; Ин-т коррекц. педагогики РАН. - М.:Полиграф сервис,1998. – 334 с.
16. Залкинд А.В, Половое воспитание. М., 1928.
17. Карасева Н.И. Психологические особенности развития коммуникативных способностей у подростков, оставшихся без попечения родителей: Дис. канд. психол. наук: – Киев, 1991.
18. Простые беседы о нравственности. Коломна, 1994.
19. Сухомлинский В.А. Письма к сыну. М,, 1987.
20. Ярославцева И.В. Психология депривированного ребенка. Монография. – Иркутск, 2000.
21. Верещагина Н.С. Нравственная подготовка учащейся молодежи к семейной жизни- Владивосток ,1986
22. Гребенников Н.В. Основы семейной жизни. М.-Просвещение,1991

**Список литературы для воспитанников**:

1.Селевко Г.К. Познай себя, Народное образование, НИИ школьных технологий, 2006

2.Селевко Г.К. Найди свой путь, Народное образование, НИИ школьных технологий, 2008

3.Гущина Т.Н. Игровые технологии по формированию социальных навыков, АРКТИ, 2008

4.Безруких М. М., Макеева А. Г., Филиппова Т. А., Вентана-Граф, 2003

5.Родионов В.П., Ступицкая М.А., Кардашина О.В. Я и другие. Тренинг  
социальных навыков. Ярославль, Академия развития, 2001.

Приложение 1

**Дидактический материал к разделу «Я и другие»**

**1. Цель и задачи курса**. **Правила групповой работы. Ожидания участников группы**

**Рекомендуемые упражнения**

**Упражнение «Как тебя звать»**

Участникам предлагается представиться: назвать свое имя, рассказать, нравится ли оно, и сказать, каким именем ему хотелось бы, чтобы его называли в группе. Многие дети часто недовольны своим именем. Они предпочитают, чтобы их называли в группе полным или другим именем.

**Упражнение «Назови свое имя»**

*Инструкция.* Сядьте, пожалуйста, в один большой круг, назовите свое имя и положительное качество (то, что вы в себе цените) на первую букву имени, по кругу

. После проведения этого упражнения можно провести обсуждение.

*Обсуждение.*  Что ты ценишь в себе? Трудно ли было находить в себе хорошее качество, что ты при этом чувствовал?

*Информация для ведущего.*Детям иногда трудно назвать качество на нужную букву или найти в себе положительное качество, поэтому ведущему важно вовремя поддержать ребенка, оказать ему помощь и привлечь для этого других участников группы.

**Упражнение «Назови свое имя-2»**

Это упражнение проводится так же, как и упражнение «Назови свое имя», только каждый последующий участник называет имена и качества всех предыдущих участников (или одного предыдущего). Кроме того, проводится еще один круг, где каждый участник снова называет свое имя и отрицательное качество на букву имени (то, что хотел бы в себе изменить).

*Обсуждение.* Что ты чувствовал, когда называли твое качество другие? Трудно ли было назвать свое отрицательное качество? Для ведущего это упражнение показывает, как воспринимает себя ребенок, как его воспринимает группа и какой может быть цель его дальнейшей работы в группе. После проведения этих упражнений ведущий рассказывает о стереотипах «хорошо-плохо», используя названные качества. Необходимо обратить внимание на то, что в каждом качестве есть две стороны - и позитивная, и негативная. Например, лень имеет позитивную сторону - умение отдыхать, а послушание имеет негативную сторону - отказ от своих потребностей. Когда мы осознаем и позитивную, и негативную стороны качества, возможен баланс и сознательный выбор линии поведения. После проведения беседы можно предложить следующее упражнение.

**Упражнение «Ласковое имя»**

Это упражнение также выполняется в круге. Участник бросает мяч другому участнику, называя при этом свое ласковое имя. После того как все участники назовут свое ласковое имя, мяч возвращается назад, при этом каждый участник вспоминает ласковое имя того, кто бросал ему мяч, и произносит его.

**Упражнение «Имя и движение»**

Упражнение позволяет прочувствовать себя и свою принадлежность к группе, задействовав свое тело. Также оно дает возможность представить себя группе необычным образом. Детям нравится, что вся группа повторяет их жесты. По мере развития игры желание «запечатлеть» свое движение становится все более сильным. При этом дети получают прекрасную возможность посмеяться.

*Инструкция.* Встаньте в круг. Сейчас каждый из вас, по кругу, шагнет вперед и сделает какое-то движение или встанет в какую-либо позу, то есть представит так себя и скажет свое имя. После этого все мы побудем этим человеком и на счет: раз, два, три! - все вместе, повторим его имя и движение.

Можно продолжить упражнение - сделать еще круг, но «изображать уже иное движение, которое отражает, каким бы ты хотел быть».

**Упражнение «Хорошо или плохо»**

Ведущий выбирает какое-либо качество. Это может быть то качество, которое называли чаще других, или более актуальное в этой группе. Можно записать на листках бумаги несколько качеств из названных. Вытянуть одно из них, или спросить у ребят, какое качество взять для упражнения. По кругу каждый участник высказывает свое мнение о данном качестве. При этом первый участник свое высказывание начинает со слов «хорошо быть (выбранное качество), потому что...», а следующий участник начинает со слов «плохо быть (выбранное качество), потому что...» и так далее попеременно. Например: «хорошо быть неряшливым, потому, что можешь бросать свои вещи, где хочешь», «плохо быть неряшливым, потому, что девочки не будут любить». Проводится два круга для того, чтобы каждый мог отразить и позитивную, и негатив­ную сторону качества. Ведущий помогает и поддерживает детей в поиске позитивной и негативной сторон качества, привлекает участников к активному обсуждению и поддержке друг друга.

**2. Представления о личности и ее ценностях. Разнообразие ресурсов личности. Мои ценности и ресурсы Собственная уникальность и уникальность другого человека. Безоценочное принятие своих качеств и качеств других людей. Самооценка.**

**Рекомендуемые упражнения**

**Упражнение «Рисование себя»**

Детям предоставляется бумага разного формата и разных цветов, фломастеры, карандаши, ручки, мелки и т. д.

*Инструкция.* Сейчас я предлагаю вам нарисовать себя. Себя можно изобразить растениями, животными, схематично, цветом и по-другому, как вам захочется. Для рисования вы можете использовать любую бумагу и любые пишущие принадлежности.

Каждый участник может показать свой рисунок и рассказать группе о нем. Ведущему надо иметь в виду, что дети часто стремятся к тому, чтобы взрослый похвалил их рисунок, «оценил на отлично». Ведущий при этом подчеркивает, что у каждого рисунок хорош по-своему, и главное, что участники изобразили себя.

**Упражнение «Доброта»**

Это упражнение способствует развитию доверия, сплоченности группы и может быть хорошим в начале работы, так как здесь есть обращение к чувствам.

*Инструкция.* В каждом из нас, в той или иной степени, развито чувство доброты, доброе отношение к людям. Сейчас мы услышим добрые слова о людях. Что вы можете сказать доброго и хорошего о своих близких, знакомых, друзьях. У вас есть 5 минут для того, чтобы подготовиться к рассказу. Вы самостоятельно выбираете людей (лучше из группы), о которых будете рассказывать. Ваш рассказ должен быть кратким и конкретным, при этом нужно подчеркнуть, что именно вы цените в каждом из тех, о ком рассказываете.

**Упражнение «Ах, какой ты молодец - раз!»**

Участники разбиваются на пары. Один из них говорит о себе что-то хорошее, а второй - считает эти комплименты: «Ах, какой ты молодец- раз!.. Ах, какой ты молодец - два!..» и т. д. Затем участники меняются местами. В обсуждении можно задать вопросы: «Легко ли было говорить о себе столько хорошего? Что помогало, что мешало выполнять это упражнение?» Упражнение позволяет обратиться к себе с позитивной стороны. Оно повышает самооценку, но достаточно сложно для детей-сирот.

**Упражнение «Волшебная рука»**

*Инструкция.* На листе обводим свою руку. На пальчиках пишем свои хорошие качества, а на ладошке - то, что ты хочешь изменить». Это сложное упражнение для детей-сирот. Они часто затрудняются в определении своих хороших черт, отказываются от поиска отрицательных качеств.

**Упражнение «Волшебная рука-2»**

Каждый участник группы на листе бумаги сверху пишет свое имя, затем обводит свою руку карандашом. На каждом пальце предлагается написать какое-либо свое качество, можно раскрасить пальцы в разные цвета. Затем «ладошки» пускаются по кругу и другие участники между пальцев могут написать другие качества, которые присущи тому, чья ладошка.

*Обсуждение.* Что нового ты узнал о себе? Акцент при обсуждении ставится на том, что есть доля правды о нас и в том, как мы себя воспринимаем, и в том, как видят нас другие люди.

**Упражнение «Роза и чертополох»**

Дается два этих предмета одному из участников. И он может подойти к любому из сидящих в круге и сказать: «Я дарю тебе эту розу за то, что ты и дарю тебе этот чертополох за то, что ты... (роза - за то качество, которое ты принимаешь в человеке, оно тебе нравится, а чертополох - за то качество, которое ты не принимаешь в нем, над которым, как тебе кажется, ему нужно поработать). Участник, получивший розу и чертополох «дарит» их другому члену группы и т. д.

**Упражнение «Никто не знает»**

*Инструкция.* Сейчас мы будем бросать друг другу мяч. Тот, у кого окажется этот мяч, говорит такую фразу: "Никто из вас не знает, что я (или - у меня)..." Будьте внимательны, старайтесь сделать так, чтобы каждый принял участие в упражнении. У каждого из нас мяч может побывать много раз.

**Упражнения «Чемодан в дорогу»**

По кругу участнику на отдельном листочке каждый пишет два качества: качество, которое вы цените в этом человеке, и качество, которое вы хотели бы видеть у этого человека более развитым.

**Упражнение «Волшебная лавка»**

Участники могут сосредоточиться на представлении о себе, о своих особенностях и на их анализе, обдумывании, что бы им хотелось изменить.

Упражнение позволяет прийти к мысли: чтобы приобрести что-то новое, нам всегда приходится платить. Также участники могут задуматься о существенных для них жизненных целях.

*Инструкция.* Я хочу предложить вам упражнение, которое даст вам возможность посмотреть на самих себя. Устройтесь поудобнее. Несколько раз глубоко вдохните и выдохните и полностью расслабьтесь. Представьте себе, что вы идете по узенькой тропинке через лес. Вообразите окружающую вас природу. Осмотритесь вокруг. Сумрачно или светло в окружающем вас лесу? Что вы слышите? Какие запахи вы ощущаете? Что вы еще чувствуете? Внезапно тропинка поворачивает и выводит вас к какому-то старому дому. Вам становится интересно, и вы заходите внутрь. Вы видите полки, ящики. Повсюду стоят сосуды, банки, коробки. Это старая лавка, причем волшебная. Теперь представьте себе, что я - продавец в этой лавке. Добро пожаловать! Здесь вы можете приобрести что-нибудь, но не вещи, а черты характера, способности - все, что пожелаете. Но есть одно правило: за каждое качество, ваше желание, вы должны отдать что-либо, другое качество или от чего-то отказаться. Тот, кто пожелает воспользоваться волшебной лавкой, может подойти ко мне и сказать, чего он хочет. Я задам вопрос: "Что ты отдашь за это?" Он должен решить, что это будет. Обмен состоится, если кто-то из группы захочет приобрести это качество, способность, умение, то, что отдается, или если мне, хозяину лавки, покажется этот обмен равноценным, понравится эта способность, умение. Через некоторое время ко мне может подойти следующий член группы. В заключение мы обсудим, что каждый из нас пережил.

**Упражнение «Мои ценности»**

Ребятам предлагается представить, что они находятся в банке, в котором хранятся не золото и драгоценные камни, а то, что особенно ценно для каждого человека. Им предлагается на отдельных листочках записать то, что им особенно дорого, и распределить по сейфам. При этом самый большой сейф – для самого дорогого.

*Обсуждение.* Что вы положили в сейфы (в большой, в средний и в маленький)? Почему?

**Упражнение «Загородный дом»**

*Инструкция.* Представьте, что вы вместе со своими друзьями решили провести выходные в своем загородном доме. Каждый из вас поехал в свой дом, чтобы подготовить все к приезду друзей. Внезапно пошел снег, поднялся сильный ветер. Понятно, что друзья сегодня приехать не смогут. В доме есть запас воды, еды, топлива, тренажерный зал, бассейн, магнитофон, телевизор, видеомагнитофон, библиотека, алкоголь, компьютер с играми.

Ребята описывают свои предполагаемые действия, при условии, связь с внешним миром отсутствует.

Затем задание усложняется тем, что:

* эта ситуация продолжается на следующий день;
* эта ситуация продолжается неделю;
* эта ситуация продолжается месяц.

**Упражнение «Волшебник»**

*Инструкция*.Представьте себе, что вы стали волшебником и можете исполнить любые пять желаний. Напишите их в порядке убывания. На первое место поставьте самое сильное, главное желание. Затем главное, но не настолько, как первое. И так далее все пять желаний.

Материал. Бумага, карандаши или фломастеры.

**Упражнение-тест «Три желания»**

*Инструкция.*Представь, что тебе встретился волшебник, который может исполнить любые три желания. Какие бы желания ты попросил исполнить? Напиши их.

Затем вычисляется, сколько всего желаний, и какие из них на первом месте, втором и последующих местах относительно данной выборки детей.

**Упражнение «Горячий стул»**

Все дети садятся друг за другом по кругу на стулья. В середине круга ставится пустой стул — "горячий".

*Инструкция.*Сейчас один из вас должен будет сесть на пустой стул в середину круга. Остальные по очереди будут говорить сидящему на стуле, за что они его уважают, или перечислят, что он сделал такого, за что его можно уважать. Первый комплимент говорит психолог или социальный педагог, воспитатель. Дети продолжают говорить за ними, стараясь не повторяться. В начале упражнения на пустой стул лучше посадить ребенка, который отличается неодобряемым поведением. После того, как все дети побывают на горячем стуле, подводится итог.

Вопросы для подведения итога: "Что понравилось в упражнении?", "Чье пожелание или комплимент тебе больше всего понравилось?"

**Упражнение «Я особенный» («Я уникальный», «Я – подарок для человечества»)**

Каждый человек – это уникальное существо. И верить в свою исключительность необходимо любому из нас. Подумайте, в чем состоит ваша исключительность, уникальность.

Итак, подумайте над тем, что вы, действительно особенный человек, вы являетесь подарком для человечества.

Аргументируйте свое утверждение, например: «Я особенный, так как я…».

**Упражнение «Напиши пожелание»**

Группа учащихся садится по одному друг за другом. У каждого находится двойной лист бумаги из школьной тетради. На верху листа каждый учащийся пишет фамилию, имя и возраст, ниже—дату заполнения.

*Инструкция*.Сейчас каждый из вас обменяется листом бумаги с соседом, сидящим сзади. На листе бумаги вы напишите свое пожелание товарищу и закроете его, сложив лист гармошкой. Листы бумаги вы будете передавать до тех пор, пока каждый не напишет каждому товарищу свое пожелание. После окончания ведущий договаривается, куда сложить пожелания. Можно предложить коробку и заклеить ее, спрятать в определенном месте, чтобы никто не прочитал, и договорился о том, когда прочитать их. С этой целью можно найти большой конверт, мешочек и т.д. Лучше всего, если пожелания прочитываются через полгода, год.

*Материал*. Бумага, ручки.

**Упражнение «Розовый куст» («Направленная фантазия»)**

Состоит из трех этапов — релаксации с использованием мысленных образов, рисования и опроса после рисования.

*Инструкция.*Закройте глаза и просто ощущайте свое тело. Забудьте о том, что происходит вокруг вас ... думайте только о том, что происходит внутри вас. Думайте о дыхании... вы почувствуете, как воздух поступает через ваш рот, нос и движется дальше в грудь. Представьте себе, что ваше дыхание похоже на мягкие волны, накатывающиеся на берег... Каждая волна приносит вам успокоение.

Теперь представьте, что каждый из вас превратился в куст роз. Постарайтесь выяснить, что значит быть кустом роз... Какой ты куст?... Большой?... Маленький?... Широкий?... Высокий?... У тебя есть цветы?.. . Если да, то какие? Какие у тебя стебли и ветки?... На что похожи твои корни? (пауза)... или у тебя нет корней?... Если у тебя есть корни, то какие они?... Длинные и прямые?... Скрученные?... Они глубоко уходят в землю?... Оглянитесь вокруг (пауза)... Где вы находитесь?... Во дворе?.. В парке?... В пустыне?... В городе?... За городом?... Посреди океана?.. Вы находитесь в сосуде или растете в земле?... Быть может вы пробиваетесь сквозь бетон?... Растете внутри чего-то?.. Оглянитесь вокруг (пауза)... Что вы видите?... Другие цветы?... Вы одиноки?... Нет ли поблизости деревьев?... Животных?... Людей?... Птиц?... Вы похожи на куст роз или на что-нибудь иное?... Не ограждает ли вас изгородь?... Кто за вами ухаживает?... Какая теперь погода?

Как вы воспринимаете жизнь?... Что вы чувствуете?... Что происходит с вами, когда меняются времена года?... Не забывайте, что вы — розовый куст. Определите свое отношение к своей жизни и происходящему с вами.

Через несколько минут я попрошу вас открыть глаза и изобразить себя на рисунке в виде куста роз. Затем я задам вам несколько вопросов. Вы расскажете мне о рисунке так, как если бы вы были розовым кустом (долгая пауза)... Готовы? Откройте глаза и нарисуйте розовый куст.

Вопросы после окончания рисования розового куста:

1. Каким кустом роз ты являешься и как ты выглядишь?
2. Расскажи мне о своих цветах.
3. Расскажи мне о своих листьях.
4. У тебя есть шипы? Если да, то расскажи мне о них. Если нет, тогда расскажи, как ты защищаешься. Ты добрый или злой куст?
5. Расскажи мне о своих стеблях и ветвях.
6. Расскажи мне о своих корнях.
7. Расскажи мне, где ты живешь. Какие предметы окружают тебя? Тебе нравится жить в том месте, где ты находишься?
8. Ты думаешь, что похож на розовый куст или на что-то иное? Если да, то на что ты похож?
9. Кто ухаживает за тобой? Тебе это нравится? Каким образом они ухаживают за тобой?
10. Как ты относишься к нынешней погоде? Что происходит с тобой при смене времен года?
11. Как ты чувствуешь себя в роли куста роз? Как тебе живется в роли куста?

**Упражнение «Портрет по памяти»**

Участники садятся по кругу, у каждого есть лист бумаги и карандаш.

*Инструкция.* «Сейчас мы с вами будем рисовать необычный портрет. Вспомните, как выглядит друг или хороший знакомый, но которого вы давно не видели. Нарисуйте по памяти портрет этого человека.

*Осуждение рисунков.*

**Упражнение «Ассоциации»**

Обычно оно хорошо знакомо детям и они с удовольствием в него играют. Оно одно может занимать все занятие, проходит весело и поэтому может быть использовано и для создания сплочения в случае сопротивления, и для активизации группы, если участники вялы. Игра позволяет детям лучше узнать себя, посмотреть на себя глазами группы, развивает наблюдательность, эмпатию. Один из участников (доброволец) выходит из комнаты, он становится водящим. Оставшиеся выбирают участника, которого они загадают. Водящий возвращается, и его задача угадать загаданного человека. У него есть три попытки. Для того чтобы отгадать, ведущий задает участникам вопросы следующего типа: «Если бы это был цветок (животное, погода, мебель, одежда, машина, посуда, здание, цвет, фигура, насекомое и т. д.), то какой?» Участник, к которому обращается водящий, говорит свою ассоциацию. Например, «это нарцисс». Если водящий отгадывает, угаданный участник становится водящим.

*Информация для ведущего***.** В этой игре важно следить, чтобы все или многие участники группы могли попробовать себя или в роли водящего, или в роли загаданного участника

*Обсуждение:* Трудно ли было подбирать ассоциацию? Трудно было угадывать? Кому удавалось угадать, что помогло? Чьи ассоциации показались наиболее удачными?

**Упражнение «Зеркало»**

*Это упражнение направлено на развитие осознания "языка" собственного тела и телодвижений, на развитие эмпатии и рефлексии.*

Участники делятся на пары и встают лицом друг к другу. Один - ведущий, другой – ведомый.

Ведущий начинает делать медленные движения руками, ногами, туловищем под музыку. Ведомый отражает движения партнера - как зеркальный образ Через 5 минут меняются ролями.

По окончании задания участники делятся своими ощущениями. На упражнение отводится 15 минут.

**Упражнение «Образ «Я»»**

*Упражнение направлено на осознание личностного существования, на соединение вербального и невербального компонентов выразительности самооценочной позиции.*

Каждому участнику предлагается произнести слово "Я" с только ему присущей интонацией, мимикой, жестами. Нужно сделать это так, чтобы одним словом как можно полнее выразить восприятие своего "Я", свою индивидуальность и свое место в мире.

**Упражнение «Автопортрет»**

*Упражнение направлено на изучение представлений о себе самом.*

Возьмите чистый лист бумаги и нарисуйте на нем свой портрет. Это может быть портрет себя во время упражнения “Театр прикосновений” (каким вы себя увидели), или это может быть ваш портрет в обыденной жизни или еще какой-то портрет себя в вашем воображении. Рисуем с тем условием, чтобы не смотреть и не видеть рисунков других участников группы. Когда закончите рисовать автопортреты отдадите нам лично в руки.

*Другой вариант*. Представьте себе, что вам предстоит встреча с незнакомым человеком и нужно, чтобы он узнал вас. Опишите себя. Найдите такие признаки, которые выделяют вас из толпы. Опишите свой внешний вид, походку, манеру говорить, одеваться. Может быть, вам присущи обращающие на себя внимание жесты.

Работа происходит в парах. В процессе выступления одного из партнеров другой может задавать уточняющие вопросы, для того, чтобы "автопортрет" был более полным.

На обсуждение в парах отводится 15-20 минут.

По окончанию задания участники садятся в круг и делятся впечатлениями.

**Коллаж «Кто я?»**

Участникам предлагается мысленно задать себе вопрос «Кто я?». И из предложенных картинок и вырезок создать коллаж, который бы отвечал на этот вопрос.

*Вариант:*Задать мысленно какой-то вопрос, волнующий тебя, и выполнить коллаж, с тем, чтобы получить ответ от своей «внутренней мудрости».

**Творческое задание «Я в будущем» (рисунок, рассказ, коллаж.).**

*Инструкция*. Давайте помечтаем о своем будущем:

* в профессиональном плане (кем вы будете, каким видом деятельности вы будете заниматься);
* в личностном плане (семья, дети и т.д.);
* в психологическом плане (человеческие качества).

Определите и хронологические рамки, например будущее через год, через пять лет, через 25 лет.

**Творческое задание «Я хороший».**

Продолжи фразу: «Я хороший, потому что ….».

**3. Социальные роли. Общение. Барьеры в общении. Манипуляции. Уверенное поведение.**

**Теоретический материал.**

В культуре человечества самое древнее искусство – искусство общения. Еще не было ни театра, ни живописи, ни музыки – было общение.

Общение - не только процесс обмена информацией. Это и сопереживание, и совместная деятельность, и многое другое.

Общение служит для решения многих вопросов, возникающих каждый день.

Синонимом общения является термин «коммуникативная деятельность».

Для того чтобы установился хороший контакт, важно расположить собеседника к себе, вызвать его доверие, интерес к себе. Для этого у нас есть невербальные и вербальные средства.

Невербальные - улыбка, контакт глаз, организация пространства общения (дистанция). Вербальные - комплименты, «ритуальные» фразы (какая хорошая погода...) и т. д.

Схема общения:

Что? (Информационный аспект общения).

Кому? (Направленность общения).

Зачем? (Актуальность, интерес).

Почему? (Аргументация, мотив общения).

Как? (Структура, уровни, формы общения).

Когда мы общаемся, то даже не замечаем этого, отвечаем на эти вопросы.

Эту вводную информацию можно использовать в начале занятия с детьми.

**Рекомендуемые упражнения**

**Упражнение «Броуновское движение»или « Молекулы».**

Представьте, что все мы «Атомы». Атомы постоянно двигаются. При низкой температуре атомы двигаются медленно, чем выше температура, тем быстрее двигаются атомы. Время от времени атомы объединяются в молекулы. Число атомов в молекуле может быть разным. Оно будет определяться тем, какое число я назову. Представьте себе, что:

* Температура 30 градусов – атомы начали двигаться (объединяются по 3 атома в молекулу).
* Температура 50 градусов – атомы двигаются быстрее (объединяются по 4 атома в молекулу).
* Температура 100 градусов – атомы «бегают как угорелые» (объединяются по 5 атомов в молекулу).

**Упражнения «Правила общения»**

Ведущий предлагает участникам сформулировать правила, которые помогают им в общении. Сформулированные правила выносятся на общее обсуждение:

В каких ситуациях это правило сможет помочь?

Трудно ли соблюдать это правило?

Применяете ли вы это правило?

Подходит ли вам это правило?

Правила, одобренные большинством участников, записываются на доске.

*Ведущему!*

Возможные варианты правил:

Будь краток.

Говори четко, разборчиво.

Не используй в речи оценки и обобщения («Это не правильно», «Ты не понимаешь», «Ты всегда так» и т.п.)

Говори от «Я» («Я чувствую, что…», «Я думаю…»)

**Упражнение «О чем говорят наши жесты»**

Теория**.** Часто бывает, что, начиная общаться с незнакомыми людьми, к одним из них мы испытываем симпатию и доверие уже с первых секунд нашего общения, по отношению к другим – явный негатив, а третьи - остаются для нас загадкой еще на некоторое время. Дело в том, что передача информации происходит не только за счет слов, то есть на вербальном уровне, но так же и с помощью невербальных средств общения, к которым относятся мимика, позы и жесты.

Наши **жесты** являются точными индикаторами внутреннего состояния, мыслей, эмоций и истинных желаний человека, поэтому в случае, когда мы на словах слышим одно, а по лицу и телу собеседника видим несоответствие сказанному, в нас зарождаются сомнения и недоверие к говорящему. Причем происходит это на подсознательном уровне. Нам почему-то просто не нравится этот человек, и только спустя время мы находим этому подтверждение, убеждаемся в правильности своего первого впечатления о нем, восклицая: «Я как чувствовал!». Дело в том, что слова легче контролируются, а вот **жесты**, взгляд и позы тела труднее всего поддаются волевому контролю. Поэтому наш «второй язык» зачастую более правдивый и действенный. Это мы и наблюдаем, когда нас пытаются обмануть или сбить с толку, язык тела говорит совсем иное, чем слова, а у того, кто нам сразу понравился и слова и **жесты** говорили одно и тоже, совпадали и не противоречили друг другу. Поэтому считается, что первые десять секунд дают самое верное впечатление о человеке, когда мы о нем еще ничего не знаем, так как и мимика, и поза, и **жесты** мгновенно вступают с нами в бессловесный диалог.

Альбертом Мейерабианом, исследователем в области коммуникаций, было установлено, что передача информации только на 7% происходит с помощью *слов*, на 38% за счет *звуковых средств* (включая тон голоса и интонацию звука) и на 55% за счет *невербальных средств общения*. В жизни наше тело выполняет множество различных движений, которые в свою очередь могут быть статическими, т.е. неподвижными к ним относятся позы, а могут быть динамичными – это походка и **жесты**.

Жестами мы располагаем к себе и отталкиваем, зовем и останавливаем, привлекаем внимание и защищаемся. В свою очередь **жесты** подразделяются на несколько видов. Они бывают: общепринятыми, эмоциональными (несут культурную основу), личностными (те, которые типичны для данного человека и, чем человек индивидуальнее, тем своеобразней будут эти **жесты**) и ритуальные (например, используемые при приветствии). Причем в разных странах и культурах одни и те же **жесты** могут обозначать совершенно противоположные по значению понятия, а по сему и восприниматься по-разному. Для примера возьмем самые простые **жесты**, означающие «да» и «нет». Говоря «да», греки, турки или болгары будут поворачивать голову слева направо и обратно, что для большинства европейцев равнозначно «нет». Или такой популярный во многих странах жест, когда большой и указательный пальцы соединяются в виде кольца. Для американца это «о’кей», для жителя французского Средиземноморья – «ноль» или «ничего», для тунисца – «я тебя убью», а для японца – «деньги». А приложенный к виску указательный палец будет выражать глупость во Франции и ум в Голландии. Тот же палец, приложенный к носу, в Шотландии означает «знаю секрет», а в соседнем Уэльсе – обыкновенное любопытство. Палец у века в Италии выражает проявление доброжелательности, в Испании – недоверие, а француз посчитает, что его принимают за лжеца. Махать рукой при прощании можно в любой стране, кроме Греции: там подумают, что вы их посылаете куда подальше. Поэтому, для туристов, путешествующих по разным странам, актуально будет помнить правило «В чужой монастырь со своим уставом не ходят», дабы избежать возможных неловких ситуаций.

**Упражнение «Глаза в глаза»**

Данное упражнение направлено на установление более глубокого и доверительного зрительного контакта между участниками группы. После проведения данного упражнения ведущий спрашивает у ребят о чувствах, испытанных во время упражнения. Кому и почему было трудно установить зрительный контакт?

На обсуждение этих вопросов дается максимум 20 – 30 минут.

**Упражнение «Театр прикосновений*»***

Работа в парах, под музыкальное сопровождение. Один из участников лежит, другой мягко прикасается кончиками пальцев к рукам, ногам, шее, голове другого участника (исключаются зоны половых органов и груди). В ходе всего выполнения упражнения ведущий перемещается от пары к паре, помогая и направляя «психолога», и помогая расслабиться лежащему. По прохождению 5-10 минут музыка выключается. И парам предлагается поменяться местами.

Упражнение проходит молча, обсуждение после него не ведется. Время, отведенное на данное упражнение, не должно превышать 10-20 минут, т.е. на каждого лежащего участника отводится максимум 10 минут.

**Упражнение «Невербальный контакт»**

*Инструкция.* Один из участников (доброволец) должен будет выйти из комнаты. Когда он вернется, ему надо будет определить, кто из участников готов вступить с ним вконтакт. При этом мы все будем пользоваться только невербальными средствами. Группа, в отсутствии добровольца должна будет определить участника, который будет демонстрировать готовность вступить в контакт, остальные должны будут показывать нежелание этого делать. Затем выбираются другие добровольцы. При этом количество участников, желающих вступить в контакт, можно постепенно увеличивать - двое, трое или все, кто хочет.

*Обсуждение.* Легко ли было устанавливать контакт? Что помогло определить человека, желающего общаться? Какими средствами показывали нежелание общаться? Что вы чувствовали, когда понимали, что в общении с вами не заинтересованы? Были ли добровольцы, которым удалось установить контакт с большим количеством членов группы, чем планировалось? При обсуждении упражнения обращается внимание на признаки, которые были определяющими при определении готовности к вступлению в контакт.

Предметом обсуждения могут стать сложности, связанные с неоднозначностью предъявления своего желания или нежелания вступать в контакт. Это упражнение позволяет отметить чувствительность, доброжелательность участников, средства невербального контакта. Для ведущего данное упражнение, в некоторой степени, является социометрическим.

**Упражнение «Испуганный ежик»**

Один участник изображает испуганного ежика, свернувшегося в клубок. Задача другого - пытаться соответствующими жестами, словами установить контакт с «ежиком», успокоить его и заслужить доверие, что бы он развернулся.

*Инструкция*. Кто из вас видел настоящего ежика? Вы знаете, что делает ежик, когда его пугает неожиданно появившаяся лисица или собака? Один из вас будет сейчас ежиком, который сильно испугался собаки. Другие по очереди будут подходить, и успокаивать ежика. Кто из вас хотел бы быть ежиком?.. Ежик, свернись калачиком. Представь себе, что ты еще очень маленький ежик и тебя напугал громкий лай собаки. А когда собака еще и ткнулась в тебя носом, чтобы обнюхать, - тебе стало совсем страшно. Поэтому ты свернулся в крепкий клубочек, чтобы защитить свой носик и живот. К тебе на помощь придет ребенок, но ты недоверчив, потому что ты еще не знаешь, кто такие дети и что ожидать от этого ребенка. Кто хочет успокоить ежика? Подойди к ежику, тихонько поговори с ним. Скажи ему, что окажись ты на его месте - ты тоже испугался бы. Можешь его погладить. Если ты будешь осторожен, то ежик тебя не уколет. Попытайся и руками показать ежику, что ты к нему очень хорошо относишься. Поговори с ним еще - и ты увидишь, что он расслабился и раскрылся». Затем ежиком становятся другие участники группы.

*Обсуждение.* Что вы чувствовали, когда были ежиками, а когда были детьми? Как пытались установить контакт, вызвать доверие ежика? Что было трудным? Что помогло? В каких ситуациях ты ведешь себя подобно ежику? Что тебе помогает установить контакт в реальных ситуациях?

**Упражнение «Установление контакта»**

Участники группы в парах, по очереди, разыгрывают различные сценки на установление контакта.

Основному играющему дается *инструкция:* ты должен установить контакт с собеседником, для того, чтобы, например, устроиться в гостиницу, или поменять купленные вчера перчатки, или узнать, как доехать до улицы № и т. п. В упражнении участвуют два человека. Также может быть разыграна сценка, где один основной участник и несколько дополнительных участников.

**Упражнение «Очередь»**

Из группы выбираются несколько человек, из которых один - водящий. Остальные становятся друг за другом как бы в очередь, а водящий должен пройти к прилавку магазина без очереди. Он завязывает разговор с каждым стоящим, пытаясь достичь своей цели. При этом некоторые участники могут иметь игровые задачи. Например, не пропустить «нахала» к прилавку, или взять его себе в компаньоны для чего-либо.

После проигрывания сценок, ведущий обращает внимание на успешность или неуспешность основного участника, вербальные и невербальные компоненты установления контакта. Вторые участники делятся впечатлениями, что побуждало их идти навстречу просьбе, а что снижало это желание. Если основному участнику не удалось добиться цели, то отмечается, что было недостаточно, на что надо обратить внимание в следующий раз. Ведущий обязательно акцентирует внимание на то, что было удачным. Второй участник обычно не обсуждается.

**Упражнение «Великий мастер»**

Каждый по кругу начинает со слов: « Я великий мастер...», например, пеших прогулок, приготовления кофе, заплетания косичек и т. п. причем, остальных участников надо убедить в этом. Ведущий спрашивает у группы: «А кто-нибудь есть в группе, кто делает это лучше? И т. п.» Вся группа должна согласиться, что человек в этом деле действительно великий мастер. У каждого человека есть что-то, что он делает лучше, в чем он чувствует себя мастером, и это его ресурс. Упражнение актуализирует сильные стороны.

**Упражнение «Три портрета»**

Ребятам предлагается разделиться на три микрогруппы. Каждая группа получает задание нарисовать человека: уверенного в себе, самоуверенного, неуверенного, а также описать основные психологические особенности и особенности поведения уверенного, неуверенного и самоуверенного человека. Выводы фиксируются на доске (на ватмане), разделенной на три части.

Например:

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Уверенный человек | Самоуверенный человек | Неуверенный человек |
| Спокойный | Говорит громко | Говорит тихо |
| Смотрит на собеседника во время разговора | Грубит | Не смотрит в глаза |
| Отстаивает свою точку зрения | Командует там, где не имеет права | Не умеет отказать |
| Общительный |  | Стесняется |
| Не боится показать, что чего-то не знает |  | Необщительный |

Важно подчеркнуть, чем похожи друг на друга уверенное и самоуверенное поведение – и за тем, и за другим может стоять неуверенность человека.

**Упражнение «Социальные роли»**

Упражнение выполняется в круге. Участникам предлагается по кругу назвать роли, в которых они бывают. Мы можем играть разные роли и можем менять их, но при этом мы остаемся собой. Наподобие того, как у нас остается то же тело, когда мы переодеваем одежду. Нарисуйте или просто перечислите множество ролей, в которых вы когда-либо в жизни бывали.

**Упражнение «Интервью»**

Упражнение направлено на развитие коммуникативных умений и рефлексивных навыков.

Каждый участник должен в течение 3-5 мин. подготовить по одному вопросу для всех членов группы. Вопросы должны касаться внутренних личностных особенностей человека - его характера, привычек, интересов, привязанностей, установок и т. п.

Основное правило - отвечать как можно полнее и откровеннее Участник, готовый первым дать интервью группе, садится так, чтобы видеть в лицо всех членов группы. Члены группы по очереди задают приготовленные (именно этому участнику) вопросы. В качестве интервьюируемого должен побывать каждый участник.

**Упражнение «Геометрия уверенности»**

Ребятам предлагается обдумать вопрос: в каких ситуациях люди чувствуют себя неуверенно? На доске записывается «Копилка трудных ситуаций». Затем среди них отмечаются пять ситуаций, которые подростки признают наиболее типичными для своих сверстников.

В дальнейшем ребята работают индивидуально. Ситуациями, выделенными группой как «трудные», подписывается каждый лучик "звездочки. Необходимо отметить степень своей уверенности в каждой из таких ситуаций. Учитываете, что начало луча – «Я не уверен в себе на 100% в этой ситуации. Окончание луча – «В этой ситуации я чувствую себя уверенным на 100%.

Рефлексия упражнения проводится индивидуально. Ребята отвечают письменно на вопросы.

* + Доволен ли той «геометрией уверенности», которая у тебя получилась? Почему?
  + Как твоя неуверенность в тех или иных ситуациях тебе мешает?
  + А может неуверенность тебе помогает?

**Упражнение «Диалектика»**

Выбирается какая-либо социальная роль, например, педагог, ребенок и др. Каждый участник по кругу высказывается. Первый начинает со слов: «Педагогом быть хорошо, потому что...», второй - «Педагогом быть плохо, потому что...» и т. д., чередуя хорошо-плохо по кругу.

После упражнения группа обменивается впечатлениями, было ли что-то, что позволило взглянуть по-другому на заданную роль, было ли что-то для кого-то неожиданным, было ли кому-то трудно найти хорошее - плохое. Обычно тем, у кого отрицательный прошлый опыт, трудно найти положительное.

**Упражнение «Угадай-ка роль»**

Двое участников (добровольцы) выходят из комнаты и задумывают какие-либо парные роли, например клоун-зритель, продавец-покупатель и т. п. Затем они возвращаются и показывают сценку без слов. Остальные участники должны догадаться, какие роли были задуманы.

*Обсуждение.* Удалось ли отгадать какие роли были изображены? Что помогло (помешало) узнать роли? Затем сценки разыгрывают другие участники.

*Модификация упражнения***.** Участники делятся на две подгруппы - исполнители ролей и наблюдатели. Исполнителей должно быть четное количество. Они выходят за дверь и определяются с ролями, причем роли должны; быть парными. По одному они заходят в комнату и говорят какую-либо ключевую фразу роли. Наблюдатели должны отгадать, что это за роль, и после того, как исполнят свои роли все играющие, попытаться соединить пары (продавца с покупателем, врача с больным и т. д.). После соединения каждая пара может проиграть целую сценку.

**Упражнение «Парные роли»**

*Инструкция.* Участники становятся в круг.

Мы с вами говорили о парности ролей. Сейчас давайте поиграем в такую игру: бросая друг другу **мяч** будем называть какую-то роль. Тот, кто получает мяч, сначала называет парную ей роль, а затем какую-то свою роль и бросает мяч другому человеку и т. д..

После этого упражнения можно провести, разыгрывание сценок без слов.

**Упражнение «Роль - атрибут»**

Социальные роли могут усиливаться определенными вещами - атрибутами и имиджем. Атрибут - то, что сопутствует роли: внешние предметы, вещи (например, у ученика - портфель, форма). Имидж - это ожидаемый внешний облик и особенности поведения данной роли (например, учительница - в белой блузке и строгом костюме, серьезная).

Упражнение выполняется по кругу. Один участник называет роль, а следующие за ним трое участников - ее атрибуты, последующий участник опять называет роль и т. д. Проводится несколько кругов, чтобы каждый участник мог назвать хотя бы по одной роли. Например: повар - кастрюля, поварешка, белый фартук; милиционер - форма, дубинка, свисток; пассажир - билет, поклажа; мама - сумка, конфеты и т. п.

**Упражнение «Маски»**

*Инструкция.*Эмблема театра - маска. В Древней Греции в театре актеры использовали маски. А в Японии на представление маски приносили зрители. Если им хотелось заплакать, они подносили к лицу «трагическую» маску, а если смеяться - «комическую». Мы, исполняя роли, тоже надеваем маски. Маска учителя, ученика, врача. Веселая маска, маска неудачника. Возьмите эти маски (заранее вы в большом количестве заготавливаете листы бумаги в виде масок, с прорезями для глаз), они белые и ничего еще не выражают. Нарисуйте на них те лица, какими вы бываете или какими хотели бы быть. Вы можете нарисовать столько масок, сколько захотите. Постарайтесь каждой маске дать какое-нибудь название.

После рисования каждый представляет свои маски. Можно походить по комнате и разговаривать с другими, называя свою маску и говоря сообразно этой маске. Можно пригласить в середину круга двух человек и послушать диалог их масок, потом свои маски представят другие. После представления масок в круге проводится обсуждение.

*Обсуждение.* Сколько масок ты нарисовал? Кому не удалось нарисовать маску? В какой маске тебе больше всего понравилось ходить, что ты при этом чувствовал? Какие маски тебе показались необычными? После обсуждения можно продолжить беседу о масках. С помощью маски мы общаемся с миром, а с другой стороны, можем за ней спрятаться. Например, грустный человек может надеть маску веселого человека, если он не хочет ни с кем делиться своими переживаниями. Маска защищает наш внутренний мир, как кожа защищает наше тело. Она - посредник между нами и обществом. Маска позволяет сохранять дистанцию с другими людьми. Если у нас нет «кожи», то мы слишком открыты, беззащитны. Если у нас очень жесткая маска, то она может стать темницей.

Важно менять маски, менять роли. Если, например, мы слишком срастаемся с ролью ученика, то, закончив школу, нам трудно расстаться с этой ролью, с поведением школьника, перейти в новую общественную роль. Можно обсудить песню Г. Гладкова на стихи Ю. Кима «Шествие с огнями» из т/ф «Дом, который построил Свифт», в которой есть слова: «Вот опять линяет краска и опять спадает маска, а за ней еще одна, а за ней еще одна...»

**Упражнение с гримом «Лицедейство»**

Детям очень нравится использовать грим, они увлеченно раскрашивают себе лица и потом с удовольствием смывают грим, размазывая его.

*Инструкция.* Используя грим, мы сейчас будем создавать свое необычное лицо. Это будет маска для какой-либо роли. Например, шаманы, чтобы усилить магическое значение своего действия, разрисовывали себя. И в наше время многие племена перед битвой или перед охотой разрисовывают себя, чтобы усилить свое внутреннее состояние готовности действовать. Индейцы украшали себя перьями, больше всего их было у вождей. Можно нарисовать себе совершенно любое лицо - злого пирата или грустного клоуна, веселую Пеппи или Кота Базилио. Прежде чем приступить к работе, подумайте, какое необычное лицо вам сейчас хочется изобразить, постарайтесь сохранить это в тайне. А теперь приступайте к работе. Походите разрисованные по комнате, не говоря между собой, попробуйте определить, кто есть кто. Не раскрывайтесь сами, пусть вас попробуют узнать». Затем дети представляют свои роли.

*Обсуждение.* Что было необычным для тебя в твоей новой роли? Что ты чувствовал, когда изображал эту роль? Чье лицо тебе показалось необычным?

**Упражнение «Автобус»**

Выбираются двое желающих, которые садятся в центре круга. Ведущий объясняет ситуацию: вы едете в автобусе, вдруг видите во встречном автобусе человека, которого вы давно не видели. Вы хотите договориться о встрече с ним в каком-то определенном месте и в определенное время. В вашем распоряжении одна минута, пока автобусы стоят у светофора. После невербального проигрывания, участники делятся информацией о том, как они поняли друг друга. В упражнении участвуют все желающие.

*Обсуждение.* Легко ли было понять партнера? Легко ли было выразить свои мысли невербально? Какими средствами пользовались? Что помогало, что мешало понять партнера?

**Упражнение «Найди пару»**

Все сидят в круге. По сигналу нужно поменяться с кем-то местами. Для этого предварительно, без слов, нужно установить контакт глазами.

**Упражнение «Найди пару-2»**

Участники становятся в круг (для проведения упражнения необходимо четное число участников).

*Инструкция.* На счет "раз" каждый из нас должен, оставаясь на своем месте и молча (эти два условия будем соблюдать на протяжении всего упражнения), найти себе пару. Нас четное количество, поэтому каждый найдет себе напарника. Когда я скажу "два", вы вместе начнете одинаковое движение. Потом я снова скажу "раз", и вы должны найти себе новую пару, а на счет "два" начать делать одинаковое движение с новым партнером.

Упражнение выполняется 4-5раз.

*Обсуждение.* Как создавалась пара? Как происходил выбор одинакового движения? Было ли так, что движения не совпали? Как себя чувствовали с разными партерами, с кем было наибольшее взаимопонимание? При обсуждении акцентируется внимание на невербальных признаках, свидетельствующих о начале контакта: приветливое выражение лица, контакт глаз, улыбка, разворот тела, легкое движение вперед, навстречу партнеру и т. п.

**Упражнение «Пустой стул»**

Это упражнение дети очень любят и часто предлагают поиграть в него. Оно может использоваться и в качестве разминки. Для проведения упражнения необходимо нечетное количество участников. Предварительно все рассчитываются на «первый», «второй». Все вторые номера сидят на стульях, первые стоят за спинками стульев, оставшийся без пары участник группы стоит за спинкой свободного стула. Его задача пригласить кого-нибудь из сидящих на свой стул. При этом он может пользоваться только невербальными средствами, говорить ничего не надо. Все те, кто сидят на стульях, очень хотят попасть на свободный стул. Задача тех, кто стоит за спинками стульев – удержать своих «подопечных», для этого надо взять его за плечи в тот момент, когда он собрался пересесть. Ведущий должен следить, чтобы руки не держались все время над «подопечными». Через некоторое время участники меняются местами. При этом один из стоящих участников остается стоять за стулом.

*Обсуждение.* Как приглашали кого-то на свой стул? Как понимали, что вас пригласили на стул? Что больше понравилось, стоять за стулом или сидеть на стуле?

**Разминка «Рассказ»**

Для проведения этого упражнения необходимо выбрать одного, двух добровольцев, которые выходят за дверь.

Участники в это время придумывают рассказ на любую тему.

После того, как рассказ придуман, добровольцы возвращаются и пытаются с помощью вопросов отгадать, о чем рассказывается в придуманном участниками рассказе.

Основное правило, о котором знают только участники, оставшиеся в комнате, и не знают добровольцы – это то, что на любой вопрос, который задают добровольцы, они отвечают «нет», если этот вопрос заканчивается на гласную, и «да», если на согласную.

**Упражнение «Разговор»**

Ведущий предлагает участникам объединиться в пары и в течение 1 минуты пообщаться на любую тему, например: «Сегодня опять надо убираться», «Мое любимое …» и др.

После упражнения участники делятся трудностями, с которыми они столкнулись в разговоре. Ведущий на доске фиксирует ответы, создавая «копилку трудностей». Пример:

*Тяжело общаться, когда перебивают, когда не слушают,*

*Когда надо быстро говорить и пр.*

Затем ведущий предлагает создать «копилку решений» этих трудностей. И так же фиксирует предложения участников на доске. Например:

*Сначала выслушай, что тебе хотят сказать, а потом реагируй!*

*Переключайся с роли говорящего на роль слушающего!*

*Подавай сигналы собеседнику, что ты его слышишь и понимаешь (можно качать головой, можно поддакивать и пр.)*

Нужно отметить, что обращение к поведенческим навыкам, в отличие от личностных качеств и, тем более, эмоциональной сферы, дается детям-сиротам легче, и они более мотивированы на подобную работу, встречи проходят живее, реже возникает сопротивление.

**4.Дружба. Взрослые и подростки.**

**Рекомендуемые упражнения.**

**Упражнение «Задержать дыхание»**

Это упражнение можно использовать в качестве разминки в этой теме. Задержка дыхания на вдохе активизирует. Задержка дыхания на выдохе успокаивает.

**Упражнение «Ассоциации»**

Какие ассоциации возникают у нас, когда мы слышим слово «дружба»? Эти ассоциации записываются на доске: друг, не бросит, не подведет, разговариваем. В общем, «дружба», как правило, вызывает у всех положительные чувства.

**Упражнение «Дружеская рука»**

Все участники садятся спинами в круг, закрывают глаза. Нужно подойти и положить руки на плечи тому, кому захочется, кто тебе больше всех нравится. Ограничений по количеству нет. Ведущий подходит к участникам и поднимает того, кто будет класть руки, так, чтобы другие участники не знали, кто к ним подходит. Задача: ни за что не открывать глаза. Важно терпение - как бы долго ни подходили, терпеть и не открывать глаза.

*Обсуждение.* Трудно ли было не открывать глаза? Подглядывал ли? Был ли терпеливым?

**Упражнение «Ищу друга»**

Можно представить, что мы переехали в другой город, в котором нет ни одного знакомого. В этом городе есть «Стена объявлений», на которой все желающие могут оставить какую-либо информацию. Необходимо составить текст и придумать оформление объявления, начинающегося словами «Ищу друга». Желательно, чтобы участники работали самостоятельно, не видели объявлений друг друга.

Ребята составляют текст и оформляют свои объявления. Готовые объявления развешиваются по стенам так, чтобы с ними могли ознакомиться все желающие.

Каждый из участников получает право «право трех голосов», он может цветным карандашом поставить крестики на трех объявлениях, на которые он бы откликнулся. Сам ведущий тоже имеет право голоса в случае, если принимал участие в первой части упражнения. Это к тому же позволит проследить за тем, чтобы объявления участников, испытывающих трудности с самопринятием, не оказались самыми популярными. Для того чтобы каждый мог поставить только три крестика, цвет «рабочего карандаша» у каждого свой.

Далее авторы объявлений могут снять их со стены и сделать вывод о популярности своего объявления. В ходе обсуждения выявляется, что чем больше требований к друзьям мы предъявляем, тем меньше у нас друзей. В дружбе требования предъявляются самому себе. В качестве иллюстрации можно привести английскую пословицу «Если хочешь, чтоб у тебя были друзья, нужно научиться самому себе быть другом»

**Упражнение «Образ взрослого»**

Представьте в своем воображении образ: «Я - взрослый». Нарисуйте то, что вы представили.

**5. Конфликты и как им противостоять. Толерантность.**

**Рекомендуемые упражнения**

**Упражнение «Ассоциации»**

Какие ассоциации у вас возникают на слово «Конфликт?

**Упражнение «Однажды в созвездии Лебедя»**

*Цель.* Проанализировать основные стадии протекания конфликта, собственное поведение, мотивы, переживаемые эмоции в ситуации конфликта, в ситуации победы или поражения. Кроме этого, упражнение имеет потенциал испытания нравственных установок и способствует прорыву на более высокий уровень самосознания.

Группа делится на две подгруппы. Подгруппы размещаются в разных концах большой аудитории или в двух разных аудиториях так, чтобы участники не могли слышать друг друга.

*Инструкция*. В созвездии Лебедя имеются две разные цивилизации, конкурирующие друг с другом в поисках новых ресурсов. Это цивилизации гуситов и уткинов. Между ними существует договоренность: в случае открытия новой планеты, на которой нет разумных обитателей, все ее богатства достаются той цивилизации, чей звездолет первым сядет на этой планете. Однажды случилось так, что корабли-разведчики обеих цивилизаций независимо друг от друга обнаружили новую необитаемую планету и одновременно сели на нее, причем в непосредственной близости, практически на расстоянии прямой видимости.

Недра планеты оказались насыщены разнообразными полезными ископаемыми и стратегически важными видами сырья, очень интересующими каждую цивилизацию. Обнаружив присутствие друг друга, и гуситы, и уткины укрылись в своих космических кораблях, приведя в боевую готовность нейтронные орудия и ручные бластеры. Эта планета крайне необходима и той, и другой цивилизации. По-видимому, вооруженного столкновения не избежать. Вопрос в том, кто начнет первым, то есть на кого ляжет ответственность за развязывание военного конфликта. Началось тягостное ожидание.

Впрочем, еще остается возможность мирно договориться. Но между кораблями нет связи, и чтобы высказать свои предложения, необходимо покинуть корабль и выйти наружу. Это риск! Соперники могут не сделать такого же шага, а просто уничтожат конкурентов.

Далее команды, определившись, кто из них будет гуситами, а кто уткинами, распределяют обязанности, которые они будут выполнять на звездолете. В командах распределяют роли капитана, первого, второго пилота, штурмана, программиста, разведчика, повара и т.п. (число «должностей» определяется в зависимости от количественного состава участников; «должности» участников в процессе игры не имеют никакого значения, за исключением капитана корабля, и нужны только для включения в игровую ситуацию).

Ведущий: «В этой игре вам придется решать, как поступить, совершив десять ходов. В каждом ходе вы должны сделать выбор: либо выйти наружу, либо открыть огонь. Как отражается в баллах соотношение сделанных вами выборов, представлено в карточке. В зависимости от выбора команд складываются разные ситуации, оценка которых в баллах приведена в розданных карточках. За пять минут, отводимых на каждый ход, команды должны принять решение. В случае, если решение за это время не принято, команда штрафуется на три балла. Голосовать можно сколько угодно, но если при окончательном голосовании есть люди, поднявшие руки «против», то за каждого из них команда лишается одного балла. Решение команд я буду сообщать вам после каждого хода. А побеждает та команда, которая после десяти ходов наберет максимальное количество баллов».

Ведущий вручает каждой из команд две карточки: одна является справочной, помогающей участникам подсчитывать полученные баллы, а вторая нужна для записи результатов каждого хода. Баллы подсчитываются следующим образом: если обе команды начинают военные действия, они теряют по три балла; если какая-то команда решает выйти из корабля для переговоров, а соперники прицельным огнем стирают их с лица планеты, то погибшие лишаются пяти баллов, а меткие стрелки по парламентерам приобретают пять баллов; если же представители обеих цивилизаций решат попытать удачу на пути переговоров, то те и другие получают по три балла. Ведущий имеет право удваивать баллы за отдельные ходы, что целесообразно делать перед четвертым и восьмым ходом. У участников игры часто возникает вопрос по поводу того, какая команда выигрывает, если идет накопление отрицательных баллов. В этом случае ведущий должен пояснить, что попадание в «минус» не может означать выигрыш. Отрицательные баллы означают не только потерю личного состава, но и повреждения звездолета.

Во время обсуждений ведущий подходит к командам, внимательно наблюдает за ходом принятия решения и уточняет, все ли согласны со сделанным выбором, оглашает решения обеих команд после каждого хода. Если решения команд форсируют конфликт, ведущий может при объявлении решений рисовать мрачные пейзажи неизвестной планеты: кратер, усеянный останками гуситов и уткинов; два космических корабля, разбитых и дымящихся; последние, оставшиеся в живых, не способны покинуть планету и т.п.

Обсуждение игры проходит в общем круге. Ведущему нужно дать возможность всем высказать свои чувства, не прибегая к взаимным обвинениям, перейти к конструктивному анализу. Если найдется хотя бы один человек, осознавший невыгодность обмана, недоверия к партнерам и увидевший путь конструктивного взаимодействия, основанного на доброжелательности и доверии, то ведущий должен обязательно предоставить возможность ему высказаться. Обсуждение завершается дискуссией о стадиях протекания конфликта на примере игры и о тех действиях, которые необходимы для поиска выхода из конфликтной ситуации (адекватное восприятие ситуации без эмоциональной оценки, готовность к общению и компромиссу, доверие к партнеру).

**Упражнение «Испорченный телефон»**

Из числа участников выбирается 7–9 человек, которым дается *инструкция*: «Сейчас одному из оставшихся в помещении членов подгруппы (остальные выйдут за дверь) я прочту небольшой отрывок литературного текста. Задача оставшегося участника — максимально близко к тексту пересказать все, что удалось запомнить следующему члену группы, который войдет в комнату. Эта информация поочередно должна быть передана всем стоящим сейчас за дверью. Вносить свои интерпретации и подробности нельзя».

Оставшиеся в комнате члены группы при полном молчании отмечают, как утрачивается и искажается информация при передаче ее от одного человека другому.

Текст для упражнения:

*«Генри вышел из дома, как обычно, в половине десятого. Было свежо. На нем была серая шляпа, в руках он держал трость. Он шел на свидание с той самой дурнушкой из бара, рыжей Бетси.*

*Встречу она назначила в неживописном месте ( под часами на старой площади).*

*Генри и Бетси отправились в лагуну. Здесь они быстро договорились с владельцем старой моторной лодки и через несколько минут уже удалялись от берега в юго-восточном направлении. Но не успели они перекинуться и парой многозначащих и игривых фраз, как увидели быстро идущую им наперерез новую белую лодку с широкой красной полосой.*

*Генри быстро положил руку в карман, но больше он ничего не успел сделать. Раздался хлопающий звук, и Бетси уткнулась лицом в мокрое днище…»*

*Информация для ведущего.* Особенность передачи данного текста состоит в том, что чаще всего эта история обрастает новыми смыслами, связанными с хлопающими звуками, падением Бетси и т.п.

В ходе обсуждения в группе следует отметить, как происходила утрата важной информации и обрастание простого текста новым содержанием.

**Упражнение «Конфликты»**

*Цель упражнения*: помочь участникам группы научиться выражать свои чувства посредством «Я–высказывания».

Группа делится на пары, один участник из пары обвиняет в чем-то другого, создавая ситуацию конфликта. Второй участник реагирует тремя разными способами:

* оправдывается и извиняется (с позиции «жертвы);
* использует «Ты–высказывания» для ответных обвинений;
* использует «Я–высказывания» по схеме.

Затем участники меняются ролями и придумывают новую ситуацию и варианты решений.

В обсуждении участники анализируют критерии соответствия поведения заявленной позиции, правильность использования приема «Я–высказывания».

**Упражнение «Ах-Ха»**

*Цель упражнения*: снятие эмоционального напряжения.

Участники группы делятся на пары; в каждой паре партнеры становятся друг напротив друга. Один из партнеров делает энергичный шаг вперед и одновременно выставляет перед грудью согнутую в локте руку, произнося при этом громкое «ХА!». В звук надо вложить всю свою силу и мощь, сохраняя при этом спокойствие. Партнер, стоящий напротив, демонстрирует движение пассивного начала, делает шаг назад, разводя руки в сторону, произнося при этом громкое «АХ!». Так несколько раз, меняясь ролями.

В обсуждении следует проанализировать физические и эмоциональные реакции, испытываемые в разных ролях.

***Упражнение «Пурга»***

Разделите детей на пары. Завяжите одному глаза, а второй будет осторожно вести его сквозь воображаемую пургу, через льдины и торосы, преодолевая препятствия, которые вы построите в классе.

Всегда подчеркивайте необходимость для ведущего соблюдать осторожность.

***Упражнение «Остров в океане»***

Ученики плавают в воображаемом океане. По сигналу учителя они должны спрятаться от проплывающих акул на маленьких островках - листах бумаги, положенных на пол. С каждым разом количество островов сокращается - учитель по одному убирает листы. Команда выигрывает в том случае, если все участники спасутся на маленьком острове, и никто не попадет в пасть акулам.

Игра дает массу возможностей для наблюдения за детьми: кто берет на себя ответственность за принятие решений, кто командует, кто первым равнодушно отходит в сторону, кто стремится спасти, прежде всего, себя? Важно после нескольких неудачных попыток дать детям время подумать о возможных стратегиях решения задачи.

***Упражнение «Встаньте в строй»***

Все дети выстраиваются в одну линию. Затем они, не разговаривая, должны перестроиться в самую короткую, насколько это возможно, линию. Затем - в самую длинную. Возможны разные виды построения: по росту, по дням рождения, по первым буквам имени или фамилии. Часть этих построений можно делать, молча, но с открытыми глазами, а часть молча и с закрытыми глазами.

***Упражнение «Создание чудовищ»***

Эта кооперативная игра потребует общего творчества. Возможно, появятся лидеры, готовые взять на себя ответственность. Группа детей должна изобразить чудовище - динозавра, привидение или все, что придет в голову. Основное правило - все должны согласиться с тем, что группа будет делать и как. Каждый ребенок должен принять участие в реализации идеи, то есть стать частью чудовища - лапой, зубом, хвостом.

***Упражнение «Сядьте в круг»***

Дети встают в круг плечом к плечу, поворачиваются направо и делают шаг вправо к центру круга. По счету «три» все осторожно стараются сесть друг другу на колени так, чтобы круг не рассыпался. Для верности сначала можно держать впереди стоящего за талию.

Несмотря на то что игры сами по себе вызывают интерес и сильные эмоции, все-таки самое важное - это обсуждение, которое ведет учитель по окончании игры. Самый главный принцип дискуссии - не давать ответов самому, постараться избежать морализирования, а осторожно подводить детей к нужным вам выводам. Вы увидите, что это совсем не сложно.

*Обсуждение*

* Какие задания были самыми легкими?
* С какими проблемами пришлось столкнуться?
* Как отсутствие возможности общаться влияло на выполнение группового задания?
* Если бы можно было разговаривать, что бы изменилось?
* Как принимались решения?
* Удавалось ли услышать мнение каждого участника? Почему важно слышать каждого?
* Что чувствовал каждый во время игры?

*Информация для ведущего.*

1. Побеждают все. Никто не может считать себя проигравшим.
2. Никто не остается в стороне. Каждый вовлекается в игру.
3. Главной задачей перед участниками становится играть вместе.

Вряд ли кооперативные игры заменят обычные соревнования. Дети всегда будут играть в футбол и баскетбол, и бегать наперегонки. Просто у тех и у других должны быть равные возможности.

***Упражнение «Апельсины»***

Нам часто справедливо кажется, что учить детей понимать различия - дело долгое и трудное. Однако оказывается, что иногда это проще, чем апельсин очистить. Соберите группу детей и поставьте перед ними корзинку с апельсинами. Пусть каждый выберет себе один. Предложите детям поближе познакомиться со своим апельсином. Пусть дети рассмотрят свой плод, понюхают его, покатают по полу, подбросят в воздух. Через несколько минут соберите апельсины обратно в корзинку. Попросите детей попробовать найти в корзине свой апельсин. Как это ни странно, большинство детей сразу узнают свой апельсин.

Попросите, чтобы дети рассказали, как они отличили свой апельсин от чужих. Ответы будут разные. Кто скажет, что его был самый большой, кто-то - что самый круглый, кто-то опишет бугорки и трещинки. Это может послужить хорошим началом для дискуссии о том, чем люди отличаются друг от друга, - ростом, цветом волос, возрастом и другими «бугорками и трещинками».

После окончания обсуждения соберите все апельсины, но сначала попросите детей очистить их от кожуры. Предложите детям снова найти свой апельсин. Реакция детей будет предсказуемой -теперь все апельсины одинаковы. Это позволит вам перейти к следующей дискуссии о том, что люди тоже похожи на апельсины -внешне все они отличаются друг от друга, но внутри очень похожи.

Не используйте это упражнение часто, поскольку оно вызывает сильные чувства и волнение.

**Упражнение «Паровозики»**

*Цель упражнения*: физическая и эмоциональная разгрузка, а также предоставление возможности участникам группы почувствовать наиболее эмоционально комфортное положение для себя.

Упражнение выполняется в тройках. Каждая тройка представляет собой поезд. «Паровоз» - идет первым с вытянутыми вперед руками, «вагон» - передает управление, «машинист» - управляет всем поездом. При этом у «вагона» и «паровоза» завязаны глаза. При обсуждении акцент ставится на том, насколько было спокойно в роли паровоза, который идет первым, но не знает, в какую сторону (у него завязаны глаза, как и у вагона), насколько можешь доверять машинисту и «вагону». Как это было - быть в роли паровоза, вагона, машиниста?

**Ситуативная игра «Аэропорт»**

Из числа участников группы выбираются две пары, которые проигрывают одну и ту же ситуацию. Одна пара выходит из аудитории на период игры первой пары. Каждому участнику — игроку дается для ознакомления инструкция только его роли, напечатанная на отдельном листе. Остальные участники, оставшиеся в аудитории, становятся на время наблюдателями и должны понять суть происходящего конфликта, провести анализ общения (позиции: открытая — закрытая, активная — пассивная, доброжелательная — враждебная — нейтральная; родитель — взрослый — ребенок) и эффективности результатов общения двух пар. Анализируются эффективные пути разрешения конфликта.

*Инструкция роли «начальника».* Вы — начальник планово-экономического отдела. Сотрудница Н. не сделала расчеты к сроку. Вам передали, что она заболела, и долго не появится. Однако, когда вы несколько раз звонили домой, к трубке никто не подходил, вы летите в командировку в Санкт- Петербург без нужных вам документов, и вас это злит. В аэропорту вы сталкиваетесь с сотрудницей Н.

*Инструкция роли «подчиненного».* Вы — работник планово-экономического отдела. Очень неудачно складываются ваши дела: в самую пору сдачи важного документа тяжело заболела сестра и, поскольку за ней некому ухаживать, вы взяли больничный по уходу и теперь временно у нее живете. Ваш знакомый прилетает из Санкт- Петербурга, откуда вам обещали передать хорошее лекарство для сестры (без этого лекарства она может даже умереть). В аэропорт вы опоздали, самолет давно прилетел, вы стоите и не знаете что делать. Вдруг вас окликает начальник.

**Упражнение «Архитектор — строитель»**

*Цель упражнения*: участники группы могут наблюдать за тем, как различно обрабатывается, передается и воспринимается одна и та же несложная информация участниками взаимодействия.

*Оборудование*. Два листа бумаги, два карандаша, две ширмы (ширмой может служить картонная папка). На листе бумаги, разбитом на 6–8 прямоугольников, в одном из которых нарисовано сложное схематическое изображение (пересекающиеся геометрические фигуры, какой-либо узор). Второму участнику выдается лист, также расчерченный на прямоугольники, но каким будет сложное изображение, он не знает.

*Инструкция. Г*руппа разбивается на пары. Один участник пары будет выполнять роль «архитектора», указывать «строителю», что, где и как он должен рисовать. Задача «архитектора» — передать информацию так, чтобы «строитель» нарисовал точно такой же рисунок. Информацию передавать только вербально, что-либо показывать и тем самым помогать «строителю» нельзя. Строитель информацию не уточняет, выполняет все молча.

В ходе обсуждения участникам важно обратить внимание на то, насколько одна и та же информация по-разному интерпретируется и обрабатывается партнерами по взаимодействию.

*Обсуждение:* что помогало, что мешало понять информацию «архитектора».

**Упражнение «И тут Вы ему говорите»**

*Цель упражнения*: дать возможность участникам группы почувствовать себя в разных коммуникативных техниках, найти поведенческие ходы, которые делают каждую технику успешной и субъективно привлекательной (владение всеми тремя позициями — важный залог гибкого, конструктивного поведения в общении).

Группа делится на тройки. В каждой тройке участники делятся на игрока, подыгрывающего и наблюдателя.

*Инструкции игроку.* Ситуация, которую я вам опишу, предполагает диалог с другим персонажем. Его будет исполнять подыгрывающий. Предложенную ситуацию вы разыграете с ним три раза. Сначала вы будете вести свою партию с позиции «сверху» — давите, требуйте, грубите, угрожайте, насмехайтесь, будьте очень настойчивы. Как бы ни вел себя ваш партнер, постарайтесь все время лидировать, быть «над ним». Через 3–4 мин. остановите диалог, немного помолчите и начинайте игру с позиции «снизу» — заигрывайте, просите, чувствуйте себя слабым и зависимым, уступайте, входите в положение другого человека и так 3–4 мин., а затем, после небольшой паузы, побудьте в позиции «на равных». Найдите верный тон, нужную позу, доброжелательные и уверенные слова.

*Инструкция подыгрывающему*. В отличие от игрока вы не имеете ограничений в поведении. Расслабьтесь, максимально включитесь в ситуацию, настройтесь на партнера, а после этого реагируйте на его слова так, как вам хочется. Если он вас разозлил — злитесь, обидел — обижайтесь, если его реакции растрогали вас — уступите своим добрым порывам. Будьте максимально искренни. Желательно фиксировать, какие именно слова, жесты партнера создали тот или иной ваш настрой, почему поменялось отношение к партнеру.

*Инструкция наблюдателю*. Ваша задача —фиксировать развитие диалога, особенности поведения, развитие сюжета, а также следить, чтобы партнеры выполнили свои инструкции. Если вы считаете, что игрок не выполняет свою задачу, уходит в другую социальную роль, вы имеете право останавливать игру.

После проведения первого цикла меняются роли. Для обсуждения даются следующие ситуации:

Ваш коллега попросил у вас на несколько дней «посмотреть» ценные рабочие материалы. Вернул только через неделю в неприглядном, местами нечитабельном виде. И тут вы ему говорите…

Вы — страстный любитель тюльпанов, выращиваете у себя на участке редкие сорта, приобретаете луковицы за очень приличные деньги. У соседки, с которой у вас нормальные отношения, есть собака — спаниель. Однажды вы выходите и видите, что клумба с тюльпанами изрыта наглыми собачьими лапами. И тут вы соседке говорите…

Вы купили на рынке понравившуюся вам блузку, придя домой и примерив ее, вы обнаружили, что она не гармонирует ни с одной вещью в вашем гардеробе, да и внутренняя обработка вам показалась некачественной. Вы возвратились на рынок с намерением сдать блузку и говорите продавцу.

**Упражнение «Конфликт невербально»**

*Цель упражнения*: проживание участниками группы конфликтных ситуаций на «телесном» и эмоциональном уровне.

Группа разбивается на 4 подгруппы. Каждой подгруппе отдельно дается задание придумать конфликтную ситуацию и изобразить ее невербально в ситуациях, когда:

1) в конфликте участвуют равные по статусу люди, и конфликт в динамике имеет все стадии;

2) в конфликте участвуют неравные по статусу (родитель — ребенок, начальник — подчиненный), и конфликт в динамике имеет все стадии;

3) конфликт возникает спонтанно, т.е. не имеет стадии потенциального формирования противоречий (например, в транспорте, очереди и других общественных местах);

4) конфликт, который не имеет разрешения, т.е. последней стадии.

Сценки с конфликтами демонстрируются поочередно; после разыгрывания конфликта одной группой участники определяют, в чем особенность демонстрируемого конфликта.

В обсуждении необходимо проанализировать, каким образом конфликт отражается в телесных ощущениях, есть ли различия в переживаемых эмоциях на разных стадиях протекания конфликта.

**6.Общее представление об эмоциях. Эмоции как способ выражения отношения к происходящему. Связь эмоциональной сферы и тела.**

**Упражнение «Передай маску»**

Это упражнение взбадривает детей, делает их более внимательными, помогает настроиться на работу в группе. Каждый может избавиться от тех непродуктивных настроений, с которыми он пришел, и тем самым освободить голову для работы. Дети очень любят эту игру, позволяющую им вести себя спонтанно и проявлять чувство юмора. Упражнение может проводиться в качестве разминки или завершения в других блоках программы.

*Инструкция.* Посмотрите, пожалуйста, на меня, чтобы видеть, что я делаю. Я пытаюсь придать своему лицу особое выражение, например вот такое (зафиксируйте на лице какое-то выражение, медленно поверните голову, чтобы у всех детей появилась возможность увидеть выражение вашего лица). А дальше я повернусь к своему соседу слева, чтобы он мог получше разглядеть выражение моего лица. Он должен в точности повторить это выражение на своем лице. Как только у него это получится, он должен медленно повернуть голову влево, поменяв при этом выражение лица на новое, которое он передает" своему соседу слева. И так все по очереди.

**Упражнение «На что похоже мое настроение»**

Это упражнение в его различных вариантах может стать традиционной разминкой-ритуалом в начале занятий этого раздела. Оно позволяет участникам осознать свое эмоциональное состояние «здесь и сейчас» и выразить его в образной, символической форме.

*Инструкция.* Прислушайтесь к себе. На какой цвет похоже сейчас ваше настроение?» Упражнение выполняется в круге, с мячиком. Варианты: «На какую погоду, (музыку, цветок, животное и т. д.) похоже ваше настроение?

**Упражнение «Называем чувства»**

Целью является обогащение словаря эмоций участников. В зависимости от уровня готовности детей это упражнение можно проводить как соревнование в парах или между двумя командами или же, как общегрупповой «мозговой штурм».

*Инструкция.* Давайте посмотрим, кто сможет назвать больше слов, обозначающих различные чувства. По очереди называйте слова и записывайте их на лист ватмана.

*Информация для ведущего***.** Результат работы группы - лист ватмана с крупно написанными на нем словами - можно использовать на всем протяжении работы группы в качестве «подсказки», напоминания. По ходу работы в этот список можно вносить новые слова - это словарь, отражающий эмоциональный опыт группы, и он может показательно отличаться от группы к группе. Следите за тем, чтобы там нашли отражение основные эмоции - гнев, печаль, радость, страх, обида.

Если вам кажется, что кто-то из ребят неуверен в том, что обозначают некоторые слова, попросите кого-нибудь описать ситуации, в которых человек может испытывать это чувство.

Также в завершение этого упражнения можете задать группе несколько вопросов: «Какие чувства испытывал каждый из вас, когда вы в последний раз писали контрольную работу? Что вы чувствовали, когда приближались кани­кулы? Что вы чувствовали, когда в последний раз что-нибудь сломали?»

*Обсуждение.* Какое, по-твоему, самое неприятное чувство? Какое чувство тебе нравится больше других? Какое из названных чувств знакомо тебе лучше (хуже) всего?

**Упражнение «Быстрые превращения»**

*Инструкция.* Начните ходить по комнате. Сейчас мы с вами будем превращаться в различных людей, испытывающих разные чувства. Представьте, что вы сейчас - актер, стоящий на сцене после удачного выступления. Зал вам рукоплещет, слышны крики "Браво!". Превратитесь в этого актера. Что вы сейчас чувствуете? А теперь, представьте, что вы нечаянно разбили красивую вазу в гостях у друга. Что вы чувствуете сейчас? и т. д.

**Упражнение «Волки и овцы»**

Это упражнение позволяет интенсифицировать эмоциональное состояние участников.

*Материалы.* Кассета с записью энергичной, активной музыки.

*Инструкция.* Волк выходит за дверь. Включается активная музыка. Овцы пасутся на лугу, бегают по кругу. В неожиданный момент врывается Волк и хватает Овцу. Овца превращается в Волка. Теперь уже два Волка врываются в круг и т. д.

*Обсуждение.* Что происходило с тобой во время игры? Что ты чувствовал? Какие еще есть чувства? Что дают нам чувства? Есть ли абсолютно бесполезные или вредные чувства? Что значат эмоции для тебя? Нужны ли они тебе и зачем? Что в них хорошего для тебя, чем они тебе полезны? Чем они тебе вредят или мешают?

*Замечания для ведущего*.Это упражнение вызывает сильные эмоции -радость, страх, возбуждение - и может послужить хорошим началом совместного обсуждения и исследования того, как эмоции окрашивают нашу жизнь, делают нас неравнодушными к происходящему.

**Упражнение «Карточки»**

Данное упражнение позволяет развивать словарь эмоций, укрепляет соотнесение названия эмоции с мимическим ее выражением, осознавание индивидуального и общего в выражении эмоций.

*Материалы. 2* комплекта карточек с рожицами, изображающими различные эмоции и такого же количества карточек с названием эмоций (исходя из списка эмоций, выработанного группой).

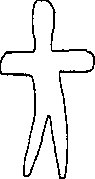
*Инструкция.* Разбейтесь на две команды. Сейчас я раздам вам набор карточек, на которых нарисованы разные рожицы. Вам надо будет за одну минуту подобрать к каждой рожице карточку, обозначающую эмоцию, которую она выражает.

*Варианты.* Если участники группы достаточно свободно владеют языком эмоций, то можно попросить их самих, без опоры на карточки, подобрать названия к каждой карточке

**Упражнение «Фантом»**

Позволяет осознать связи эмоций с телесным переживанием, расширяет осознанность в отношении собственного переживания и выражения эмоций.

*Материалы.* Листок со схематичным изображением человеческого тела - «фантом» - для каждого участника и достаточное количество карандашей синего, красного, желтого, черного цветов.



*Инструкция*. Представьте, что вы сейчас очень сильно злитесь на кого-нибудь или на что-нибудь. Постарайтесь всем телом почувствовать свою злость. Может быть, вам будет легче представить, если вы вспомните какой-нибудь недавний случай, когда вы сильно разозлились на кого-нибудь. Почувствуйте, где в теле находится ваша злость. Как вы ее ощущаете. Может быть, она похожа на огонь в животе? Или у вас чешутся кулаки? Заштрихуйте эти участки красным карандашом на своем рисунке. Теперь представьте, что вы вдруг испугались чего-то. Что вас может напугать? Представили? Где находится ваш страх? На что он похож? Заштрихуйте черным карандашом это место на своем рисунке. Аналогично предложите детям обозначить синим карандашом, где они переживают грусть и желтым - радость. Где в теле ты чувствуешь свою злость (страх, грусть, радость)? Какое чувство тебе было легче всего представить и ощутить в теле? А какое - труднее? Были ли у кого-нибудь из участников группы похожие ощущения?

**Упражнение «Звук-чувство»**

*Инструкция.* Сейчас я буду называть различные чувства, и мы будем показывать, как часто мы эти чувства испытываем. Для того чтобы показать это, мы будем гудеть. Если редко испытываем чувство - будем гудеть тихо; если чаще - то громче, если очень часто - то громко.

*Обсуждение.*Как вам показалось, какие чувства мы с вами испытываем чаще всего?

*Информация для ведущего***.** Обратите внимание ребят на то, как они гудели, когда назывались различные чувства, - одинаково, или некоторые чувства хотелось гудеть со своей интонацией. Это может служить переходом к разговору об интонационных особенностях выражения различных чувств. Можно обсудить, звучало ли громче гудение во время тех чувств, которые в действительности чаще переживаются ребятами, или же когда назывались «приятные» чувства. Поговорите о том, что «приятные» чувства у себя и у других принимать легче, чем «неприятные».

**Упражнение «Линии»**

Упражнение позволяет потренироваться в выражении своих эмоций в символической, образной форме.

*Информация для ведущего.*Наряду с важностью обучения детей языку эмоций - словам, обозначающим различные эмоциональные состояния, - важно предоставлять возможность для выработки другого «языка» - языка образов, символов, который на этих занятиях будет альтернативой разговору о чувствах, другим способом выражения чувств и переживаний.

*Материалы.* Карандаш и лист бумаги каждому ребенку.

*Инструкция.* Сейчас мы попробуем передавать различные чувства,не рисуя ничего конкретного - только лишь простые линии. Нарисуйте счастливые линии…, грустные линии..., злые линии..., усталые линии..., тревожные линии».

**7.Безоценочное принятие своих и чужих чувств и эмоций. Распознавание своего эмоционального состояния и состояния других. Способы выражения эмоций.**

**Упражнение «Нарисуй за минуту»**

За одну минуту нарисуйте свое настроение, не рисуя ничего конкретного, - используйте только линии, формы, различные цвета…Теперь передайте свой рисунок соседу справа... Посмотрите внимательно на рисунок, который оказался у вас в руках. Попробуйте угадать, какое настроение изображено на нем.

**Упражнение «Шурум-Бурум»**

Водящему предлагается загадать чувство, а затем только с помощью интонации, отвернувшись от круга и, произнося только слова «Шурум-Бурум», показать задуманное им чувство.

**Упражнение «Попугай»**

Ведущий произносит короткое предложение, например «Я иду гулять», один из участников произносит это предложение, стараясь при этом выразить заранее задуманное им чувство, остальные отгадывают, что за чувство было задумано.

**Упражнение «Отгадай чувство»**

*Инструкция.* Разбейтесь, пожалуйста, в группы по три человека.

Каждой группе я дам карточку с изображением какого-то чувства. Ваша задача определить, что за чувство изображено на этой карточке, а потом нарисовать его так, как вам захочется, это может быть рисунок ситуации или просто линии и формы. Потом придумайте сценку, посвященную этому чувству. Также подумайте, какие ассоциации вызывает у вас это чувство - на какой цвет, животное, цветок оно похоже. Через несколько минут, когда вы закончите свое обсуждение, вам надо будет представить вашу работу - рисунок, сценку и ассоциации - всей группе, чтобы остальные смогли отгадать, что это за чувство.

**Упражнение «Скульптура чувства»**

Участники разбиваются на пары - скульптор и «глина». Скульптор лепит из глины скульптуру задуманного чувства. Остальные участники отгадывают, что за чувство изображено.

**Упражнение «Живые руки»**

Дети рассаживаются в два ряда, друг напротив друга, на расстоянии около 40 см, с закрытыми или завязанными глазами. Ведущий шепчет на ухо детям из одного ряда название какого-нибудь чувства, они руками передают его партнерам. Задача партнера - определить, какое чувство он получил. Это упражнение может выполняться двумя участниками в центре круга.

**Упражнение «Маски»**

Из плотной бумаги вырезаются заготовки для масок - овал лица с прорезью для глаз. Ребята разрисовывают маски так, чтобы получилось загаданное чувство (вариант: самое любимое чувство, самое неприятное чувство и т. п.). Когда маски готовы, можно предложить ребятам походить в них, попробовать озвучить маски, повзаимодействовать с другими «масками». Вариант этого упражнения можно провести с использованием театрального грима. В этом случае рекомендуется сделать это упражнение основным содержанием занятия, так как работа с гримом требует много времени.

**Упражнение «Передаем чувства»**

*Инструкция.* Сейчас вместе с этим мячиком мы будем передавать любому из сидящих в кругу какое-то чувство, изображая его с помощью рук, позы, темпа, выражения лица. Тот, кто получает "чувство", попробует отгадать и сказать нам, что за чувство он получил.

*Обсуждение.* Легко ли тебе было выражать то чувство, которое ты хотел передать? Поняли ли то чувство, которое ты хотел выразить? Как приняли то чувство, которое передал? Что ты при этом чувствовал? Легко ли тебе было принимать то чувство, которое тебе передавали? Какие чувства чаще всего звучали в нашей группе? Какие чувства (почти) не выражались в нашей группе?

*Информация для ведущего***.** Следите затем, чтобы вес дети хотя бы один раз получили мячик-чувство. Это упражнение может служить хорошей иллюстрацией того, какие чувства приемлемо выражать в данной группе. Это могут по большей части агрессивные чувства или, наоборот, «приятные». 11родолжением упражнения может быть разговор о том, как другие воспринимают проявление наших чувств - понимают, но не принимают; принимают, но не понимают.

**Упражнение «Цветок чувств»**

Этим упражнением можно заканчивать занятия по данной теме.

*Инструкция.* На наших занятиях было много всего и много разных чувств было у нас. Подумайте, какие чувства сегодня были у вас на занятии.

Детям предлагаются разноцветные «лепестки», - какого цвета им хочется. На этих лепестках напишите, пожалуйста, чувства, которые вы испытывали сегодня.

Затем каждый называет свои чувства и кладет лепесток в центр круга. Таким образом, получается цветок чувств всей группы.

**Способы выражения эмоций.**

Акцент делается на проработке отдельных эмоций и поиске способов их приемлемого выражения. Также внимание уделяется дифференциации эмоциональных проявлений - например, злость может быть легким недовольством или сильным гневом.

**Упражнение «Толкалки»**

Упражнение позволяет канализировать агрессию через игру и позитивное движение.

*Инструкция.* Разбейтесь на пары. Встаньте на расстоянии вытянутой руки друг от друга. Поднимите руки на высоту плеч и обопритесь ладонями на своего партнера. По моему сигналу начните толкать своего партнера ладонями. Выигрывает тот, кто сдвинет своего партнера с места. Будьте внимательны, никто никому не должен причинить боль. Не толкайте своего партнера к стене или на какую-нибудь мебель. Когда я крикну "стоп!", все должны остановиться.

*Обсуждение.* Насколько тебе понравилась игра? Кого ты выбирал себе в партнеры? Ты толкался изо всех сил? Когда вы играли, ты больше толкал партнера или больше сопротивлялся? Вы с партнером оба действовали по правилам? Что ты придумал, чтобы победить? Ты толкался во всю силу или сдерживал себя? Что ты сейчас чувствуешь по отношению к своему партнеру?

*Информация для ведущего***.** Если вы играете в эту игру в помещении, позаботьтесь о том, чтобы свободного места было достаточно.

Пусть дети сначала потренируются. Когда они немного освоятся с игрой и в группе воцарится более открытая атмосфера, можно попросить детей выбрать себе партнера, на которого они когда-либо сердились.

**Упражнение «Датский бокс»**

Эта игра дает детям опыт конструктивной агрессивности, способности сохранять контакт с партнером во время спора. Многим людям это дается с большим трудом, так как они привыкли к тому, что хорошие отношения связанны с дружелюбным поведением, агрессивность - с большим отдалением. Это упражнение также может служить разрядкой в момент спора между участниками группы.

*Инструкция.* Кто может рассказать мне о каком-нибудь своем хорошем споре? Как все происходило? Почему ты считаешь этот спор хорошим? О чем вы спорили? Я хочу показать вам, как с помощью большого пальца руки вы можете провести хороший спор. Хорошим спор бывает до тех пор, пока мы следуем правилам ведения спора и радуемся тому, что и наш партнер выполняет правила. При этом мы не хотим никого обидеть.

Разбейтесь на пары и встаньте на расстоянии вытянутой руки друг от друга. Затем сожмите руку в кулак и прижмите его к кулаку своего партнера так, чтобы ваш мизинец был прижат к его мизинцу, ваш безымянный - к его безымянному. Стойте так, словно вы привязаны друг к другу. Тем более что это так и есть: во всяком споре спорящие, так или иначе зависят друг от друга

Итак, восемь пальцев прижаты друг к другу, а большие пальцы вступают в бой. Сначала они направлены вертикально вверх. Затем кто-то из вас считает до трех, и на счет "три" начинается бокс. Побеждает тот, чей большой палец окажется сверху, прижав большой палец партнера хотя бы на секунду. После этого вы можете начать следующий раунд. Вы поняли суть игры? Говорят, что эту игру придумали датские мужчины, скучая в долгую темную зиму у себя на севере. Но в нее могут играть и девочки, потому что все зависит не от силы, а от скорости реакции и остроты глаз. Можно выиграть и хитростью. Например, если делать обманные движения и броски, поддаваться на время, чтобы затем воспользоваться движением пальца партнера вниз. Попробовав поиграть в эту игру пару раундов, вы почувствуете, что у вас получается все лучше и лучше, и вам понравиться эта игра. После пяти раундов сделайте перерыв, чтобы рука отдохнула, и выберете себе другого партнера. Прощаясь со своим партнером, поблагодарите его за честное ведение борьбы».

**Упражнение «Бумажные мячики (Снежки)»**

Эта игра учит канализировать свои агрессивные чувства через игру, дает возможность снять эмоциональное напряжение в группе или эмоционально включиться в работу усталым или апатичным детям.

*Материалы.* Старые газеты или что-то подобное; клейкая лента, которой можно будет обозначить линию, разделяющую две команды.

*Инструкция.* Возьмите каждый по большому листу газеты, как следует скомкайте его и сделайте из него хороший, достаточно плотный мячик. Теперь разделитесь, пожалуйста, на две команды, и пусть каждая выстроится в линию так, чтобы расстояние между командами составляло примерно четыре метра. По моей команде вы начнете бросать мячи на сторону противника. Игроки каждой команды стремятся как можно быстрее забросить мячи, оказавшиеся на их стороне, на сторону противника. Услышав команду "стоп!", вамнадо будет прекратить бросаться мячами. Выигрывает та команда, на чьей стороне оказалось меньше мячей. И не перебегайте, пожалуйста, за разделительную линию» (2-3 мин.).

**Упражнение «Изобрази свою злость (страх и т. п.)»**

Упражнение позволяет осознать особенностей переживания и проявления чувства.

*Материалы.* Бумага и любые изобразительные средства; пластилин.

*Инструкция.* Изобразите свою злость в виде живого существа или какого-либо образа.

*Вариант.*Возьмите плотную бумагу, типа оберточной. Изобразите свою злость, «вырвав» ее из бумаги. Работа с плотной бумагой требует физических усилий и, таким образом, высвобождает энергию. Обсуждение заключается в том, что дети рассказывают о том, что они изобразили, что хотели передать.

**Упражнение «Слова гнева»**

Упражнение позволяет обсудить индивидуальные способы выражения гнева.

*Материалы.* Доска или большой лист ватмана для записи слов, которые будут называть дети.

*Инструкция.* «Подумайте о тех словах, которые люди могут говорить или думать, когда злятся. Называйте мне эти слова, а я буду записывать их».

*Обсуждение.* Что может тебя разозлить? Что происходит в этом случае? Что ты делаешь, когда злишься? Что ты делаешь или можешь делать, чтобы избежать неприятностей в минуты гнева? Что ты чувствуешь, когда слышишь в свой адрес ранящие слова? А что - когда слышишь слова, отражающие чувства другого человека?

*Информация для*ведущего. Записывайте все, что говорят дети - не давайте никакой оценки словам, которые они называют, дайте возможность без смущения проявить широкий спектр словесных реакций. Когда вы закончите писать список, обратите внимание детей, что некоторые из записанных слов ранят другого, обвиняют, подразумевают нападение, атаку. Другая же группа слов является выражением испытываемого чувства.

*Варианты.*Аналогичным образом можно провести обсуждение возможных реакций в страшных, пугающих ситуациях и др.

**Упражнение «Морское царство»**

*Материалы.* Большие листы ватмана, мелки, карандаши или фломастеры разных цветов. Кассета с записью шума волн

*Инструкция.* Мы с вами будем рисовать сейчас подводное царство.

Представьте себе, что перед вами океан. И в океане живут разные рыбы, раки, акулы, морские звезды. Но так как это волшебное подводное царство, то там еще могут жить чудовища. Мы будем их рисовать. Какие -вы можете придумать сами.

*Варианты.*Это упражнение можно выполнять всей группой, рисуя общее «морское царство», или же разбиться на две команды, каждая из которых будет рисовать свой подводный мир. Ведущий группы также может принимать уча­стие, рисуя воду, волны. Если детям трудно начать самим, то ведущий может начать рисовать что-нибудь простое (змею, например). После окончания рисо­вания попросите ребят дать название своему рисунку и описать его, а может быть, даже придумать общий сюжет.

*Обсуждение.* Выходит ли твое чудовище из воды?

Как к нему относятся те, кто его видит? Что в нем страшного? Что оно делает? Как оно пугает окружающих?

**8.Стресс и стрессовые ситуации. Признаки стресса. Управление стрессовым состоянием. Навыки саморегуляции.**

**Рекомендуемые упражнения**

**Упражнение «Коридор».** Разделиться на две группы и встать напротив друг друга. Каждый человек получает задание - фразу, которую он должен произносить человеку, проходящему внутри коридора

|  |
| --- |
| **Сядь!** |
| **Встань!** |
| **Улыбнись!** |
| **Стой смирно!** |
| **Замолчи!** |
| **Говори громко!** |
| **Спи!** |
| **Беги!** |
| **Наклонись!** |
| **Повернись!** |
| **Лежать!** |
| **Иди быстро!** |

*Обсуждение упражнения*. Что понравилось в нем, а что нет? Что вызвало затруднения? Что мешало и что помогало? Успевали ли вы выполнять все команды?

Какие групповые настроения преобладали во время выполнения упражнения?

**Упражнение «Я злюсь, когда…».** Вспомните ситуацию, когда вы чувствовали раздражение, злость. Возьмите газету, скомкайте ее и продолжите фразу «Я злюсь, когда…» и резко выбросить комок газеты (злости)

**Вибрация.**

Снятие мышечного напряжения.

Потрясите кистями, руками, ногами и всем телом. Время выполнения 2-3 минуты.

**Упражнение «Пресс»**

Игровое упражнение выполняется индивидуально. Нейтрализует и подавляет отрицательные эмоции гнева, раздражения, повышенной тревожности, агрессии.

*Инструкция*. Представьте внутри себя, на уровне груди, мощный пресс, который движется сверху вниз, подавляя возникающие отрицательные эмоции и связанное с ними внутреннее напряжение. Выполняя упражнение, важно добиться отчетливого ощущения физической тяжести внутреннего пресса, подавляющего и как бы выталкивающего вниз нежелательные отрицательные эмоции и энергию, которую она с собой несет и заземляет.

**Комплексные упражнения-релаксации, растяжки, дыхательные упражнения и визуализации для предупреждения утомления**

**Релаксация «Любопытная Варвара»**

*Цель***:** расслабление мышц шеи.

*Инструкция.* Поверните голову влево, постарайтесь это сделать так, чтобы увидеть как можно дальше. Сейчас мышцы шеи напряжены! Потрогайте шею справа, мышцы стали твердые, как каменные. Вернитесь в исходное положение. Аналогично в другую сторону. Вдох – пауза, выдох – пауза.

Любопытная Варвара

Смотрит влево...

Смотрит вправо...

А потом опять вперед –

тут немного отдохнет.

Шея не напряжена, а расслаблена».

Движения повторяются по 2 раза в каждую сторону.

*Инструкция.* Теперь поднимите голову вверх. Посмотрите на потолок. Больше откиньте голову назад! Как напряглась шея! Неприятно! Трудно дышать. Выпрямитесь. Легко стало, свободно дышится. Вдох – пауза, выдох – пауза.

А Варвара смотрит вверх!

Выше всех, все дальше вверх!

Возвращается обратно –

Расслабление приятно!

Шея не напряжена

И расслаблена.

*Инструкция.* Сейчас медленно опустите голову вниз. Напрягаются мышцы шеи. Сзади они стали твердыми. Выпрямите шею. на расслаблена. Приятно, хорошо дышится. Вдох – пауза, выдох – пауза.

А теперь посмотрим вниз –

Мышцы шеи напряглись!

Возвращаемся обратно –

Расслабление приятно!

Шея не напряжена

И расслаблена.

**Растяжка «Травинка на ветру»**

Детям предлагается изобразить всем телом травинку (сесть на пятки, руки вытянуть вверх, сделать вдох). Инструктор: «Начинает дуть ветер, и травинка наклоняется до земли (выдыхая, наклонить туловище вперед, пока грудь не коснется бедер; руки при этом вытягиваются вперед, ладони на полу; не меняя положения туловища, потянуть руки по полу еще дальше вперед). Ветер стихает, травинка выпрямляется и тянется к солнышку (на вдохе вернуться в исходное положение, потянуться вверх).

**Релаксация «Пляж»**

*Цель:*развитие мышечного контроля, элиминация импульсивности.

Предложите ребенку закрыть глаза и представить себе, что он лежит на теплом песке. Ласково светит солнышко и согревает его. Веет легкий ветерок. Он отдыхает, слушает шум прибоя, наблюдает за игрой волн и танцами чаек над водой. Пусть прислушивается к своему телу. Почувствует позу, в которой он лежит. Удобно ли ему? Пусть попытается изменить свою позу так, чтобы ему было максимально удобно, чтобы он был максимально расслаблен. пусть представит себя всего целиком и запомнит возникший образ. Затем нужно потянуться, сделать глубокий вдох и выдох, открыть глаза, медленно сесть и аккуратно встать.

**Упражнение «Поза покоя»**

*Цель*: освоение и закрепление позы покоя и расслабление мышц рук.

Необходимо сесть ближе к краю стула, опереться на спинку. Руки свободно положить на колени, ноги слегка расставить. Формы общего покоя произносится ведущим медленно, тихим голосом с длительными паузами.

«Все умеют танцевать, прыгать, бегать, рисовать.

Но пока не все умеют расслабляться, отдыхать.

Есть у нас игра такая – очень легкая, простая,

Замедляется движенье, исчезает напряженье

И становится понятно: расслабление приятно!»

**Упражнение «Кораблик»**

*Цель*: расслабление мышц рук, всего корпуса.

*Инструкция.* Представьте себе, что вы на корабле. Качает. Чтобы не упасть, расставьте ноги шире и прижмите их к полу, руки сцепите за спиной. Качнуло палубу. Прижмите к полу правую ногу (Правая нога напряжена, левая расслаблена и немного согнута в колене, носком касается пола.) Выпрямитесь. Расслабьте ногу. Качнуло в другую сторону. Прижмите к полу левую ногу. Выпрямитесь. Вдох – пауза, выдох –пауза.

Стало палубу качать.

Ногу к палубе прижать.

Крепче ногу прижимаем ,

А другую – расслабляем.

Упражнение выполняется поочередно для каждой ноги. Обратите внимание ребенка на напряженные и расслабленные мышцы ног. После обучения расслаблению мышц ног рекомендуется еще раз повторить позу покоя.

Снова руки на колени,

А теперь – немного лени.

Напряженье улетело

И расслаблено все тело.

Наши мышцы не устали

И еще послушней стали.

Дышится легко, ровно, глубоко.

**Упражнение «Тряпичная кукла и солдат»**

*Цели*:Это простое упражнение поможет детям расслабиться в тех случаях, когда они сильно напряжены. Быстро напрячь мускулы и затем их отпустить — это испытанный и надежный способ расслабиться**.**

*Инструкция***.** Пожалуйста, все встаньте и расположитесь так, чтобы вокруг каждого из вас было свободное место. Полностью выпрямитесь и вытянитесь в струнку, как солдат. Застыньте в этой позе, как будто вы одеревенели, и не двигайтесь, примерно вот так... (Покажите детям эту позу.)

А теперь наклонитесь вперед и расставьте руки, чтобы они болтались как тряпки. Станьте такими же мягкими и подвижными, как тряпичная кукла. (Покажите детям и эту позу.) Слегка согните колени и почувствуйте, как ваши кости становятся мягкими, а суставы очень подвижными...

Теперь снова покажите солдата, вытянутого в струнку и абсолютно прямого и негнущегося, как будто вырезанного из дерева. (10 секунд.)

Теперь опять станьте тряпичной куклой, мягкой, расслабленной и подвижной.

Снова станьте солдатом... (10 секунд)

Теперь опять тряпичной куклой...

Просите детей попеременно быть солдатом и тряпичной куклой до тех пор, пока у Вас не сложится впечатление, что они уже вполне расслабились.

Теперь встряхните руками, как будто вы хотите стряхнуть с них капельки воды. Стряхните капельки воды со спины... Теперь стряхните воду с волос... Теперь — с верхней части ног и ступней...

**Упражнение «Насос и резиновая кукла»**

*Цели****:*** Эта простая игра поможет детям расслабиться в тех случаях, когда они сильно напряжены.

*Инструкция.* Представьте себе, что вы – резиновая кукла. «Сдуйтесь», пожалуйста. А теперь я буду вас «надувать». Ведущий делает движения, соответствующие надуванию насоса. Остальные постепенно напрягаются. Когда все куклы максимально напряглись, ведущий издает звук, подобный выниманию пробки, а «надувные куклы» с шипящим звуком постепенно сдуваются».

**Упражнение «Расслабление глаз»**

*Инструкция.* Разогрейте руки, потерев одну ладонь о другую. Делайте это до тех пор, пока не почувствуете, что руки стали теплыми. Сложите пальцы обеих рук в два полушария и мягко прикройте ими закрытые глаза. Почувствуй, как приятны для глаз тепло и темнота... Вы можете усилить это чувство, сделав при этом пару глубоких вдо­хов. Представьте себе, что при вдохе вы стараетесь наполнить не только легкие, но и глаза свежим кислородом, он сделает их более свежими и сильными.

Это упражнение может быть использовано также и при подготовке к деятельности, требующей длительного напряжения глаз (или после работы), так как оно ослабляет напряжение глаз, расслабляет глазные нервы, а кроме того, в некоторой степени успокаивает ум. Сопровождающее его глубокое дыхание освежает и снимает напряжение.

**Упражнение «Медленное дыхание»**

*Цель:* Этот необычный способ дыхания приносит успокоение. Медленное дыхание расслабляет и помогает снять напряжение, а также способствует внутренней концентрации и ощущению покоя и силы.

Способ 1:«Сядьте поудобнее и глубоко вдохните. Почувствуйте при этом, как ваша грудная клетка становится шире. Вдыхайте абсолютно нормально, как вы это делаете всегда. Теперь еще раз глубоко вдохните, но на этот раз выдыхайте очень медленно. Только одной тоненькой струйке воздуха позвольте выйти из себя. Почувствуйте при этом, как горло делается таким узким, как будто вы собираетесь шептать. Издайте при этом тихий-тихий звук, мягко «Ше-ше» или «Ши-ши». Вдыхать вы можете либо через нос или через рот, как вам предпочтительнее».

Способ 2: Из перехода из перевозбужденного состояния в норму **вдох должен быть короче выдоха, выдох медленный, размеренный**; для восстановления энергетического состояния – вдох должен быть несколько дольше выдоха, выдох быстрый.

**Упражнение «Стабилизирующее дыхание»**

Вдох осуществляется через нос, выдох через рот. Вдох глубокий, выдох до середины, остановка, выдох до конца. Вдох короткий, выдох короткий. Повторение цикла два – три раза.

**Упражнение «Энергетизирующее дыхание»**

Вдох осуществляется через нос, выдох через рот. Выдох в два раза короче вдоха.

Формула дыхания: вдох четыре счета (возможно по пульсу), два счета пауза, два счета выдох, два счета – пауза. Повтор цикла два – три раза.

**Упражнение-медитация «Скрещенные руки»**

*Инструкция.* Сядьте поудобнее, закиньте при этом ногу на ногу. Теперь перекрестите кисти рук и положите ладони друг напротив друга. Затем переплетите пальцы рук. Выверните скрещенные руки внутрь и вверх, чтобы они были на уровне груди. Когда это будет сделано, ничего больше делать не надо, кроме как спокойно и медленно дышать. Возможно, вы ощутите некоторое напряжение в пальцах, запястьях и мышцах рук. Это означает, что упражнение выполняется правильно и мозг получает нужные сигналы. Пока вы сидите так, со скрещенными руками и пальцами, вы даете своему мозгу возможность успокоиться. Пусть разные мысли приходят вам на ум, не останавливайте их и не управляйте ими.

*Комментарий*. Это упражнение расслабляет и приводит к внутреннему покою, изменению внутреннего фокуса контроля. Его хорошо использовать после очень напряженной работы и в качестве подготовки к такой деятельности.

**Упражнение «Мысленный портрет»**

*Цель*: данное упражнение позволяет мысленно создать собственный образ, дает возможность расслабить мышцы лица и подарить минуты заботы о себе.

Коснитесь середины лба указательными пальцами обеих рук. Обводите контур лица, двигаясь в стороны и вниз. Сведите пальцы снова на подбородке. Проделайте всю процедуру три раза. Указательными пальцами рисуйте круги вокруг глаз. Движения легкие, осторожные. Проделайте этот элемент десять раз. Соедините обе ладони и приложите их к лицу так, чтобы мизинцы касались кончика носа. Затем разводите руки, разглаживая кожу лица и одновременно изучая его рельеф. Проделайте так пять раз. Улыбнитесь, чтобы складки, идущие от носа к уголкам рта, стали более выпуклыми. Кончиками указательных пальцев проведите по этим складочкам сверху вниз. Затем ведите пальцы по линии верхней губы до тех пор, пока они сойдутся. После этого, продолжая улыбаться, прочертите всю линию рта. Ваш мысленный автопортрет готов.

**Упражнение «Вещи, дарящие радость»**

*Цели:* Детям (и учителям тоже) нужны внутренние отдушины, чтобы обретать новые силы и новую энергию. Эта игра предоставляет прекрасную возможность для привнесения в класс щепотки оптимизма. Причем завершающий этап игры выводит группу на новый уровень близости и общности. Эту игру с большим успехом можно использовать весьма часто.

*Инструкция.* Сядьте поудобнее и закройте глаза. Сделайте три глубоких вдоха и выдоха...

Теперь вспомни о тех вещах, которые когда-либо дарили тебе радость и хорошее настроение. Выбери что-нибудь, что тебе кажется в эту минуту особенно приятным. Возможно, это будут капли дождя на лепестках розы, возможно — уютное тепло твоей постели, возможно — освежающий прыжок в прохладу реки или озера жарким днем... Припомни свои чувства в мгновения счастья. (1 минута)

Теперь пусть образ этого события (или предмета), подарившего тебе радость и хорошее настроение, начнет постепенно бледнеть, пока совсем не растает. Но не забудь само ощущение радости, храни его.

Теперь потянись, выпрямись и открой глаза.

Хочет ли кто-нибудь из вас рассказать о том, что из вещей, дарящих радость, он выбрал на этот раз?

Дайте ребенку возможность описать свои ассоциации и затем предложите всей группе с закрытыми глазами представить себе описываемый предмет как можно более наглядно. В результате рассказчик станет ближе и понятнее остальным детям, а группа в целом еще немного расслабится.

**Упражнение–медитация «Теплый, как солнце, легкий, как дуновение»**

*Инструкция****.*** Сядьте или лягте поудобнее и закройте глаза. Три раза глубоко вздохните...

Представьте себе, что сейчас чудесный день, и над вами проплывает серое облачко, на которое вы можете уложить сейчас все свои горести и заботы. Дайте всем вашим заботам просто улететь с ним...

Представьте себе, что небо над вами ярко-голубое, что легкие лучи солнца согревают вас. Вы чувствуете себя надежно защищенными — так мирно и спокойно вокруг. Мягкое дуновение ветерка коснулось вашей головы, и вы чувствуете себя легко и счастливо, как маленькое легкое перышко. Вы думаете, что вы сегодня такой же замечательный, как небо, такой же теплый, как солнце, и такой же нежный, как дуновение ветерка.

Представьте себе, что при вдохе ваше тело наполняется золотым светом—от головы до кончиков пальцев ног... А когда вы выдыхаете, представьте себе, что все чувства, которые не нужны вам сейчас, покидают вас. Вы вдыхаете золотой свет, а выдыхаете неприятные чувства.

Вы — как маленькое перышко, которое несет легкий ветер; вы — как луч солнца, падающий на Землю. Дайте еще больше расслабиться своему телу, своим плечам и рукам, своим ногам, расслабьте свои стопы и ладошки.

Представьте себе, что вы — как радуга, которая состоит из множества различных цветов. Нет никого на свете, кто думал и чувствовал бы так же, как вы... Это просто замечательно, что вы можете быть здесь, среди нас...(15 секунд.)

Не спеша возвращайтесь назад, сюда, к тем, кто сидит здесь. Ощутите свою голову, руки, ноги. Вздохните глубоко и легко. Теперь вы можете чувствовать себя радугой и радовать цветами себя и других. Медленно открывайте глаза, начинайте снова двигаться. Когда вы откроете глаза очень широко, то увидите вокруг себя другие пестрые радуги.

**Упражнение-медитация «Водопад»**

*Цели****:*** Эта игра на воображение также поможет детям расслабиться. После нее стоит заниматься чем-нибудь спокойным, позволяющим детям использовать свою интуицию.

*Инструкция.* Сядьте поудобнее и закройте глаза. Два-три раза глубоко вдохните и выдохните...

Представь себе, что ты стоишь возле водопада. Но это не обычный водопад. Вместо воды в нем падает вниз мягкий белый свет. Теперь представь себя под этим водопадом и почувствуй, как этот прекрасный белый свет струится по твоей голове... Ты чувствуешь, как расслабляется твой лоб, затем рот, как расслабляются мышцы шеи.

Белый свет течет по твоим плечам, затылку и помогает им стать мягкими и расслабленными.

Белый свет стекает с твоей спины, и ты замечаешь, как и в спине исчезает напряжение, и она тоже становится мягкой и расслабленной.

А свет течет по твоей груди, по животу. Ты чувствуешь, как они расслабляются и ты сам собой, без всякого усилия, можешь глубже вдыхать и выдыхать. Это позволяет тебе ощущать себя очень расслабленно и приятно.

Пусть свет течет также по твоим рукам, по ладоням, по пальцам. Ты замечаешь, как руки и ладони становятся все мягче и расслабленнее. Свет течет и по ногам, спускается к твоим ступням. Ты чувствуешь, что и они расслабляются и становятся мягкими.

Этот удивительный водопад из белого света обтекает все твое тело. Ты чувствуешь себя совершенно спокойно и безмятежно, и с каждым вдохом и выдохом ты все глубже расслабляешься и наполняешься свежими силами... (30 секунд.)

Теперь поблагодари этот водопад света за то, что он тебя так чудесно расслабил... Немного потянись, выпрямись и открой глаза.

**Игра «Дрож****ащее же****ле»**

*Цели:* Эта игра помогает пробудить новые жизненные силы после долгой сидячей работы, требующей сосредоточенности. После нее дети могут с новыми силами и вниманием начинать новую тему. Кроме того, эта игра может быть прекрасным завершением занятия.

*Инструкция***.** Подойдите все ко мне и встаньте напротив, плотно прижавшись, друг к другу. Смотрите на меня. Представьте себе, что вы все вместе — это блюдо с желе. Можете ли вы сказать мне, какое это желе на вкус? Ванильное, банановое, малиновое? Хорошо, пусть вы будете блюдом с малиновым желе. Я сейчас начну встряхивать блюдо с желе. Когда я буду легонько его встряхивать, вы будете раскачиваться медленно. Когда я начну встряхивать блюдо сильнее, вы должны будете раскачиваться быстрее. Чтобы увидеть и понять, как вам надо раскачиваться, следите за моими руками...

В течение одной минуты показывайте, как Вы держите в руках огромное блюдо и встряхиваете его, сначала легко, а потом все сильнее и сильнее. Затем резко остановитесь — дрожащее желе успокоится не сразу.

Теперь представьте себе, что я забыла убрать блюдо с желе и оставила его на солнце. И что стало с замечательным желе? Оно начало таять и растекаться... Начинайте таять, опускайтесь на пол и растекайтесь во все стороны.

Приложение 2

**Дидактический материал к разделу «Мир, в котором я живу»**

1. **Взросление: представление о взрослении как балансе возможностей и ответственности. Актуализация личного опыта.**

**Рекомендуемые упражнения**

**Упражнение «Ассоциации»**

Ассоциации на слова «Я – взрослый»

**Упражнение «Счастливое событие»**

Детям предлагается вспомнить какое-нибудь радостное событие, когда их окружали близкие им люди. Возможно, это родители, другие родственники, может быть, друзья или знакомые, воспитатели или что-то, что произошло в группе. Важно, чтобы каждый нашел что-то, что действительно ценит и может вспоминать с удовольствием.

Некоторые истории очень трогательны, например, одна девочка рассказала, что, когда ей исполнилось четыре года, она напомнила маме вечером: «У меня сегодня день рождения». Мама ответила: «Да, поздравляю тебя, вот тебе два апельсина». У девочки никогда до этого не было двух фруктов одновременно. Она до сих пор вспоминает об этом как об одном из самых радостных событий своей жизни.

**2. Гендерные роли. Отношения с противоположным полом, выбор будущего партнера.**

В этом разделе целью является помощь детям в осознании своей половой принадлежности, формировании адекватного образа мужчины и женщины, принятие себя как мужчины (женщины). Уделяется внимание переживаниям детей, связанным с отношениями между мальчиками и девочками, мужчинами и женщинами; осознанию образа будущего избранника, вопросам любви, выстраиванию взаимоотношений с партнером.

**Дискуссия «Что такое любовь».**

Любовь - это чувство, и оно не подчиняется правилам. Оно либо есть, либо нет. Оно приходит внезапно, но чтобы оно жило и росло, его нужно подпитывать. Любовь как семечко, которое способно самостоятельно вырасти из-под земли, но оно умирает, если не получает достаточно влаги. Любовь процветает в семье только тогда, когда партнеры понимают, что о ней нужно заботиться постоянно. Как это делать, они решают сами. Пара принимает совместные решения. Это касается всех сфер жизни: деньги, еда, отдых, мебель, общие чувства... Одинаковых людей не бывает, и многое они делают по-разному, и, вероятно, им придется искать компромиссы.

Что для вас сейчас значит любовь? А быть любимым? Какими качествами должен обладать ваш избранник?

**Рекомендуемые упражнения**

**Упражнение «Два мира»**

Группа делится на две части - мужская и женская. Подгруппы встают друг напротив друга «стеной» и по очереди говорят друг другу:

Мне нравится быть женщиной/мужчиной, потому что... Мне хочется быть мужчиной/женщиной, потому что... Мне трудно быть женщиной/мужчиной, потому, что... Я горжусь, что я мужчина/женщина, потому что... Я завидую мужчинам/женщинам, потому что... Мне не нравится в мужчинах/женщинах ... Хорошо быть женщиной/мужчиной, потому, что...

**Упражнение-коллаж «Что такое мальчик? Что такое девочка?»**

Девочки создают коллаж на тему «Что такое девочка», а мальчики - на тему «Что такое мальчик». Детям предоставляется два больших листа картона и разная бумага - цветная, гофрированная, папиросная, оберточная, газеты, много журналов, старые книги. Главное, чтобы было много разных картинок. Создание коллажа - очень увлекательное занятие, способствующее раскрытию фантазий. После создания коллажа, девочки рассказывают мальчикам, а мальчики - девочкам о своих работах. При беседе с детьми на тему «Что такое мальчик и что такое девочка» могут быть использованы книги для детей о физических различиях мальчиков и девочек, мужчин и женщин.

**Упражнение «Секреты»**

Участникам предлагается на листочке бумаги написать свой секрет, но не подписываться, а сложить записку и положить ее в общую кучу в середину комнаты. Затем каждый ребенок по очереди выбирает записку и читает ее вслух группе, будто это его собственный секрет.

Сначала дети стараются удостовериться, действительно ли никто не сможет узнать, что именно они написали эту записку. После этого упражнение вызывает заинтересованность и проходит живо.

**Упражнение «Наши вопросы»**

Поставьте в центр комнаты коробку и предложите детям написать записки с такими вопросами, которые их интересуют, но они не решаются задать их вслух, стесняются спросить. Обязательно скажите, что подписывать их не надо и вам не важно, кто именно написал конкретные вопросы. Дети должны чувствовать себя в безопасности. Затем эти вопросы можно обсудить. Если вопросов очень много, можно обсуждать их на последующих занятиях. Если же их очень мало, можно поставить эту коробку в какое-то определенное место и дети смогут класть в нее вопросы на других встречах.

Наши представления об образе мужчины и женщины в значительной степени зависят от культурных стереотипов мужественности-женственности. Считается, что женщина должна быть мягким, нежным созданием, не должна быть грубой и агрессивной. Мужчина же - это сила и твердость, он не должен плакать и быть нежным. Вооруженные такими стереотипами, мужчины воспринимают женщин как слабых и зависимых, а женщины видят мужчин грубыми. Однако от природы и женщины, и мужчины могут быть и нежными, и твердыми. Как мужчина может реагировать на женскую нежность, если у него совершенно не развито это чувство? Как женщина может оценить твердость и выдержку мужчины, если она не имеет представления о том, что это такое?

Можно провести с детьми беседу о том, какими они представляют себе идеальных мужчину и женщину

**Упражнение «Два в одном»**

Дети интуитивно погружаются в мир ценностей, идеалов и интересов своего пола. В старшем возрасте то, что прошло мимо осознания, с трудом поддается влиянию со стороны самого человека, стереотипизируется и часто мешает строить отношения с представителями своего и чужого пола. Это упражнение позволяет подросткам осознать особенности «мужского» и «женского» культурных миров, определиться в рамках собственного мира. Для проведения этого упражнения ведущему надо приготовить разнообразные предметы, которые традиционно связываются в нашей культуре с мужским или женским миром интересов. Для девочек - куклы с гардеробом и посудой, игрушечные кроватки, косметика, украшения, шарфы, сумочки, цветы и много другое. Для мальчиков - игрушечные машинки, мотоциклы, оружие, удочки, пустые банки из-под пива и т. д. Детям должны быть предоставлены также бумага, мелки, карандаши, большие куски ткани для изображения тех предметов и тех сфер жизни, которые не обеспечены реальными предметами. Девочкам предлагается создать «женский мир», а мальчикам - «мужской мир». На наш взгляд, комната должна быть разделена на две половины условно, то есть участники могут наблюдать, как создается другой мир. Так же относительно предметов: если мальчикам понадобятся «женские» предметы, их можно предоставить им, и наоборот. Это позволяет подросткам свободно проявлять свою фантазию в представлении о «мужском» и «женском», а стереотипы общества (в виде набора предметов) лишь предлагаются.

*Обсуждение.* Кто как себя чувствует в обустроенном пространстве?

Кто что-нибудь хочет рассказать о своем мире? Как проходит жизнь в вашем мире? После рассказов о своих мирах, если что-то показалось интересным или необычным, ведущий или участники могут уточнить что - то для себя с помощью вопросов. Затем девочки делятся впечатлениями, что они узнали нового о «мужском мире», а мальчики - «о женском мире». Можно предложить каждой группе лист ватмана и мелки, чтобы они изобразили мир противоположного пола, и снова поделиться впечатлениями.

Продолжением этой игры, может быть: походить друг к другу в гости и, возможно, объединить оба мира и создать новый, если у участников будет такое желание.

При проведении этого упражнения большое значение имеет уровень сплоченности группы. Зачастую воспитанники строят не один «мужской (женский) мир», а делятся на подгруппы и создают несколько миров.

**Упражнение «Как другой человек»**

Для этого упражнения надо принести как можно больше открыток с изображениями мужчин и женщин. На каждой открытке должен быть изображен только один человек. Подобрать открытки надо так, чтобы были представлены люди разных возрастов, начиная с младенцев, разных эпох, профессий, в разной одежде и без одежды. Можно использовать репродукции картин, фотографии скульптур. Открытки надо разложить на столе так, чтобы их можно было хорошо разглядеть.

*Инструкция.* Давайте встанем вокруг стола и посмотрим, каждый со своего места, на эти открытки. Сейчас мы будем медленно ходить вокруг стола, чтобы иметь возможность пристальнее рассмотреть их все. Трогать руками открытки не надо. Постарайтесь заприметить глазами ту открытку, которая вас чем-то притягивает, нравится. На всякий случай приметьте еще одну, вдруг вы с кем-то совпали в выборе. Приметили? Теперь постарайтесь встать так, чтобы быть напротив этой открытки, пока другие еще не определились в выборе. Все выбрали? Возьмите ее. Если вашу открытку взяли, возьмите запасной вариант. Теперь давайте сядем в круг. Попробуйте представить себя этим человеком. Будучи им, что ты чувствуешь, о чем думаешь? Внимательно рассмотри свое тело, какие чувства оно у тебя вызывает? Обрати внимание на свою одежду, выражение лица, позу. Чем ты сейчас занят? Чем вообще занимаешься в жизни? Какой у тебя характер? Что ты любишь? А теперь давайте поделимся своими размышлениями. Свой рассказ мы будем начинать со слов: «Я мужчина (женщина), мне столько-то лет».

**Упражнение «Женщина в развитии»**

Создается история некой женщины. Группа определяет, как ее зовут, чем она занимается. Участники выбирают себе разные этапы ее жизни и затем последовательно рассказывают ее историю по мере ее взросления. Здесь можно обратить внимание на выбор возраста участниками. Можно так же создать историю мужчины.

**Упражнение «Когда я вырасту»**

Это упражнение позволяет детям задуматься о том, с какими надеждами и тревогами связано для них предстоящее превращение в мужчину (женщину), чего бы они хотели достичь в будущем. Ведущий прикрепляет к большой доске фотографии мужчин и женщин различных профессий. Например, мужчины - врач, бизнесмен, учитель, спортсмен, мужчина с ребенком, танцор, музыкант, рабочий, каскадер, солдат, полицейский, художник, водитель, официант. Женщины - врач, медсестра, секретарь, учитель, спортсменка, женщина с ребенком, фотомодель, балерина, работница фабрики, официантка. У каждой картинки есть номер. Дети рассматривают фотографии и определяют, чем занимаются эти люди.

*Обсуждение.*Чем занимаются эти мужчины и женщины? На кого из них ты хотел бы быть похож, когда вырастешь, чем он (она) тебя привлекает? Как ты думаешь, сможешь ли ты стать таким (такой) и что для этого нужно? На кого тебе совсем не хотелось бы быть похожим?

При обсуждении акцентируется внимание на том, каким дети видят свое будущее, насколько их мечты исполнимы, соизмеряют ли они свои желания со своими возможностями. Подобное экспериментирование дает воспитанникам опыт в выборе направления своего жизненного пути, своих приоритетов.

**Упражнение «Сиамские близнецы»**

Группа случайным образом разбивается на пары (например, **с** использованием приема «Этот?»: один из подростков, стоя спиной к классу, должен остановить выбор на одном из одноклассников, на которых по очереди показывает ведущий; желательно составление пар по принципу «мальчик—девочка»). Получившиеся пары связываются по левой /правой ноге и левой / правой руке. Теперь каждой паре необходимо сделать несложное дело (например, упаковать подарок), можно на время (тогда организуется соревнование между парами). В обсуждении нужно обдумать вопрос: "Какие отношения с любимым человеком являются наиболее комфортными?" Возможно, ответ будет таким: наиболее комфортными являются те взаимоотношения, в которых существует определенная свобода и которые позволяют людям доверять друг другу.

**Упражнение «Доска объявлений»**

Для этого упражнения подбираются рекламные издания, в которых есть брачные объявления. Эти объявления рассматриваются вместе с группой, обсуждаются качества, которые упоминаются в объявлениях. Какие объявления понравились? «Состоятельный, но интеллигентный мужчина...», «Познакомятся с двумя симпатичными ласточками…», «Два симпатичных... ласта», «Прикольные девчонки познакомятся с прикольными мальчишками, чтобы прикольно приколоться».

*Обсуждение:* Какие свои качества для вас являются важными? Какие внешние данные? Какие свои качества упомянули бы в объявлении как ценные? Можно попрактиковаться в составлении объявлений, описании своих качеств и качеств, желаемых у партнера.

**Упражнение «Анкета с юмором»**

В тетрадях пишется анкета. Каждый участник подписывает свою анкету и заполняет ее графы. Имя мужа (жены). Возраст. Национальность. Рост. Вес. Цвет глаз. Прическа. Стиль одежды. Где вы познакомились. Как вы познакомились. Где он (она) работает и кем. Его (ее) достоинства. Его (ее) недостатки. Где вы собираетесь жить. С кем вы собираетесь жить. Домашние животные. Какие отношения в вашей семье. Какие традиции т. п. Дети меняются анкетами и записывают друг другу пожелания молодой семье.

*Обсуждение.* Чьи анкеты вам понравились, что в них вас удивило? Какие пожелания вам показались приятными, ценными?

*Вариант.* Участники совместно придумывают варианты ответов на вопросы анкеты. Затем каждый «вытягивает» себе ответ на каждый вопрос, создавая, таким образом, свою анкету.

**Упражнение «Ценность»**

Участники определяют для себя, что является важным при выборе партнера, что может обеспечить стабильность брака. Возраст, внешность, характер, здоровье, общие друзья, приятные родители, материальная обеспеченность, общие увлечения, совместная работа, сходные цели в жизни, сходные взгляды, идеалы и т. п. Проводится обсуждение.

**«Коллаж»**

Группа делится на две подгруппы (по принципу «мальчики направо - девочки налево). На листах ватмана из предложенных материалов девочки составляют коллаж «Типичная женщина», а мальчики - «Типичный мужчина».

Закончив работу, подгруппы представляют друг другу свои творения на листе.

**Упражнение «Кино про жизнь»**

Группа делится на две подгруппы — мальчики и девочки. Девочки составляют сценарий на тему «Кино про женщину», мальчики — «Кино про мужчину», описывая их жизненный путь (по возможности с момента рождения до смерти). Завершенные работы представляются классу.

**Упражнение «Открытки»**

Открытки с изображениями мужчин и женщин раскладываются на две парты. Девочки подходят к парте с «женскими» открытками, мальчики — с «мужскими».

Итак, перед ребятами лежат открытки с изображением мужчин и женщин разных возрастов. Нужно заприметить одну из них, ту, которая больше всего понравится. На всякий случай (мало ли кто-то успеет взять ее раньше!) нужно отметить несколько «запасных вариантов».

Когда все посмотрели предложенные им картинки, можно взять ту, которая понравилась больше всего (желательно мирно, не устроив заварушки местного масштаба) и вернуться на свои места.

Задание: нужно попробовать представить себя этим человеком и написать от его имени историю, начав словами: «Я... (мужчина / женщина, мне... лет...». Ребят нужно предупредить о том, что истории придется озвучить.

* 1. **Семья. Опыт проживания в семье: осознание, принятие. Прошлое, настоящее, будущее. Роль семьи в жизни человека. Планирование будущей семейной жизни. Родственные отношения.**

Семья - это болезненная тема для многих воспитанников сиротских учреждений, ведь у многих семьи не было, а у других был негативный опыт семейных отношений. Учитывая жизненную ситуацию детей и их воспитание в условиях сиротского учреждения, определенно можно сказать, что семья - очень важная тема, которая практически не затрагивается в ежедневной работе с детьми. Очень часто воспитательные разговоры о семьях детей заканчиваются обвинениями в адрес их семьи и родителей, подчеркиванием негативных качеств, предостережением пойти по «их дорожке».

Осознание и принятие своего жизненного опыта необходимы для последующего построения своей собственной жизни. Осознание ребенком своей сегодняшней ситуации невозможно без отражения чувств по отношению к покинувшим его родителям. Отсюда вытекают проблемы утраты, потери, обиды, злость, поиск утраченной любви, чрезмерно подчеркнутой заботы о родителях, вины. Важно выразить все свои переживания, разобраться и принять свои крайне противоречивые, амбивалентные чувства по отношению к родителям. Работа с ними может идти в сторону изменения оценки, примирения, прощения, понимания, что изменить прошлое не в наших силах и нет смысла занимать обвиняющую позицию по отношению к родителям. Когда ситуация принята и человек перестает обвинять своих родителей, ненавидеть свое прошлое, то он принимает на себя ответственность за свою жизнь, появляются силы и возможность двигаться по жизни дальше.

Данный раздел работы нуждается в серьезной психологической подготовке ведущего, так как работа с семейной проблематикой должна быть аккуратной и при этом достаточно глубокой.

Что такое семья? Для чего человеку нужна семья? Для чего люди объединяются? Рассказывается о видах семьи в различных странах. Какие преимущества моногамной семьи?

Традиционно мы воспринимаем семью как место, где всегда можно найти любовь, понимание и поддержку. Даже когда все рушится, семья - это пристанище, где можно отдохнуть, освежиться и набраться сил, чтобы лучше справляться с окружающими проблемами. Возможно, построение семьи – самое трудное дело на свете. Оно предполагает совместные усилия двух (или больше) индивидуальностей. В удачной семье легко уловить мысль, что человеческая жизнь и человеческие чувства - самая большая ценность. Они с готовностью сообщают друг другу свое мнение вне зависимости от того, хорошее оно или плохое, говорят о своем горе и радости, неудаче и разочаровании. В удачной семье свободно обсуждаются все события, независимо от того, болезненно это или радостно. Сущность создания жизнеспособной семьи в том, чтобы дать возможность всем членам семьи занять индивидуальное место и наслаждаться жизнью. Результатом семейного взаимодействия должен быть личностный рост. Семья - единственное место на земле, где все мы ищем гармонии - успокоения раненой души, повышения самооценки и вдохновения на дальнейшие действия. Семья также является местом, где можно научиться гармонии и личностному росту.

**Рекомендуемые упражнения**

**Упражнение «Тоннель»**

Это упражнение позволяет ребенку пережить позитивный опыт рождения и принятия его окружающим миром.

Занятие проводится в малой группе. Детям (подросткам) предлагается выстроить тоннель из стульев. Каждый ребенок по очереди проползает под ними на коленях или по-пластунски (имитация прохождения по родовым путям). В конце тоннеля его встречают ведущие занятия, другие члены группы, которые протягивает к нему руки, чтобы помочь вылезти из тоннеля, называют ребенка по имени и с воодушевлением приветствуют его (мы ждали тебя, мы рады тебе), хлопают и выражают радость по поводу появления ребенка.

**Упражнение «Мои границы»**

Упражнение в большей степени рассчитано на подростков. Его можно использовать при коррекции таких особенностей личности сироты, как склонность занимать позицию жертвы, в качестве профилактики физического и сексуального насилия. Важно помнить, что большинство конфликтов в семье связано с нарушением пространства и несоблюдением границ.

Упражнение позволяет осознать основные характеристики собственных границ, выбрать наиболее адекватные способы психологической защиты, пережить новый опыт взаимодействия с другими.

Упражнение выполняется с закрытыми глазами.

*Ведущие.* У каждого человека должно быть в жизни какое-то свое место, где он чувствует себя комфортно. Иногда ему хочется быть с людьми, иногда нужно побыть и одному. Начните ходить по комнате в поисках такого места, которое вам нравится. Не спешите, постарайтесь выбрать себе приятное местечко не очень близко к другим. (Предоставьте членам группы больше времени и убедитесь, что каждый нашел вполне удовлетворяющее его место.) Ваше место находится там, где вы сейчас стоите. Никто другой не может находиться на этом месте. Сядьте на пол. Когда вы садитесь, вам нужно чуть-чуть больше места, чтобы удобно разместиться, – и все это тоже ваше место. Попробуйте использовать его, ведь оно принадлежит вам. Почувствуйте его под ногами. Теперь вытяните руку и нарисуйте воображаемый круг, охватывающий ваше место. Сделайте его таким большим, как вы хотите. При этом обратите внимание на то, чтобы вы могли дотянуться рукой до любой его части. Вся территория, до которой вы можете свободно дотянуться, принадлежит вам.

Теперь прикоснитесь к полу на своем личном месте. Это ваш собственный пол. Быть может, вы захотите обнести свое место небольшой стеной. Для этого достаточно прикоснуться к полу и медленно вытянуть из него стену, как рыбку из пруда. (Покажите это движение.) Эту стену вы можете построить любой высоты. Она может быть совсем низкой или такой высокой, чтобы вас никто не видел за ней. Стена может быть сделана из любого материала. Вы сами сможете его выбрать. Я буду называть материал, а вы будете представлять, что находитесь за стеной именно из этого материала. Попробуйте представить себе, что стена вокруг вашего места сделана из камня (кирпича, бетона). Это стена очень крепкая – ее невозможно пробить. А сейчас представьте, что стена сделана из дерева. Она уже не такая крепкая и плотная. Представьте, что вокруг вас стена из дерева. А сейчас представьте себе, что стена сделана из ткани. Она колеблется под влиянием ветра. И время от времени вы оказываетесь вообще без стены. А сейчас представьте себя за такой стеной, за которой вам уютно.

Сейчас я попрошу сделать в стене окошко. Оно может быть разной формы. Оно может быть похоже на круг или квадрат, на треугольник, а возможно, и на сердце. Представьте, что в окне вы видите лица близких и любимых вами людей. Они смотрят на вас, улыбаются, они любят вас. Вы тоже можете им улыбнуться и сказать, как вы их любите, как они дороги вам. А сейчас представьте себе, что в вашей стене появилась дверь. Она тоже может быть выполнена из любого материала. Она может быть железной, деревянной, или вместо двери может висеть занавеска. Выберите дверь, которая вам подходит больше всего. Скажите себе: «Это моя дверь, я хозяин этой двери. Я могу ее открыть и впустить туда своих близких, друзей, всех, кто мне нравится, если только я хочу. Я могу ее закрыть, если захочу побыть в одиночестве. Никто не имеет права открывать мою дверь, если мне этого не хочется».

Сейчас я громко скажу: «Откройте глаза и поменяйтесь местами», и каждый из вас должен будет на счет «три» вскочить на ноги, вытянуть вперед руки, сжать кулаки, потом выбежать из своего места и перейти на место другого. Итак, поменяйтесь местами. Все заняли новые места? Нравится ли вам ваше новое место так же, как прежнее? А теперь вернитесь на свое место. Как вы чувствуете себя на нем? Как вы себя чувствуете, когда у вас есть личное пространство? А теперь аккуратно «сложите и упакуйте» свое личное пространство и положите его рядом с собой.

После выполнения упражнения необходимо обсудить мысли и чувства, которые пережили дети (подростки).

Вопросы для обсуждения:

Что вы чувствовали, когда выполняли это упражнение?

* + Из какого материала были сделаны ваши окна, двери?
  + Какой материал вам подошел больше всех?
  + Что было трудным?
  + Что вы чувствовали, когда были на чужом месте и когда вернулись на свое
  + Что вы думаете о своем пространстве?

**Упражнение «Семейные узы»** позволяет соединить сенсорный уровень с другими, более высокими в пирамиде развития ребенка. Через тактильные ощущения ребенок начинает осознавать, что такое родственные связи, отношения близости в семье.

Для того чтобы выполнить упражнение, дети (подростки) разбиваются на игровые семьи, где договариваются о распределении ролей.

*Ведущие.* В каждой семье ее члены связаны друг с другом, все вступают в какие-то взаимоотношения, как-то влияют друг на друга. С помощью этого упражнения можно представить отношения в семье. Для этого надо приготовить в соответствии с числом членов семьи веревки длиной в один метр каждая и несколько (число членов семьи + 2) веревок по шесть метров. Участники опоясываются короткими веревками. После этого каждый привязывает к этой веревке концы длинных веревок так, чтобы быть связанным с каждым членом семьи. Не должно остаться ни одного свободного конца. «Это не значит, что вы каждый день в семье бегаете с веревками, но вы ощущаете эти незримые связи. Представьте себе какую-нибудь ситуацию в семье и начните действовать. Например, вся семья чистит ковер на улице, распиливает бревно, готовит вкусный ужин и т.п.».

Вопросы для обсуждения:

* Насколько каждый из вас чувствовал себя связанным с другими?
* Насколько удобно вы себя чувствовали?
* Что семье удалось сделать, где при этом находился каждый член
* семьи?

Для повышения общего энергетического уровня ребенка используются различные дыхательные упражнения. Система таких упражнений позволяет в определенной мере справиться с депривационным раскачиванием ребенка, повышает способность к концентрации внимания, оказывает тонизирующее воздействие на состояние ребенка.

**Дыхательное упражнение.** Все ложатся на спину в большом круге, головой в центр круга, руки на животе соседа. Вдох – пауза, выдох – пауза. При выполнении дыхательных упражнений неплохо дополнительно использовать образное представление, т.е. подключать воображение. Например, возможен образ желтого или оранжевого теплого шарика, расположенного в животе, соответственно надувающегося и сдувающегося в ритме дыхания. Вдох. При вдохе губы вытягиваются трубочкой и с шумом «пьют» воздух

**Упражнение «Старые фотографии»**

У многих детей есть фотографии, которые были сделаны, когда они были младше. К сожалению, у них нет фотографий, где они были бы грудными детьми. На самых ранних фотографиях, которые есть у детей, им обычно уже около 4 лет. В большинстве случаев, это портретные изображения, но могут быть и снимки каких-то праздников или других событий. Перед занятием желательно собрать все имеющиеся фотографии. Часть из них хранится у самих детей, часть - в альбомах группы у воспитателя или в общешкольных альбомах, если они сфотографированы во время школьных мероприятий. Фотографии могут быть также и в личном деле воспитанников.

Все дети садятся в круг за столы, рассматривают свои фотографии и рассказывают о том, что они помнят. Возможно, они вспомнят, как они фотографировались, кто их наряжал и стоял рядом, что они чувствовали в тот момент. Возможно, вспомнят, как проходил праздник, с кем на фотографии они дружили. Может быть, они отметят, как изменилась их внешность, а может, вспомнят, с кем в этот период своей жизни они жили, кто был рядом с ними. Возможно, это подтолкнет их к более ранним воспоминаниям, которыми они поделятся.

Детям очень нравится разглядывать свои фотографии, и они всегда сожалеют, что их так мало. Они любят фотографироваться, и если ведущий делает фотографии на занятиях, они обычно радуются, что не всегда бывает при видеозаписи. Некоторым детям видеозапись нравится, и они с удовольствием изображают сценки и позируют перед камерой, а другие очень стесняются, прячутся за спины товарищей.

**Упражнение «Маленькая книжечка»**

Для этого упражнения ведущий приносит маленькие блокнотики или маленькие листики бумаги, степлер, тесемочки и т. п., чтобы можно было сделать буклет. Ведущий говорит: «В этих книжечках мы будем делать на занятиях заметки, что-то записывать». Обычно дети неохотно пишут на занятиях. Они волнуются, что сделают много ошибок, что напишут неровно, что они очень медленно пишут. Ведущий обязательно должен сказать, что неважно, как они напишут, важно, что они знают, о чем они пишут, что они это делают для себя. Детям предлагается написать свои заметки на темы: «Если бы я была моей мамой» для девочек и «Если бы я был моим папой» для мальчиков. В зависимости от желания детей они могут поделиться своими размышлениями.

На последующих занятиях можно использовать другие темы, например «Получаю письмо от папы (от мамы.) Что в нем написано?»

**Упражнение «Линия времени»**

Упражнение позволяет построить для ребенка жизненную перспективу. Для этого необходимо иметь лист ватмана, набор фломастеров, карандаши или мелки, линейку.

Ведущий договаривается с ребенком, что линия времени пойдет слева направо. Затем на листе бумаги делаются разметки: «прошлое» – «настоящее» – «будущее». Сначала ребенку предлагается провести линию прошлого. Она должна начинаться с того момента, который соответствует наиболее ранним его воспоминаниям. Точка отсчета обозначается на бумаге каким-либо рисунком, символом или словом. Затем ребенок отмечает на линии прошлого вехи своей жизни. Нередко дети отмечают свои дни рождения, события из жизни кровной семьи. Дети, которые имели опыт жизни в семье, нередко «забывают» момент попадания в детский дом. Ребенок должен обозначить на линии времени и настоящий момент, который он может расположить на середине линии: это его жизнь в детском доме. Когда основные вехи обозначены, ребенка просят детализировать свои представления о прошлом, настоящем и будущем, дополняя рисунок новыми зарисовками, символами и надписями. Могут быть заметны изменения характера изображений, связанные с теми этапами жизни ребенка, которые следуют за разного рода кризисами и сложными моментами биографии.

Линию времени можно начертить на полу. Тогда ребенок перемещается вдоль этой линии, рассказывая о разных этапах своей жизни. Когда ребенок доходит до отметки «будущее», очень важно детально обсудить образ будущего, связанный с профессией, работой, семьей и т.д. Упражнение можно дополнить рассматриванием фотографий семьи ребенка или его самого.

Любые изменения в жизни воспитанника необходимо сопровождать детальным обсуждением, рисованием возможных перспектив и сопутствующих им деталей.

Важным является и работа с континуумом, который изображается либо в виде лесенки (для маленьких детей) со ступеньками, маркированными от 1 балла до 5, либо в виде отрезка, начало которого отмечается знаком «0%», а конец – знаком «100%» (для старших детей). Континуум позволяет детям оценивать свои поступки, осознавать изменения, которые с ними происходят, формировать более адекватную самооценку.

**Упражнение «Что нас делает семьей»**

Необходимы листы ватмана, цветные фломастеры, бейджики.

Детей просят объединиться в семьи на основании социометрических предпочтений, выбрать фамилию «своей семье», распределить семейные роли между членами малой группы, придумать историю этой семьи в 2-3 поколениях. На бейджиках записывается новая фамилия, и они прикрепляются к груди. «Семья» создает свой герб, выбирает девиз, дорогую для всех семейную реликвию, которая передается из поколения в поколение, обсуждает правила «семьи». Очень важно обсудить с детьми, как проходят будни «семьи», выходные, праздники, как распределяются семейные обязанности и т.д. Также проговаривается, что нужно сделать, если у кого-нибудь из членов «семьи» случилась неприятность, он поссорился с кем-нибудь, получил плохую оценку и т.д. (скажи родителям – они тебе помогут), что осуждается в «семье», возможные наказания за проступки. Затем «семьи» представляют фамилию, герб, девиз, реликвию, правила и т.д.

**Упражнение «Зеркало»**

А. В малых группах все разбиваются на пары, становятся лицом друг к другу. Один из играющих делает замедленные движения, другой должен в точности копировать их, быть его зеркальным отражением.

Б. В малых группах водящий при помощи мимики, жестов изображает какое-то чувство. Все остальные повторяют его мимику и жесты, пытаясь понять, что он чувствует. Каждый по очереди становится водящим.

**Упражнение «Разговор через стекло»**

Каждый из участников занятий оказывается «за стеклом» и пытается сообщить при помощи жестов и мимики о каком-то событии. Другие должны понять сообщение и ответить. После этого все говорят, насколько правильно они поняли друг друга.

Подготовка к пониманию эмоционального состояния членов семьи возможна с помощью игры с фигурками, их изображающими. Эти фигурки можно сделать с помощью специального игрового теста.

Дети решают, как раскрасить каждую фигурку. Можно ввести ассоциации цветов с разными эмоциональными состояниями. Например, желтый – со счастьем, синий – с грустью, черный – с горем, коричневый – с одиночеством, оранжевый – с возбуждением, зеленый – с беспокойством, красный – с раздражением или гневом. Можно вырезать из клеенки одежду для фигурок или «эмоциональные элементы», чтобы приклеить их к ним. Например, улыбающийся рот – радость, сдвинутые брови – грусть или обиду, единица – одиночество, восклицательный знак – возбуждение, вопросительный знак – сомнение.

Ребенок подбирает элементы, которые соответствуют характеру и состоянию членов замещающей и кровной семьи ребенка. «Эмоциональные элементы» помещаются в тех местах, которые ассоциируются с эмоциями, например, в области груди, живота, желательно под одеждой: их выступающие из-под одежды контуры метафорически будут указывать на то, что они связаны с интимными психическими проявлениями, скрываемыми до определенного времени под одеждой. Затем «эмоциональные элементы» извлекаются из-под одежды и обсуждаются в малой группе: «Чувства выходят наружу». Обсуждается, что обычно делает каждый член семьи.

**Упражнение «Представление о своей будущей семье»**

*Инструкция.* Закрой глаза и войди в свое внутреннее пространство.

Представь, что ты взрослый человек. Вот ты идешь по улице, ты подходишь к своему дому, поднимаешься по лестнице, открываешь дверь своим ключом. Что ты видишь, что слышишь, какие запахи чувствуешь? Тебя радостно встречают родные или они заняты своими делами? Ты проходишь в комнату, оглядись внимательно, что ты видишь, кто в ней находится?

Затем каждый рассказывает о том, что он видел. Можно подобное упражнение провести и в конце этого раздела.

**Упражнение «Моя семья сейчас и в будущем»**

Детям предлагается создать два коллажа на эти темы или один коллаж, на одну из этих тем, по желанию. Как обычно, для работы с коллажем детям предоставляются листы картона разного размера и различная бумага - цветная, гофрированная, оберточная, газеты, журналы, открытки, рекламные проспекты, старые книги. Обычно детям очень нравится создавать коллажи, но предложенные темы иногда вызывают трудности. Ребенок может чувствовать себя очень одиноким, чувствовать, что только он один представляет свою семью. В этом случае ведущий должен поддержать ребенка, обратить его внимание на других близких людей.

После создания коллажей дети могут рассказать о своих работах.

**Рисунки: «Семейный портрет», «Генеалогическое древо»**

**Рисунок «Семейный портрет».**

*Инструкция.* Закройте глаза и войдите в свое собственное пространство. Представьте, что вы спускаетесь по лестнице - лестнице жизни. Вот вам 10 лет, 9,6,4 года, вы видите перед собой дверь, открываете ее и оказываетесь в комнате. Как выглядит эта комната - большая или маленькая, пустая или заставленная вещами? Что вы видите в комнате, какие обои, мебель? Кто в ней находится рядом с вами? Посмотрите внимательно на каждого человека. Если бы вы нарисовали их на листе бумаги в виде изображения, напоминающего скорее какую-нибудь вещь, чем реальных людей, что бы это было? Если кто-нибудь напоминает вам бабочку, потому что везде порхает, изобразите ли вы его в виде бабочки? Или, может быть, какие-то лица напоминают вам круг, потому что они всегда окружают вас? Начинайте с того, кого вы представили первым. Если вы зашли в тупик, опять закройте глаза, вернитесь обратно в свое пространство и снова представьте всех людей. Вы можете использовать капли краски, абстрактные формы, предметы и животных, и все, что угодно, все, что придет вам на ум.

Обычно в группе находятся дети, которые свободно начинают говорить про своих родителей или о том, как они попали в детский дом. Иногда дети делятся своей мечтой жить в семье. Если кого-то из группы забирают домой на выходные дни и в каникулы, то у остальных детей часто возрастает агрессия на него. Особенно тогда, когда это делает воспитатель этой группы. Так же, если какого-то ребенка выбрали на усыновление, и он ждет, когда новые родители оформят все документы и заберут его домой, другие дети завидуют ему. Если кто-то завидует, можно говорить о том, что мы все не совершенны и иногда завидуем кому-то. Ни у кого не бывает идеальных мамы и папы, всегда что-то не устраивает, но прошлого не изменить, нет смысла обвинять родителей. Мы можем опереться на то, что у нас было, и строить жизнь дальше. Каждому хотелось бы жить в своей семье, в благополучной семье, и у нас есть возможность создать в будущем свою семью, какую бы нам хотелось.

**Рисунок «Генеалогическое древо».**

Рисунок генеалогического древа - один из способов актуализации своего семейного опыта. Откуда я родом? Каковы мои корни? Где можно брать поддержку? «Мама умерла, папа в тюрьме», но, возможно, есть родственники: братья, сестры, а может быть, другой человек много значит для меня, он считает меня самым замечательным. Есть ли кто-то близкий? Был ли кто-то, для кого ты много значил, может быть, это была нянечка? Если никого не было, можно просто нарисовать корни, все равно они есть у тебя, ты просто не знаешь о них или не помнишь, потому что был слишком маленький. Ты ствол, а от тебя уже пойдут ветки и когда-нибудь, в будущем, твои потомки нарисуют тебя в качестве корней.

**Дополнительно. Упражнение «Сценки из семейной жизни».**

Каждая «семья» разыгрывает сценку из семейной жизни, например приготовление еды, праздник, уборка в доме и т.д.

Примечание: всю работу желательно записать на видеокамеру для того, чтобы разобрать с детьми особенности поведения их «семьи».

Приложение 3

**Дидактический материал к разделу «Здоровый образ жизни»**

**Упражнение «Делимся по признаку»**

Пояснение. Один из участников выходит за дверь, группа тем временем договаривается о том, по какому признаку она делится и расходится на две группы (например, те, у которого есть шнурки, и те, у кого их нет). Задача вошедшего – угадать, по какому признаку группа разбита на две части. При желании упражнение можно повторить несколько раз.

Инструкция. Сейчас один из вас выйдет за дверь и войдет только тогда, когда мы его позовем. Кто хочет быть таким человеком?

Инструкция группе. Сейчас вы все должны будете разделиться на две части. Но разделить вас сможет только какой-то один признак, например, «мальчики и девочки», «светлые и темные волосы», или «есть шнурки на обуви – нет шнурков», или другие внешние признаки, какие сами придумаете. А тот кто вышел, должен будет угадать, по какому признаку вы поделились.

Инструкция добровольцу. В твое отсутствие группа поделилась по какому-то признаку – заметному или не заметному с первого взгляда. Твоя цель угадать этот признак и назвать его.

**Упражнение «Ромашка»**

Пояснение. Для этого упражнения необходим специальный реквизит: каждому участнику выдать лист А4 с изображением ромашки, по одному набору фломастеров и ножницы. На листе каждому участнику нарисовать ромашку (сердцевина и 6 лепестков), затем аккуратно ее вырезать. В центре этой ромашки, прямо на сердцевине написать «Я». На каждом лепестке нужно сделать 6 надписей, отвечая на следующие вопросы:

- «Без чего я не был бы я?»,

- «Что мне особенно дорого, ценно и важно в жизни?»,

- «Без чего я себя не представляю?».

Каждый ответ должен быть на отдельном лепестке. На лепестках могут быть написаны какие-то важные люди (родители, друзья), важные чувства (любовь, понимание), хобби, какие-то ценные вещи.

После того как все подписали лепестки ромашки, цветок необходимо вырезать так, чтобы лепестки были присоединены к сердцевине. Все участники садятся в круг. Затем по очереди каждый должен будет оторвать от своей ромашки лепесток со словами: «Я самодостаточная личность, поэтому смогу потерять и/или обойтись без … (произносим то, что написано на оторванном лепестке)».

Как показывает практика, участники с легкостью и, и возможно даже с некоторым сарказмом начинают отрывать лепестки. Здесь важна роль ведущего: он должен призывать к серьезности и просить слушать друг друга. Человек, который отрывает лепесток, должен быть в центре внимания. Однако ближе к концу, подростки сами становятся серьезными. Им все труднее и труднее отказываться от того, что они написали на лепестках. Ведущий должен настаивать, когда дойдет очередь до конкретного человека, чтобы тот обязательно оторвал лепесток. Но если подросток наотрез отказывается отрывать последний лепесток, ведущий должен уступить.

Анализ упражнения:

- Каково вам было раз за разом, отрывая от ромашки лепестки, расставаться с тем, что для вас ценно?

- Что вы сейчас чувствуете?

- Как вам без всего того, что вам дорого?

- Как вы думаете, что за лепесточки были на ваших ромашках?

Обсуждение ценностей, здоровье как ценность.

**Упражнение «Клиника по пересадке органов»**

Пояснение. Упражнение может выполняться как в микрогруппах, так и в одной группе. Суть упражнения заключается в том, что ребята должны договориться, кому из «пациентов» клиники необходимо пересадить почку. Условие: почка одна, и каждому пациенту она жизненно необходима.

В этом упражнении нет правильных и неправильных ответов. В нем важен сам процесс поиска решения, рефлексия участников по поводу ценностей – индивидуальных и существующих в обществе.

Инструкция. Представьте себе, что все вы являетесь хирургами медицинской клиники. У вас в больничном отделении лежат четыре пациента:

- старый профессор, разрабатывающий вакцину против рака. Его работа уже близка к завершению;

- шестнадцатилетняя беременная девушка-сирота;

- мать двух детей, муж которой недавно погиб в автомобильной катастрофе;

- известный актер.

Всем им необходима пересадка почки. Без этой операции они погибнут. Но сейчас в клинику было доставлена только одна почка, и неизвестно, когда появится возможность получить следующую. Вам нужно за 10 минут решить – кому из пациентов операция необходима в первую очередь, иначе почка испортиться и к пересадке будет не годна. Тогда ее не получит никто.

Важные правила:

1. Нельзя принимать решение голосованием;
2. С групповым решением должен согласиться каждый из участников;
3. Нельзя оставаться в стороне от обсуждения;
4. Каждый должен в ходе дискуссии высказать свое мнение.

Анализ упражнения:

- Почему вы отдали предпочтение именно этому пациенту?

- Какая разделяемая вами ценность стоит за этим выбором?

- Какие ценности стояли за отвергнутыми вами вариантами?

- Как вам кажется, кому бы врачи отдали почку в нашем обществе?

**Упражнение «Конфликт ценностей»**

Пояснение. В этом упражнении участники готовят и разыгрывают сценки малыми группами (2-4 чел.). Каждая подгруппа получает задание – разыграть конфликт между ценностями в различных возрастных группах (подростки – взрослые).

Инструкция. Вы разбились на команды. Сейчас каждая команда получит задание. Ваша задача придумать и разыграть конкретную сценку о том, как проявляется конфликт ценностей взрослых и подростков. На обдумывание сценки вам дается 5 минут, на подготовку сценки 7 минут, а на ее проигрывание – 3 минуты.

Карточки для подгрупп:

|  |
| --- |
| **Ситуация 1**  Отец хочет, чтобы сын уделял больше внимания учебе, т.к. в следующем году ему поступать в вуз. А сын, между тем, тратит много времени на общение с друзьями: ходит гулять, приводит друзей домой. |
| **Ситуация 2**  Родители считают, что «девушку украшает скромность», а их дочь одевается «сексуально» и пользуется косметикой. |
| **Ситуация 3**  Родители и дедушки-бабушки хотят, чтобы их сын и внук поступал на юридический факультет. Сын хочет быть музыкантом, все вечера он проводит на репетициях своей начинающей рок-группы. |
| **Ситуация 4**  Соседи жалуются родителям подростков на то, что те шумят поздно вечером под их окнами. Подростки не считают, что они в чем-то виноваты. |

Анализ упражнения: обсуждение проводится после показа каждой сценки по следующим вопросам.

Вопрос подгруппе, которая смотрела сценку:

- Какая ценность лежала в основе поведения взрослых?

- А какая – в основе поведения подростков?

- В чем выражался конфликт ценностей в сценке, которую вы увидели?

Вопрос подгруппе, которая показывала сценку:

- Что вы хотели показать этой сценкой?

- Согласны ли вы с мнениями «зрителей»?

- Конфликт каких ценностей вы хотели изобразить?

Вопрос ко всем:

- Сталкивались ли вы с подобными ситуациями в вашей жизни?

- Приведите свои примеры ситуаций, в которых конфликтуют ценности подростков и взрослых?

**Упражнение «Апельсин»**

Пояснение. Участники встают в круг поочередно: юноша – девушка и т.д. Ведущий тоже участвует в упражнении. Для этой игры необходим определенный предмет (чаще всего это апельсин, мячик или что-то другое), который передается по кругу. Сначала «апельсин» передается руками, потом при помощи локтевого сгиба прижимая головой к плечу, затем передается по коленям сидящих участников без помощи рук, и на конец, по стопам ног.

**Упражнение «Что нам нравится?»**

Пояснение. Группа делится на 2 подгруппы: юношей и девушек. Каждой подгруппе выдается по листу бумаги и ручке.

Инструкция. Каждая из групп сейчас должна составить список. Девушки составляют список того, что им больше всего нравится в юношах, на что они, прежде всего, обращают внимание, а юноши пишут, что им нравится в девушках. После составления списков каждая из групп зачитывает его, и получившиеся характеристики обсуждаются в группе.

Анализ упражнения. Обсудите вопросы:

- Сложно ли было составлять списки?

- Что для вас оказалось неожиданным?

- Как можно использовать информацию, полученную в этом упражнении, в обычной жизни?

**Упражнение «Звезда Голливуда»**

Пояснение. Группа сидит в кругу. Ведущий показывает несколько фотографий актеров или известных людей, которые считаются красивыми.

Инструкция. У меня есть одна знакомая ведьмочка, которая считает, что сейчас открывается очень много «салонов красоты», но нет ни одного «салона непривлекательности», а то вдруг кто-то захочет стать некрасивым, чтобы с ним люди общались как можно меньше, а совет ему дать некому. Да и сама ведьмочка очень хочет быть непривлекательной (так уж им, ведьмам, положено), но совсем не знает, как это сделать. Давайте ей поможем. Смотрите, вот перед вами фотографии нескольких людей, которые считаются очень привлекательными. Давайте подумаем, а что нужно сделать, чтобы они стали «некрасивыми».

Ответы участников желательно записывать на доске.

Анализ упражнения. А теперь, как вы думаете, что же на самом деле за список мы написали на доске?

Отвечают участники.

Правильно! Это то, что не нужно делать, если мы хотим быть привлекательными для других. Давайте обсудим, как стать привлекательными. В ходе обсуждения ведущий обращает особенное внимание участников на следующие моменты:

- важно соблюдать гигиену (если не принимать душ, не чистить зубы, не следить за ногтями и не причесываться – люди будут от вас шарахаться);

- разумно использовать косметику (если «переборщить» с косметикой, вас могут принять за девушку легкого поведения или же вы «состарите» себя лет на 10);

- быть красивым внутренне (если вы – мастер исключительно нецензурных выражений, то вас никто не назовет привлекательным, даже если внешне вы сказочно красивы, и наоборот, умение общаться на разнообразные темы делает любого человека привлекательным и интересным).

Как мы с вами выяснили, внутренняя красота человека тоже очень важна. Конечно, нужно уметь общаться. Но прежде чем начать общаться, нам необходимо познакомиться с человеком. Давайте посмотрим, как это можно сделать. Ведь особенно сложно нам бывает познакомиться с человеком противоположного пола.

**Упражнение «Знакомство»**

Часть I

Пояснение. Ведущий на листе ватмана или на доске фиксирует ответы участников.

Инструкция. Часто нам бывает сложно подойти к человеку и заговорить с ним. Мы не знаем, что сказать. Предлагаю сейчас устроить мозговой штурм и постараться придумать как можно больше фраз, с которыми можно подойти к незнакомому человеку. А, кроме того, подумайте о том, с какой фразой, вы бы хотели, чтобы подошли к вам. Давайте ее тоже озвучим. Я буду записывать ваши идеи.

Надеюсь, эта информация поможет знакомиться с людьми противоположного пола и не бояться этого. Но пока это, действительно, просто информация. Давайте потренируемся пользоваться ею во второй части этого упражнения.

Часть II

Пояснение. Во второй части упражнения группа образует 2 круга – внешний и внутренний. Участники внешнего и внутреннего кругов стоят лицом друг к другу.

Инструкция. Теперь вы знаете много фраз, которые помогают нам знакомиться, и ситуаций, в которых их можно использовать. Сейчас вы стоите в кругу лицом друг к другу, образуя пары. Представьте, что вы не знакомы и попробуйте познакомиться, используя одну из фраз, которые, например, написаны на доске. Поговорите с партнером пару минут. У вас на знакомство есть 2 минуты. Как только время прошло, внутренний круг сдвигается на одного человека вправо. У вас образовались новые пары. Повторите это задание в новых парах.

Анализ упражнения:

- Сложно ли было придумывать фразы?

- Какие «фразы» работали, а какие – нет?

- Использовали ли вы какие-нибудь из них в жизни?

- Сложно ли вам было знакомиться с другим человеком?

- Что испытывали девушки, когда им нужно было заговаривать с юношами первыми?

- Что испытывали юноши, когда с ними хотели познакомиться девушки?

- Как вы думаете, сохранилось ли в наши дни «негласное» правило: инициатива в знакомстве должна исходить от мужчин?

Теперь мы умеем знакомиться, но одного этого не достаточно. Если люди понравились друг другу. Когда возникает взаимная симпатия, мы хотим продолжать отношения. Все мы знаем, что существует такая вещь, как свидание.

**Упражнение «Идеальное свидание»**

Пояснение. Участники делятся на 2 группы – юношей и девушек.

Инструкция. Сейчас каждая подгруппа обдумает и напишет письмо другу или подруге на тему «Идеальное свидание». Речь в нем будет не об абстрактном свидании, а об идеальном (ну, или, во всяком случае, очень удачном) свидании, с точки зрения вас, юноши, и вас, девушки. Итак, мужская половина нашей группы пишет письмо от лица юноши своему другу. Женская половина – от лица девушки своей подруге. Начать можно так: «Привет, … Вчера у меня было классное свидание!..».

На обсуждение и написание писем вам дается 10-15 минут, а потом мы их послушаем и обсудим.

Анализ упражнения:

- Понравились ли вам описанные свидания?

- Были ли у вас такие идеальные свидания?

- Что нужно сделать, чтобы свидание удалось?

- Чего юноши ждут от девушек?

- А чего – девушки от юношей?

- Важно ли, чтобы свидание понравилось не только вам, но и другому человеку?

- Почему часто наши взаимоотношения не соответствуют идеальным, и партнер не делает того, чего бы нам хотелось?

**Упражнение «Слепой и поводырь»**

Пояснение. Группа делится на пары, в каждой паре выбираются «слепой» и «поводырь». «Слепому» завязывают глаза повязкой (или плотным платком, шарфом), «поводырь» встает сзади и придерживает «слепого» за руку, за плечи, или спину (как удобнее «слепому»).

Инструкция. Выберите в парах, кто будет первым, а кто вторым. Теперь пусть первые номера завяжут себе глаза повязками – вы будете «слепыми», а вторые номера становятся вашими «поводырями». Задача «поводыря» - дать слепому почувствовать и узнать как можно больше о предметах окружающего пространства, как в этой комнате, так и за ее пределами. «Поводырь» должен помогать «слепому» изучать мир, а не просто водить его за руку за собой. На это у вас 10 минут. После отведенного времени вы поменяетесь ролями и повторите упражнение.

Анализ упражнения:

- Доверял ли «слепой» своему «поводырю»? Что делал «поводырь», чтобы этого добиться?

- Удалось ли «слепому» взглянуть на мир с новой стороны, и каковы впечатления от этого?

Проведите параллели с нашей жизнью: очень важно во взаимоотношениях доверять друг другу, и не менее важно поддерживать доверие друг в друге.

- Что было бы, если бы у каждого «поводыря» было нескольких «слепых»?

**Упражнение «Помоги принять решение»**

Пояснение. Группа делится на две подгруппы, которые обсуждают одну и ту же ситуацию, но обдумывают, как помочь принять правильное решение 2-м разным участникам этой ситуации. После этого каждая группа зачитывает ответ всей группе, и идет общее обсуждение.

Инструкция. Сейчас мы с вами познакомимся с одной ситуацией, в которой есть 2 действующих лица – Витя и Алена. Первая группа, обсудив эту ситуацию, должна будет сформулировать совет Вите, вторая – Алене. У вас будет 3-5 минут, чтобы обсудить ситуацию и сформулировать совет. Потом вы представите свой совет на суд всей группы.

|  |
| --- |
| Витя и Алена встречаются уже несколько месяцев. Они нравятся друг другу и много времени проводят вместе. Но когда Витя завел разговор о сексе, Алена сказала, что к этому она пока еще не готова. Витя не знает, почему она отказывается заниматься сексом и что он должен делать. Алена боится потерять Витю, это первые в ее жизни серьезные отношения. Подружки убеждают ее, что если она не согласится, Витя бросит ее. |

**Упражнение «Незаметный предмет»**

Пояснение. Упражнение позволяет участникам понять, что чаще всего заставляет подростков курить. Для этого упражнения необходим какой-нибудь предмет, например, колпачок от фломастера или кольцо, но лучше колпачок – из-за сходства с сигаретой.

Инструкция. Сейчас вы все выйдите за дверь, а я спрячу вот этот колпачок от фломастера, точнее говоря, не спрячу, а положу на какое-нибудь видное место так, чтобы вы могли его увидеть, ничего не поднимая, не открывая, никуда специально не заглядывая. Иными словами, он будет лежать на каком-то видном месте, однако сразу не будет заметен, т.к. это небольшой предмет. Вашей задачей буде найти этот колпачок: увидеть, но не брать (!) и тихо, никому не говоря, что вы его нашли, немного запутав следы, сесть в круг. Если вы сели в круг – это означает, что вы знаете, где лежит колпачок. Я буду подходить к сидящим в кругу, чтобы уточнить, действительно ли они нашли колпачок. А все остальные будут продолжать искать колпачок. Упражнение продолжается до тех пор, пока все не будут сидеть в кругу, а значит знать, где лежит колпачок. Далее спрятать предмет может и кто-то из участников.

Комментарий. Подростки обычно с азартом играют в эту игру. Однако задача ведущего – сделать правильные выводы после упражнения. Первое на что должен обратить внимание ведущий: упражнение от начала до конца должно быть проведено правильно. Если кто-то, кто первым найдет колпачок, закричит: «Вот же он!», то вам необходимо начать игру заново и еще раз обратить внимание ребят на инструкции.

Если упражнение проведено правильно, то чем больше участников уже будет сидеть в кругу, тем больше остальным, которые еще ищут предмет, будет хотеться его найти. Особенно сильный дискомфорт будет испытывать последний человек. Вы можете подсказать, указав на какой половине или четверти комнаты спрятан предмет, но не больше. Помните: те чувства, которые он испытывает, очень важны для анализа упражнения.

Анализ упражнения:

- Как вы искали?

- На что ориентировались в поиске?

- Что чувствовали, когда находили предмет?

-А что испытывали, когда долго не могли его найти?

Выполняя это упражнение, все хотят найти предмет как можно быстрее: это позволяет почувствовать свою успешность, превосходство над другими. Точно так же, начиная пробовать сигареты, мы стремимся быть продвинутыми, взрослыми, казаться интересными и успешными. Обратите внимание на чувства ребят, которые оставались искать колпачок, когда все уже сидели в кругу. Когда остаешься последним, очень хочется поскорее присоединиться к большинству. Многие начинают курить именно для того, чтобы не быть белой вороной.

**Дискуссия «Почему люди курят?»**

В предыдущем упражнении мы начали говорить о причинах курения. Давайте продолжим. У меня вопрос к тем, кто курит сейчас и кто пробовал курить:

- Что побудило вас к этому?

Запишите причины на доске и дополняйте список, если что-то не было сказано. Завершите обсуждение следующим основным выводом:

Курение – это наркотик, но первая сигарета никогда никому не приносила кайфа, мы себя как бы приучаем к этой вредной привычке и даже испытываем определенные муки. Ведь что интересно? – Идея попробовать сигарету обычно рождается в наших головах самостоятельно. Нас редко кто-то заставляет курить. Еще реже берут «на слабо», обычно наши друзья уважают наше некурение, но мы почему-то сами решаем пристраститься к этой привычке. Почему? Просто мы часто не знаем, как достичь своих целей и реализовать свои потребности по-другому, без использования сигареты.

**Упражнение «ЗА и ПРОТИВ»**

Пояснение. Упражнение направле6но на формирование негативного отношения к курению. Группа делится на две команды. Каждая команда получает по листу ватмана и фломастеры.

Инструкция. Сейчас за 10 минут каждая из команд должна составить свой список. Одна команда пишет все-все аргументы ПРОТИВ курения. Другая – аргументы ЗА курение. Вы должны выступить как бы в роли адвокатов, защитников курения.

Когда списки написаны, каждая команда по очереди представляет их.

Анализ упражнения. После того, как обе команды выступят, ведущий обращает внимание группы на аргументы ЗА курение и вместе с группой пытается либо превратить их в аргументы ПРОТИВ курения, либо показать, что не только и не столько курением достигаются эти плюсы, скорее наоборот, что курение – это ложный путь.

**Показательное упражнение «Банка с окурками»**

Пояснение. Для упражнения требуется банка с окурками. Желательно, чтобы банка с окурками до этого постояла сутки и вода в ней стала желтой.

Ведущий показывает отвратительного вида банку с водой, доверху заполненную окурками: «Посмотрите на то, что находится в банке. Видите эту дрянь? Вот эта гадость находится в легких курильщика! Хотите опустить туда руку? А прополоскать этим рот? Ну же! Смелее!». Говорить это следует так, чтобы было понятно, чтобы было понятно, что делать это, естественно, не следует. «А ведь все это действительно оседает на легких и приводит не к самым лучшим последствиям. Как говорится, капля никотина убивает лошадь. А какие последствия имеет для человека?». Выслушайте участников, поблагодарите за ответы, запишите самые точные на доске.

**Упражнение «Купи мечту»**

Пояснение. Это упражнение дает возможность подросткам оценить, чего они лишаются или могут лишиться из-за курения. Для этого упражнения необходимо заготовить карточки: 11000 рублей, 33000 рублей, 55000 рублей, 110000 рублей.

Инструкция. «Скажите, у вас есть вещи или предметы, которые вы хотите купить?». Участники говорят «ДА». «Отлично! Сейчас каждый из вас случайным образом получит карточку с указанием некоторой денежной суммы. Затем я дам вам 5-10 минут, чтобы вы подумали, что вы хотите купить на эти деньги. Старайтесь реально оценивать свои покупки, не думайте о том, как приумножить эту сумму, думайте, что бы вы хотели купить на эти деньги, если бы они появились у вас прямо сейчас. Подумайте, какие у вас есть мечты и желания. Вот вам чистые листы и ручки. А вот – ваши «деньги».

После этого раздайте ребятам по кругу карточки: одному – 11000 рублей, второму – 33000 рублей, третьему – 55000 рублей, четвертому – 110000, пятому – опять 11000 рублей и т.д.

После того, как все выполнили задание, попросите ребят рассказать о своих покупках согласно их денежной сумме.

Анализ упражнения. «А как вам кажется, как это упражнение связано с курением? Здесь простая арифметика. Я исходила из того, что пачка сигарет в среднем стоит 30 рублей, и что постоянному курильщику нужна пачка сигарет в день. Умножила на 365 дней и округлила. Получилось, что в год курильщик на сигареты тратит 11000 рублей. Потом я посчитала сумму за 3 года, 5 лет и 10 лет. Так получились эти суммы. Вот сколько денег! А если бы мы их не тратили, то смогли бы купить все, что бы назвали! Представляете сколько упущенных возможностей? Или, может быть, у кого-то есть лишни деньги? Если тебе хватает денег, значит, тебе не хватает воображения».

**Дискуссия «Как бросить курить и не начать заново»**

Спросите группу, пробовал ли кто-нибудь из участников или их знакомых бросить курить. Успешно или нет? Какой способ оказался самым эффективным? Стратегия «как бросить курить» у каждого своя, здесь нет универсального способа. Все зависит от личности, характера и силы воли.

Для того чтобы бросить курить, надо:

- Принять решение бросить курить;

- Не впадать в депрессию, и если очень хочется закурить, пробовать воспользоваться следующими рекомендациями:

1. Начать бросать курить следует не резко, а постепенно уменьшая количество выкуриваемых сигарет в день;

2. Отвлекаться от мысли «Пойду-ка, покурю»;

3. Избегать ситуаций, в которых хочется курить (не стоять на балконе, не разговаривать с друзьями на лестничной площадке и т.д.);

4. Попросить при вас не курить;

5. Не считать дни без сигарет;

6. Выбросить или спрятать зажигалки, пепельницы и другие вещи, которые напоминают о курении;

7. Если очень хочется закурить, попробуйте пожевать жевательную резинку, пососать леденцы;

8. Если совсем невмоготу и ничего не помогает, то выкрутите одну сигарету и продолжайте, не упрекая себя, бороться с этой привычкой.

**Упражнение «Ассоциации по алфавиту»**

Пояснение. Упражнение направлено на развитие внимания, оно учит подростков концентрироваться и быстро реагировать. Группа сидит в кругу. Для этого упражнения необходим мячик или предмет, его заменяющий (мягкая игрушка, например). Ведущий на равнее с группой может принимать участие в упражнении.

Инструкция. «Сейчас я назову вам какое-нибудь слово на букву «А» и брошу кому-нибудь этот мячик. Этот человек должен назвать свою ассоциацию, которая возникает у него на это слово, но с одним условием: ассоциация должна быть на букву «Б». Далее он бросает этот мячик другому, и тот человек уже должен предложить ассоциации на его слово, но на букву «В». И так далее - по алфавиту.

Например, Арбуз – Большой (это ассоциация на слово «арбуз» на букву «Б») – Великан (это ассоциация на слово «большой» на букву «В») и т.д.

Рекомендации ведущему: проведите это упражнение 2 раза. Сначала назовите любое слово на букву «А», а во время 2-го захода назовите слово «Алкоголь». После первой попытки попросите ребят выполнить это упражнение еще раз, но быстрее. Не разрешайте вслух произносить алфавит. Буквы Ё, Й, Ъ, Ы, Ь.

Анализ упражнения:

- Сложно ли было выполнять это упражнение?

Иногда жизненные ситуации требуют от нас предельной концентрации внимания и сосредоточенности, так как речь может идти о нашей безопасности и здоровье.

- Можете привести примеры таких ситуаций?

**Упражнение «Зоопарк»**

Пояснение. Это упражнение позволяет участникам через игру познакомиться со всеми стадиями опьянения. Во время выполнения участники ничего про эту цель знать не должны.

Инструкция. Ведущий приглашает всех участников сесть в круг. Когда все сели, он говорит: «Сейчас я предлагаю вам подурачиться. Я каждому из вас прошепчу на ухо название какого-нибудь животного, которого вы должны будете показать, когда я попрошу. Показывать старайтесь как можно смешнее». После этих слов ведущий подходит к каждому и на ухо шепчет название одного из пяти животных: павлин, петух, обезьяна, осел и свинья. Желательно, чтобы количество животных каждого вида было приблизительно равным, для этого ведущий шепчет названия животных по очереди. «А теперь по моей команде мы все дружно начнем изображать нужное животное. Ваша задача не только его смешно показать, но и найти «своих», т.е. собраться в стаи, чтобы все животные одного вида оказались вместе. У нас 5 видов животных, посмотрим, кто соберется первыми. Начали!».

Анализ упражнения:

- Как вы думаете, какая связь между всеми этими животными и алкоголем?

- Согласны ли вы, что пьянеющий человек походит на этих животных?

- Как вы считаете, является алкоголь «абсолютным злом» или все же есть рамки, находясь в которых, можно остаться «павлином»?

- Кем являются люди, напивающиеся до состояния «свиней»?

**Упражнение-беседа «Алкоголь в нашей жизни»**

Пояснение. Участники садятся в круг, и ведущий предлагает каждому рассказать, что случилось в их жизни или в жизни их знакомых из-за алкоголя.

Инструкция. Можно стимулировать участников, подсказывая им различные случаи: возможно, кто-то потерял работу из-за пьянства, у кого-то в семье пьяный отец бил мать, кто-то попал в аварию из-за того, что пьяный сел за руль.

Анализ упражнения:

- Каких ситуаций больше – положительных или отрицательных?

- Знаете ли вы людей, жизнь которых разрушил алкоголизм?

- Есть ли у вас знакомые, которые совсем не употребляют спиртного?

**Упражнение «Последствия употребления алкоголя»**

Пояснение. Это упражнение предназначено, чтобы ощутить на себе негативное воздействие алкоголя.

Инструкция. Все участники становятся «коридором» - в две шеренги друг напротив друга на расстоянии полутора метров. Длина коридора – 3-4 метра, в зависимости от количества участников. В одном конце коридора становится ведущий с блокнотом и ручкой. В другом конце один из участников. Его задача – вращаться вокруг себя 15-30 секунд так, чтобы вызвать сильное головокружение. Затем он должен дойти до ведущего и написать в блокноте свое имя, фамилию и отчество. Задача участников, которые находятся рядом с ним – не дать получить ему травму. Перед началом упражнения всех участников нужно проинструктировать, что падать во весь рост ни в коем случае нельзя. В случае падения, нужно подгибать колени и садиться на пол. «Пьяного» участника нужно направлять, и, если он начнет падать, аккуратно поддержать его под руки.

Анализ упражнения:

- Насколько трудно было контролировать свои движения?

- Как вы думаете, до состояния какого из разыгранных сегодня животных можно дойти, если пить пиво?

Обратить внимание подростков на то, что употребление пива ни так уж и безвредно для организма.

**Упражнение «Разговор в ресторане»**

Пояснение. Данное упражнение является ролевой игрой. Участникам выдаются карточки, на которых написаны их роли. Для разыгрывания сценки необходимо создать антураж вагона-ресторана: стол и 4 стула.

Роли:

1. **Студент.** Любит пить пиво, так как это дешевый напиток. Он его пьет очень часто, почти каждый день. Не считает его алкогольным напитком и думает, что оно даже полезно.
2. **Пожилой интеллигент.** Предпочитает дорогие сорта сухих и полусухих вин. Пьет редко со своим старым другом либо по праздникам. Однако при случае не откажется и от пива. Пьет его не часто и только в хорошей компании под закусочку: креветки, кальмары. Считает, что ничего вредного в нем нет, если только пить в небольших количествах. Испробовал разные сорта пива, знает, какие из них самые лучшие.
3. **Молодой предприниматель.** Ведет здоровый образ жизни. Пиво может пить только со своим приятелем под трансляцию футбольного матча. В остальных случаях, скорее, откажется от него, нежели будет пить. Считает, что оно вредно, но вкус пива ему нравиться, поэтому иногда (очень редко) позволяет себе эту слабость.
4. **Женщина средних лет.** Пьет только по праздникам в кругу семьи. Пиво не признает. Является ярой противницей этого напитка. Ее раздражает, что молодежь на каждом углу его пьет. Считает, что именно из-за пива становятся алкоголиками. Запрещает пить пиво своему мужу. Не переносит даже запаха пива.

Ведущий не должен всем зачитывать описание роли, а вот название роли участники сценки видеть будут.

Инструкция. Сюжет игры: несколько человек оказались за одним столом в вагоне-ресторане. Один из них (Студент) уже заказал себе пива и приглашает других «присоединиться». Участники должны разыграть диалог, какой мог бы состояться среди персонажей. Они должны познакомиться, рассказать о себе немного. Студент предлагает «выпить пивка», т.к. дорога долгая, после чего все участники начинают обсуждать, стоит ли пить пиво вообще. Старайтесь отыграть свою роль до конца и исходить из нее. Вас не должны переубедить, вы должны отстаивать свою позицию, как написано в карточке. Постарайтесь просто выразить свое отношение к пиву.

Анализ упражнения:

- Какие впечатления?

- Какие позиции по отношению к пиву вы увидели?

- Как вы сами считаете, насколько вредно пиво?

Информация для ведущего: постарайтесь, чтобы при обсуждении сами участники смогли выявить 4 основные позиции отношения к пиву.

1. ЗА пиво (пить! ничего страшного в нем нет).
2. Лучше выпить, чем не пить.
3. Лучше не пить, чем пить.
4. ПРОТИВ пива (не пить однозначно).

Спросите у каждого:

- К какой позиции они ближе и почему?

**Упражнение «Гимнастика»**

Пояснение. Ведущий просит всех участников встать перед ним так, чтобы всем было его видно. Лучше всего для этих целей разместить группу полукругом вокруг ведущего. Это упражнение хорошо настраивает группу на работу с информационным материалом. Упражнение можно делать под музыку.

Инструкция. «Сейчас вам предстоит повторять мои действия». Ведущий начинает с простейших движений. Затем движения усложняются: он изображает умывание под рукомойником, боксирование, кидание камня, поиски авторучки по карманам и проч. В какой-то момент можно передать свою роль кому-то из участников группы, затем другому.

**Упражнение «Дерево проблем»**

Цель: показать, что причины приобщения к наркотикам могут быть разными, а последствия – одинаково тяжелыми.

Пояснение. Участники делятся на две группы. Участники одной из групп в течение 3-х минут должны записать на листе как можно больше причин, почему люди обращаются к наркотикам. Участники другой – как можно больше последствий. Пока группы работают, сделайте на доске заготовку – рисунок корней и кроны дерева (или используйте заранее заготовленный плакат). После того как закончится время, попросите участников подгруппы «причины» подойти к доске и корнях дерева записать причины, которые они выделили. Затем группа «последствия» записывает в кроне последствия потребления наркотиков.

Анализ упражнения. Проанализировать, как любая зависимость негативно влияет на человека.

**Упражнение «Игра»**

Пояснение. Цель упражнения – показать подросткам, как легко «втянуться» и стать наркоманом и что наркотики – это «игра», в которой невозможно выиграть. Эта цель озвучивается не в начале упражнения, а при его анализе.

Группа делится на 3-4 подгруппы. Каждую подгруппу посадить за стол и раздать каждой по 17 палочек. В качестве палочек могут выступать ручки, карандаши, фломастеры, спички и т.п.

Инструкция. Ведущий стоит по одну сторону стола, а ведущий – по другую. Между ними на столе лежат 17 палочек.

«Суть игры состоит в следующем: между нами лежат 17 палочек. Мы по очереди тянем палочки (сначала вы, потом я, потом опять вы, потом я и т.д.). За один ход можно вытянуть 1, 2 или 3 палочки. Чья из сторон возьмет последнюю палочку, та и проиграла партию. Во время игры вы можете советоваться, а можете выдвинуть одного представителя. Ваша цель – набрать как можно больше баллов. Изначально я дам вам 100 баллов. И за каждую проигранную партию вы получите -10 баллов (минус 10), а за каждую выигранную партию +20 баллов. В любой момент вы можете остановиться и перестать играть. Это понятно? Посмотрим, какая подгруппа наберет больше всего баллов. Учтите, я очень хорошо играю! Поэтому подумайте: может, вовсе не играть ни одной партии, тогда ваш результат будет 100 очков».

Играть ведущий будет следующим образом: сначала сыграть партию с группой №1, потом с подгруппой №2, далее с №3, потом с №4, потом заново с №1, №2 и т.д.

Всегда начинайте партию так:

Ведущий: «Ваша подгруппа готова сыграть следующую партию?».

Подгруппа: - (дождитесь четкого положительного ответа от группы).

Ведущий: «Тогда начинайте!».

Далее вы играете партию.

Суть игры. Ваша цель ВСЕГДА выигрывать. Если знать хитрости этой игры, это очень легко сделать. Чтобы всегда выигрывать, нужно ВСЕГДА выполнять два простых правила:

1. Каждую партию должен начинать противник. Т.е. в каждой партии вы тянете вторым. Первой тянет подгруппа или представитель от подгруппы! Затем – вы, после – снова они и т.д.
2. В сумме с противником нужно вытягивать 4 палочки. Например, противник (подгруппа) взял 1 палочку, тогда вы должны взять 3 (1+3=4). Подгруппа взяла 2 палочки, тогда вы – тоже 2 (2+2=4). Если подгруппа взяла 3 палочки, вы берете 1 палочку (3+1=4). Математически это выражается так: если противник вытянул N палочек, вы должны вытянуть 4-N палочек.

Психологический смысл игры состоит в следующем:

Вы втягиваете ребят в игру (по аналогии – в принятии наркотиков), они начинают стремиться набрать как можно больше баллов (незаметно увеличивается доза наркотиков), но они все время проигрывают, т.к. вы знаете решение (наркотики – это «игра», в которой нельзя выиграть). В итоге, больше всего баллов набирают те, кто остановился намного раньше или вообще не играл (точно так же и с наркотиками: не пробуйте их и вы выиграете!).

Сложности для вас могут возникнуть тогда, когда ребята захотят вторыми вступить в игру. Постарайтесь все-таки и в этом случае остаться вторым. Если группа настаивает, скажите, что таковы правила, и напомните, что у группы всегда есть право вообще отказаться от игры.

Анализ упражнения. Если вы начинаете употреблять наркотики, то втягиваетесь в это дело незаметно, как втянулись сейчас в эту игру. Ваша задача была в этой игре вовремя остановиться.

**Упражнение «Аргументы отказа от пробы наркотиков».**

Цель: рассмотреть имеющийся у участников «арсенал» возможных аргументов отказа от предложения попробовать наркотик.

I этап. Каждый участник в течении 3-х минут должен записать на своем листочке 3-4 аргумента, которые могут помочь им в случае предложения попробовать наркотики, противостоять давлению и отстоять свою позицию.

II этап. После завершения времени участники пересаживаются так, чтобы 6 стульев стояли в ряд немного отдельно от общего круга. Желающие занимают места на отдельных стульях, дальше они будут играть активную роль.

Инструкция добровольцам: «Сейчас, по очереди вы будете предлагать соседу слева попробовать наркотик (роль наркотика играет карандаш). Когда дойдет очередь до последнего, он должен будет пересесть к первому. Уговаривать нужно будет в течение 40-50 секунд. Задача того, кому предлагают – отказаться от наркотика, используя придуманные ранее аргументы.

Группа не должна подсказывать добровольцам.

Анализ упражнения.

Сначала спросите у активных участников:

- Как вы себя чувствовали в роли предлагающего и отказывающегося?

- Тяжело было отказаться или нет?

- В реальной жизни тяжело отказывать друзьям или знакомым в какой-либо просьбе?

- Чьи аргументы понравились больше всего?

- Кто был более убедительным?

Спросите у наблюдателей:

- Чьи аргументы понравились больше всего?

- Кто был более убедительным?

- Какие аргументы могли бы предложить вы?

**Правила сопротивления уговорам.**

1. Сразу встаньте на свою позицию, не увиливайте и не придумывайте уважительных причин (если вы вступаете в дискуссию, пытаясь аргументировать свой отказ, вас легче сбить с толку, особенно если на вас пытаются давить малознакомые люди);
2. Отказ начинайте со слова «НЕТ»;
3. Повторяйте свое «НЕТ» вновь и вновь без объявления причин и без оправданий: «Нет! Это мое решение. Я не должен вам объяснять, почему НЕТ»;
4. Всегда следует повторять одну и ту же фразу отказа;
5. При усилении давления откажитесь продолжать разговор: «Я не хочу об этом больше говорить»;
6. Если давление продолжается, желательно покинуть эту компанию и это место.

**Упражнение-провокация «Подстава».**

Пояснение. Суть эксперимента состоит в том, чтобы показать, как легко можно попасть в неприятную историю, если ты столкнулся с наркотиками. Участники не должны догадываться, что «подготовка к упражнению» - это и есть само упражнение.

Инструкция. Ведущий берет шприц в руки и говорит: «Предположим, что вот здесь раствор наркотика». Просит кого-нибудь помочь: «Для подготовки к этому упражнению мне нужен один помощник. На, возьми и отойди в дальний угол комнаты. Держишь? Не уронишь? Хорошо держишь?». На ответ «да», отвечайте: «Пять лет тебе обеспечено в колонии общего режима за хранение наркотических средств». Когда все закончат шуметь: «Ну, давай сюда». Когда он начнет движение: «Еще несколько! Транспортировка наркотических веществ». Таким образом, можно «подставлять» сколько угодно раз. После упражнения положите шприц на стол, сказав: «Ну а теперь приступаем, наконец, к упражнению», попросите передать шприц. Чаще всего, автоматически, подросток передает, поймайте его за руку и скажите: «Я же только что все объяснила!».

Любые действия с наркотиками в нашей стране являются административно или уголовно наказуемыми, будь то:

- хранение;

- транспортировка;

- продажа;

- потребление;

- организация потребления;

- изготовление.

**Игра «Живая диаграмма»**

Цель упражнения – ввести в тему занятий и выяснить степень информированности участников по данной проблеме. Все участники выстраиваются в линию в центре помещения, не касаясь друг друга (это важно), и закрывают глаза. Ведущий формулирует ряд утверждений. Если участник согласен с утверждением, он делает шаг вперед, если не согласен – шаг назад, если не знает ответа – остается на месте. Надо максимально освободить пространство – убрать стулья и столы, чтобы участники не боялись двигаться с закрытыми глазами.

|  |  |
| --- | --- |
| **Утверждения** | **Правильный ответ** |
| ВИЧ и СПИД – это одно и тоже. | нет |
| ВИЧ можно заразиться, если пользоваться общей посудой с ВИЧ-инфицированным. | нет |
| По внешнему виду человека возможно определить, есть ли у него ВИЧ. | нет |
| Употребление инъекционных наркотиков – один из основных путей заражения ВИЧ. | да |
| ВИЧ передается через кровососущих насекомых. | нет |
| Если человек заразился ВИЧ, то тест сразу же покажет наличие вируса в его организме. | нет |
| Чтобы обезопасить себя, можно сделать прививку против ВИЧ. | нет |
| ВИЧ поддается полному излечению. | нет |

После завершения упражнения надо сказать несколько слов о ситуации с ВИЧ-инфекцией в вашем районе, привести конкретные факты.

**Упражнение «Игра с водой»**

Цель упражнения – показать, как быстро распространяется ВИЧ-инфекция, и донести до подростков, что здоровье человека во многом зависит от его поведения. Для проведения игры необходимы стаканчики с водой каждому участнику, крахмал и йод.

Важно! Ведущий готовит это упражнение еще до появления на тренинге участников. Перед началом упражнения все должно быть готово: все стаканчики стоят на столе, а в одном из них находится крахмал (важно, чтобы разбавленный крахмал не был виден и этот стакан ничем не отличался от других). Если у ведущего есть ассистент, то приготовить это упражнение можно непосредственно перед его началом, но в тайне от участников. Группа не знает, в каком стаканчике крахмал, а ведущий вообще не говорит, что стаканчики чем-то отличаются друг от друга.

Инструкция:

1. Сейчас каждый получит стаканчик с водой, которая символически обозначает кровь и другие жидкости человеческого организма, с которыми может передаваться ВИЧ.
2. Представьте, что жидкость в этом стаканчике – это жидкость в вашем организме. Давайте сейчас мысленно перенесемся в другую реальность и станем участниками вечеринки. А что люди делают на вечеринках? Отдыхают и общаются. На нашей вечеринке все чувствуют и ведут себя очень свободно и раскованно. Каждый может позволить себе все что угодно. Чем больше у вас контактов, тем прочнее ваше положение на этой вечеринке. Чтобы вы не чувствовали себя скованно, представьте не себя, а кого-нибудь другого и сыграйте этого человека. Главное – следовать правилам нашей вечеринки, раз вы на ней оказались.
3. Вы можете просто общаться друг с другом, а можете вступить в «сексуальный контакт» с кем-то из участников вечеринки. Контакт символизируется переливанием небольшого количества воды друг другу в стаканчики.

Во время упражнения можно включить дискотечную музыку. Через 3 минуты вечеринка заканчивается и все садятся со своими стаканчиками в круг. Ведущий говорит: «Дело в том, что один из участников вечеринки оказался ВИЧ-инфицированным (в его стаканчике находился крахмал). Кто готов пройти тест на ВИЧ-инфекцию?». Здесь ведущий должен объяснить, как важно знать, заражен ты или нет. Для тех, кто подошел со своим стаканчиком, ведущий проводит тест – капает в воду йод, и вода, в которой есть хоть немного крахмала, окрашивается в сине-фиолетовый цвет. Группа сразу увидит результат: крахмал был всего в одном стаканчике, а теперь – во многих.

Анализ упражнения:

- Что вы ощутили, когда увидели «зараженный стаканчик» с сине-фиолетовой водой?

- Что каждый мог сделать, чтобы этого не случилось?

- Какие у вас сейчас эмоции?

- Что необычного было в этой игре, а что показалось узнаваемым?

- Кто знает подобные вечеринки?

**Теория ВИЧ (мини-лекция)**

Содержание. ВИЧ и СПИД. Расшифровка аббревиатур.

**Упражнение «Разница между ВИЧ и СПИДом»**

Цель упражнения – объяснить участникам разницу между ВИЧ и СПИДом и научить их правильно употреблять эти аббревиатуры. Для этого упражнения необходим специальный плакат с расшифровкой аббревиатур «ВИЧ» и «СПИД».

**Упражнение-опрос «Жидкости организма человека»**

Цель упражнения – помочь группе понять и запомнить, в каких жидкостях организма может содержаться ВИЧ.

В получившемся списке жидкостей нужно подчеркнуть те, в которых ВИЧ может присутствовать в концентрации, достаточный для того, чтобы быть опасным для человека. Это: кровь, сперма, вагинальный секрет, грудное молоко. Далее необходимо рассказывать группе об основных путях передачи ВИЧ-инфекции и способах защиты.

**Упражнение «5 секунд»**

Цель упражнения – дать участникам почувствовать, как быстро и интенсивно эпидемия распространяется в мире. Все участники сидят в кругу. Ведущий засекает время и каждые 5 секунд просит встать одного человека из группы. Как только на стульях останутся сидеть 2-3 человека, он говорит команду «стоп». Ведущему лучше не пользоваться секундомером, а просто про себя считать от 1 до 5.

Инструкция. «Сейчас мы с вами сядем в круг. Когда я хлопну в ладоши, один из вас встанет и переместится за спинку своего стула. Вставать вы будете по кругу, но через одного человека. Упражнение продолжается до моей команды «стоп».

Анализ упражнения. Ведущий: «Насколько я понимаю, с момента начала прошло около одной минуты. Посмотрите, сколько вас стоит за спинкой стульев. Дело в том, что, по последним данным, каждые 5 секунд в мире один человек заражается ВИЧ-инфекцией. Причем не все вовремя узнают об этом и продолжают жить, не подозревая, что инфицированы. Мне хотелось, чтобы вы сами увидели, какими темпами развивается эпидемия. Но мы с вами можем не попасть в число зараженных, если будем осознавать степень риска различных ситуаций.

**Упражнение «Оценка степени риска»**

Цель упражнения – проинформировать группу о том, в каких ситуациях риск заражения ВИЧ может быть высоким, а в каких – низким. Для упражнения необходимо заранее приготовить карточки с ситуациями. Разместить в разных местах комнаты надписи «Высокий риск», Низкий риск», «Риска нет». Раздать участникам карточки с описанием ситуаций, они должны оценить степень риска в той или иной ситуации и прикрепить карточку под соответствующей надписью, аргументируя свое решение.

Информация для ведущего. Ситуации высокого риска, когда вирус может передаться непосредственно через кровь или при половом контакте. Ситуации низкого риска, которые представляют потенциальную опасность. Безопасные ситуации, при которых ВИЧ заразиться не возможно.

|  |  |
| --- | --- |
| **Жизненная ситуация**  (каждую ситуацию распечатать на отдельной карточке) | **Уровень**  **риска** |
| Сексуальный контакт без презерватива | Высокий |
| Сексуальный контакт с неправильным использованием презерватива | Высокий |
| Использование общего шприца для введения наркотика | Высокий |
| Использование общей посуды для смешивания и забора наркотика | Высокий |
| Сексуальный контакт в состоянии наркотического и алкогольного опьянения | Высокий |
| Использование нестерильных инструментов для нанесения татуировок | Высокий |
| Использования общей бритвы | Высокий |
| Переливание крови:  - с соблюдением правил сбора, хранения и транспортировки крови;  - без соблюдения правил сбора, хранения и транспортировки крови. | Низкий  Высокий |
| Различные косметические процедуры, нанесение татуировок,  пирсинг с соблюдением правил и в специальном салоне,  инъекции в лечебных заведениях | Низкий/  Нет  Нет |
| Сдача крови | Нет |
| Укусы насекомых | Нет |
| Укусы животных  Использование чужой зубной щетки | Нет  Нет |
| Использование общей посуды для приготовления пищи | Нет |
| Уход за больным СПИДом | Нет |
| Объятия с ВИЧ-инфицированным человеком | Нет |
| Дружеский поцелуй («в щечку») | Нет |
| Любовный поцелуй | Нет |
| Поездка в общественном транспорте с ВИЧ-инфицированным человеком | Нет |
| Посещение школы вместе с ВИЧ-инфицированным учеником | Нет |
| Посещение бассейна, бани, сауны вместе с ВИЧ-инфицированным человеком | Нет |
| Массаж | Нет |
| Касание одеждой | Нет |
| Рукопожатие | Нет |
| Использование общественных туалетных комнат | Нет |
| Питье из общественных питьевых источников | Нет |

Анализ упражнения:

- Просто или сложно было определить степень риска?

- Почему так важно уметь оценивать степень риска в отношении ВИЧ инфекции?

- Что дает нам это умение?

**Что такое тест на ВИЧ (мини-лекция)**

По внешним признакам невозможно определить, болен человек ВИЧ/СПИДом или нет. Диагноз можно поставить только с помощью специального исследования крови – теста на ВИЧ. Существуют три вида теста на ВИЧ: иммуноферментный анализ (ИФА), иммуноблот и полимеразная цепная реакция (ПЦР).

**Упражнение «Письмо из больницы»**

Цель упражнения – предоставить участникам возможность посмотреть на проблему ВИЧ/СПИДа глазами человека, живущего с ВИЧ/СПИДом (сокр. ЛЖВС – люди, живущие с ВИЧ/СПИДом). Упражнение также дает подросткам возможность выразить собственное отношение к проблеме и разобраться в своих чувствах.

Инструкция. Дайте группе прочитать письмо, не торопясь, обдумать его и попытаться сформулировать свои ощущения, мысли – и о самом письме, и том, кто его написал.

|  |
| --- |
| «Меня зовут Вадим, мне 19 лет, и у меня ВИЧ. Этот диагноз мне поставили 3 года назад. Это было очень тяжелое время: я боялся, винил себя за то, что произошло, чувствовал, что на моей жизни поставлен крест, не знал, как на мою беду будут реагировать мои близкие, друзья, незнакомые люди. За эти годы я научился жить со своей болезнью. Иногда мне кажется, что к ВИЧ можно привыкнуть, но на самом деле очень трудно привыкнуть к мысли, что смерть может настигнуть тебя еще молодым, что в любой момент ты можешь начать болеть и уже никогда не выздоровеешь. Становится еще тяжелее, когда уходят из жизни знакомые и друзья, страдавшие той же болезнью. И самое обидное – это видеть, что огромное количество людей не хочет понять, что они могли оказаться на нашем месте, и вместо поддержки мы видим страх или презрение. Тем дороже нам дружба тех, кто понимает, что такое ВИЧ, и знает, что мы такие же люди, как они, - со своими радостями и горестями.  Когда я понял, что болен ВИЧ, я хотел умереть. Но потом я сделал выбор. Я хочу продолжать свою жизнь и хочу бороться с болезнью. У меня есть друзья, любимое дело, мне важно и интересно все, что происходит вокруг, - все, что важно и интересно для моих сверстников. Когда меня попросили написать это письмо, я боялся, что не смогу сказать самое главное. А самое главное, наверное, вот что: риск заразиться этой болезнью не стоит никакого сиюминутного удовольствия. Я до сих пор не могу поверить, что один мой неосторожный поступок перевернул всю мою жизнь. Мне хочется думать, что сейчас люди знают о СПИДе гораздо больше, чем знал я, и стремятся защитить себя и своих близких, понимая, что ВИЧ-инфекция безразлична к нашему возрасту, сексуальной ориентации, социальному статусу. Это может случиться с каждым, если, конечно, мы это допустим.  СПИД-центр, 6-е отделение, Вадим». |

Комментарий: данное письмо лучше не вывешивать в качестве плаката, а зачитывать или раздать участникам группы на отдельных листках.

После этого обсудите письмо с группой:

- Как вы думаете, что чувствовал этот человек, когда писал письмо?

- Боитесь ли вы оказаться в его ситуации?

- Как проходит его день?

- Много ли у него друзей, кто они?

Нужно, чтобы каждый человек в группе понял, почувствовал эту ситуацию и осознал, какого отношения с его стороны заслуживают люди, живущие с ВИЧ/СПИДом (ЛЖВС).

Анализ упражнения:

- Трудно ли было читать это письмо?

- Изменилось ли что-нибудь в вас после прочтения этого письма?

- Какое теперь отношение у вас к ВИЧ-инфицированным?

**Упражнение «Те, кто»**

Пояснение. Выбирается один доброволец. Остальные ребята садятся в круг на стулья. Все сидят в кругу, кроме одного участника, он стоит в центре, для него стула нет.

Инструкция. Доброволец, стоящий в центре, должен будет произнести фразу: «Поменяйтесь, пожалуйста, местами те, кто…» и добавит какой-либо признак, например, «… кто пришел сегодня в джинсах». Те, у кого этот признак есть, должны будут поменяться местами, а наш доброволец должен занять любой из освободившихся стульев, пока они будут меняться местами. Соответственно, тот, кто останется без стула, становится новым водящим. Признаки могут быть различными: как внешними («у кого есть красный цвет в одежде», «у кого есть домашние животные»), так и отражающие черты личности («кто любит математику») или ваши действия («кто сегодня не завтракал»).

**Упражнение «Клубочек»**

Пояснение. Это упражнение из серии «прощальных». Для него необходимо приготовить клубок толстых ниток. Все ребята сидят к кругу на стульях.

Инструкция. Сейчас я обмотаю ниточку вокруг одного пальца левой руки и передам клубок тому, кому захочу, со словами: «Я желаю тебе… (и говорю, чего желаю)». Этот человек обматывает нитку вокруг любого своего пальца и кидает клубок тому, кому захочет, с этими же словами. И так далее… Единственное о чем я вас прошу: постарайтесь обращать внимание на тех, у кого клубочек еще не побывал, и бросьте его им. Я уверен(а): у вас найдется, что сказать этим людям.

Когда клубочек побывал у каждого по 1-2 раза, скажите: «Смотрите, как мы друг с другом переплелись! Просто какая-то паутина взаимоотношений! Но сейчас нам предстоит распутать ее. Распутывать будем точно так же – в обратном порядке: бросать клубок тому, кто раньше кинул нам и говорить ему ответное пожелание. Так мы и смотаем весь клубок обратно.

Анализ упражнения:

- Что вы чувствуете после стольких хороших слов?

**Упражнение «Черный и золотой стул»**

Пояснение. Это упражнение позволяет подросткам получить обратную связь от других участников группы. Для этого упражнения вам понадобятся два стула: один назовите «черным, другой – «золотым». Если у вас есть возможность, можно накрыть стулья соответствующей тканью – будет более эмоционально.

Инструкция. Если кто-то хочет получить обратную связь от других участников группы, то может сделать это прямо сейчас. Для этого здесь стоят вот эти два стула. Вот этот стул – «черный», а этот – «золотой».

1. Когда вы сядете на «черный» стул, вы услышите, что, по мнению других участников, вам необходимо изменить в себе, то, над чем вам нужно работать. На «черном» стуле вы получите «негативную» обратную связь. Но! Есть правило – «негатив» нужно давать в корректной форме: не критиковать, а предлагать пути для изменений.
2. Когда вы сядете на «золотой» стул, вы услышите, какой вы хороший и любимый.

Порядок выполнения упражнения следующий: сначала вы должны сесть на «черный» стул, а только потом – на «золотой». Садятся на стул, только те, кто хочет. Можно и не садиться. Но когда еще вам выпадет такая возможность – взглянуть на себя со стороны?

**Упражнение «Сбор чемоданов в дорогу»**

Пояснение. Данное упражнение перед итоговой рефлексией позволяет участникам осознать, что они получили на этих занятиях (новые знания, новые ощущения и эмоции, новые навыки). Все сидят в кругу.

Инструкция. Ведущий: «Ну вот, наши занятия по курсу «ЗОЖ» подошли к концу. Очень грустно, когда что-то заканчивается. Но мы с вами получили большой опыт, многое узнали, познакомились друг с другом поближе. В общем, каждый из нас что-то приобрел. И теперь, «собирая чемодан в дорогу», расскажите, что именно вы приобрели и берете с собой. Наши бесценные приобретения мы будем раскладывать по полочкам. Таких полочек будет 3:

- новые знания (я узнал),

- новые ощущения и эмоции (я почувствовал),

- новые навыки (я научился).

Мы сейчас будем собирать чемодан в 3 захода, то есть сделаем 3 круга.

*Заход первый.* Каждый по кругу, когда до него дойдет очередь, должен будет закончить предложение : «Я узнал (узнала) …» и назвать то самое важное, что вы узнали на тренингах (то, что запомнилось). А заканчиваем мы предложение так: «…, и эту информацию я беру с собой».

*Заход второй.* Теперь мы заканчиваем другое предложение: «Я впервые почувствовал(а) …».

*Заход третий.* Сейчас мы будем говорить о том, чему научились. Например: «Я научился говорить «Нет!» в ситуации, когда на меня давят. Это умение я беру с собой».

**Упражнение «Свеча»**

Пояснение. Итоговое упражнение. Достаточно эмоциональное. Ведущий участвует вместе со всеми.

Инструкция. Ведущий: «Давайте теперь сделаем самое последнее упражнение. Чтобы погрузиться в воспоминания о наших занятиях, я сейчас выключу свет и зажгу вот эту свечу в стакане. Мы будем сегодня передавать именно ее. Последнее упражнение последнего занятия… Что вы в связи с этим чувствуете? Давайте вспомним нашу первую встречу. Что вы ощущали, когда в первый раз пришли в группу? Какие у вас были первые впечатления об остальных участниках, обо мне, о том, что мы будем делать на наших занятиях? Изменили ли вы впечатления за время наших занятий? Каковы они сейчас?».

Итоговый вывод ведущего: в качестве последнего вывода расскажите о своем впечатлении от группы, от каждого участника и от курса, который вы провели. Когда рефлексия закончится, потушите свечу, накрыв стакан чем-нибудь металлическим, но оставив видным сам стакан. Пусть она сама потухнет. Когда свеча потухнет, скажите: «Наш курс ЗОЖ подошел к завершению. Благодарю всех за проделанную работу и желаю удачи!».

Приложение 4

**Дидактический материал для раздела «Человек и общество»**

***«Культура поведения и общения»***

**Игра "Слабое звено"**

Для проведения игры участники делятся на две команды. Каждая команда имеет капитана, который в случае неправильного ответа игроком может за него дать свой вариант ответа, и, если ответ правильный, он засчитывается команде. Ведущий имеет право предложить не только дать правильный ответ, но и показать, как, например, надо подавать ножик или подавать пальто даме, как здороваться за руку и т.д.

Команды садятся за стол друг против друга. Ведущий по очереди каждому члену команды задает по одному вопросу. За каждый правильный ответ ответивший получает карамельку. Если ни член команды, ни её капитан не смогли правильно ответить на вопрос ведущего, на этот вопрос имеет право ответить любой член команды противников (кто первый поднял руку) или капитан команды противников. Очередность ответа команд определяется по жребию.

В конце игры участники и ведущий определяют - подсчитывают по числу заработанных карамелек - личное и командное первенство. Команда - победительница получает дополнительный приз (например, бутылку «Фанты»). Игроки, занявшие 1 и 2 места, – дополнительно шоколадки (фрукты, мороженое, игрушки и пр.)

Вопросы для проведения игры выбираются в зависимости от возраста участников. Они могут дополняться другими вопросами или новыми разделами (поведение в театре и кино, на дискотеке, правила для пешеходов и т.д.) Игра может проводиться как в масштабах одного класса, так и между классами. На брейн-ринг можно вызвать воспитанников другого интерната или школы. Можно приглашать в качестве болельщиков учащихся младших классов, и в таком случае ведущий должен предусмотреть вопросы и награды и для них.

Перед игрой участники должны заранее прослушать один - два раза вопросы и ответы, которые будут задаваться на ринге.

|  |  |
| --- | --- |
| **1 тур *Поведение на улице*** | |
| **Вопрос** | **Ответ** |
| 1. Выходя из дому, что следует сделать? | Осмотреть свой костюм от прически до обуви - всё ли в порядке и проверить, взяты ли все необходимые вещи: проездной, деньги, документы |
| 2. Какое главное правило поведения на улице? | Не доставлять неудобств и неприятностей окружающим: не толкаться, не идти против движения, не курить, не ходить большой компанией, не бросать мусор |
| 3.Какое главное правило личной безопасности на улице? | Соблюдать правила дорожного движения и не привлекать к себе внимание окружающих |
| 4. Прилично ли в общественных местах говорить громко? | Нет, нехорошо привлекать к себе внимание |
| 5. Вы чувствуете, что чихнете. Ваши действия? | Прикрыть рот и нос платком (ладонью). Чихнув, извинения не просить |
| 6. Если вы встретились с друзьями на оживленной улице и хотите поговорить. Что надо сделать? | Отойти в сторонку |
| 7. Вы назначили встречу. Как на неё прийти - раньше или чуть позже назначенного времени? | Надо приходить точно в назначенное время «Точность - вежливость королей» |
| 8. Если вам на улице потребовалось обратиться к прохожему с вопросом. Что вы будете делать? | Извиниться, чётко сформулировать вопрос и поблагодарить |
| 9. Если к вам на улице обратились с вопросом. Ваши действия? | Отвечать вежливо, коротко и ясно. Если не знаете ответа – извинитесь |
| 10. Если у вас тяжелые вещи, как вы их будете нести? | Так, чтобы не мешать идущим навстречу, т.е. держать их в правой руке и идти от всех справа, даже от женщины |
| 11. Идя по улице, куда вы денете обертки от конфет или другой мусор? | В урну или в карман |
| 12. Прилично ли на улице курить? | Нет |
| 13. Прилично ли идя по улице, что-то есть? | Нет. Надо отойти в сторонку или присесть в открытом кафе. Недопустимо входить в транспорт с мороженым |
| 14.Чтобы разойтись с идущим вам навстречу человеком, куда вы свернете - влево или вправо? | Вправо должен свернуть каждый из идущих навстречу друг другу |
| **2 тур *Знакомство*** | |
| 1. При знакомстве кто представляется раньше (младший или старший по возрасту)? | Младший по возрасту |
| 2. Кто первым протягивает руку при знакомстве и приветствии: мужчина или женщина, младший или старший? | Женщина и старший по возрасту |
| 3.Прилично ли обращаться к малознакомому человеку на «ты»? | Надо говорить «Вы» |
| 4. Какими словами люди всего мира приветствуют друг друга? | Здравствуйте, добрый день, привет и т.д. |
| 5. Какими жестами сопровождается приветствие? | Рукопожатие, кивок, поклон, поднятие руки |
| 6. В чем заключается смысл древнего обычая подавать для приветствия правую руку? | Чтобы показать, что в руке нет оружия |
| 7. Каким должно быть рукопожатие? | Коротким, уверенным, и не слишком крепким |
| 8. Какие главные правила этикета при ведении разговора? | Уметь не только говорить, но и слушать собеседника. Не разговаривать громко, не перебивать и подчеркивать свое уважение к собеседнику |
| 9. Встретились два человека: старший и младший. Кто первый должен поздороваться? | Младший здоровается первым, а руку подает старший (или женщина) |
| 10. Если в школе встретили незнакомых взрослых людей, должны ли вы с ними здороваться? | Да, это признак хорошего тона (воспитания) |
| **3 тур *Телефонные разговоры*** | |
| 1. В какое время прилично звонить по телефону? | С 9 утра до 22 часов вечера |
| 2. С чего следует начинать разговор по телефону? | Поздороваться, назвать себя, и, если не застали нужного человека, попросить передать ему сообщение |
| 3. Если во время разговора телефон случайно отключился, кто перезванивает? | Тот, кто звонил |
| 4. Если на 5-6 сигнал телефон не отвечает, что надо делать? | Положить трубку. Учитывая возможность неверных соединений - перезвонить |
| 5. Каких трех чудодейственных слов часто не хватает в нашей речи, в том числе и по телефону? | Извините, пожалуйста, спасибо |
| 6. Находясь в гостях вам необходимо позвонить. Ваши действия? | Спросить разрешения у хозяина |
| 7. Каким должен быть разговор по телефону? | Кратким, спокойным и вежливым |
| **4 тур *Общественный транспорт*** | |
| 1. Правила посадки в общественный транспорт | Посадка производится после остановки транспорта и выхода пассажиров |
| 2. Кто оплачивает за проезд- мужчина или женщина? | Как правило, платит каждый сам за себя. Мужчина может оплатить за проезд с согласия женщины |
| 3. Можно ли стоять у дверей на протяжении нескольких остановок? | Войдя, надо пройти внутрь салона, а перед нужной остановкой пройти к выходу |
| 4. Какое значение имеют символы, нарисованные на окнах пассажирского транспорта? | Это места для пассажиров с детьми и инвалидов. Их лучше не занимать и при необходимости уступить место пожилым, инвалидам и пассажирам с детьми |
| 5.Как надо себя вести, если вам уступили место? | Поблагодарить, даже если вы от него отказались |
| 6. Чего не следует делать в транспорте? | Толкаться, громко разговаривать, петь, причесываться, бегать, заходить в грязной одежде или с мороженым, курить, нецензурно выражаться |
| 7. Что вы будете делать, войдя в купе поезда или в каюту судна, где уже разместились ваши попутчики? | Поздороваться, найти свое место, указанное в билете и сообщить остальным, что это место ваше |
| 8. Если вам необходимо поставить вещи, а полка или ящик заняты - что делать? | Вежливо предложить хозяевам вещей переложить их |
| 9. Если ваш багаж не входит в отведенное для него место? | Попросить разрешения у соседей занять еще часть другой полки и поблагодарить |
| 10. Как вы поступите, если вы голодны и у вас есть чем перекусить в дороге? | Без стеснения, соблюдая аккуратность. После еды привести стол в порядок |
| 11. Если ваши соседи по купе едят, а вам надо постелить постель, что вы сделаете? | Подождать, пока они поедят |
| 12. Если вам надо переодеться, что вы сделаете? | Вежливо попросить соседей ненадолго выйти |
| **5 тур *В гости (приглашаем гостей)*** | |
| 1. Как лучше приходить в гости: раньше или позже назначенного времени? | Лучше немного раньше |
| 2. Сколько времени хозяева ждут опоздавших? | 15 минут, и, если у них все готово - приглашают к столу |
| 3. Кто открывает дверь гостям? | Как правило, хозяин |
| 4. Что должен делать хозяин, принимающий гостей? | Помочь снять верхнюю одежду, познакомить гостей друг с другом, определить каждому место за столом, вести беседу |
| 5. Кто приглашает гостей к столу? | Хозяева |
| 6. Кто садится первыми за стол? | Дамы. Мужчины должны отодвинуть им стулья |
| 7. Как следует сидеть за столом? | Прямо, слегка опираясь на спинку стула |
| 8. Допустимо ли класть локти на стол? | Нет |
| 9. Как пользоваться салфетками, если в сервировке стола были использованы бумажные и полотняные? | Полотняную салфетку положить на колени, а бумажными вытирать рот и руки |
| 10. Куда деть полотняную салфетку после еды? | Положить на стол |
| 11. Что делать, если нож или вилка упали на пол? | Попросить у хозяев другой прибор |
| 12. Как держать нож и вилку во время еды? | Правой рукой держать нож, левой рукой - вилку |
| 13. Как передать нож или вилку? | Передавая ручкой и держа прибор за середину |
| 14. Как положить нож и вилку после еды? | Положить на тарелку параллельно друг другу ручками к себе или вправо |
| 15. Как взять прибор или кушанье с другого конца стола? | Попросить соседа, чтобы передали необходимое |
| 16. Как положить приборы на тарелке, если еда временно прерывается? | На бортик тарелки, ручками на стол, как держали |
| 17. Если вы взяли в рот кушанье, которое вам не понравилось, что делать? | Проглотить, но доедать все не обязательно |
| 18. Что делать, если вы обожгли рот очень горячим блюдом или напитком? | Быстро запить водой, налив в свой бокал (стакан) |
| 19. Сколько следует класть в свою тарелку того или иного блюда? | Лучше - понемножку (если понравится - можно и добавить) |
| 20. Прилично ли хозяевам заканчивать свое блюдо первым, особенно если это - последнее блюдо? | Надо подождать, пока все гости закончат еду |
| 21. Прилично ли хозяйке все время находиться на кухне, когда у нее гости? | Нет. Надо заранее предусмотреть все или договориться с кем-то о помощи |
| 22. Что говорят гости хозяевам, расставаясь? | Благодарят за вкусное угощение, приятно проведенное время, приглашают к себе |
| 23. Что делают хозяева сразу после ухода гостей? | Моют посуду, проветривают помещения, замачивают холодной водой грязные скатерти |
| 24. Если вас пригласили в гости, о чем следует заранее позаботиться? | О своем внешнем виде, подарке, вспомнить интересный анекдот или случай, взять фотоаппарат |
| 25. Если вы пригласили к себе гостей, о чем следует позаботиться заранее | Навести порядок в доме, приготовить угощение и продумать развлекательную программу для гостей |
| 26. Что говорят хозяева гостям, расставаясь? | Спасибо, что пришли. Очень рады встрече |
| 27. Надо ли здороваться со всеми гостями, если вы намного опоздали в гости? | В таком случае здороваются только с хозяевами и просят прощение за опоздание |
| 28. Почему нельзя разговаривать с набитым ртом? | Можно подавиться или обрызгать соседей |
| 29.Куда девать косточки из компота? | Выплюнуть на чайную ложечку, поднеся её ко рту, и положить на блюдце |
| 30. Почему нельзя есть с ножа? | Можно поранить рот (плохой тон) |
| 31. Какие места за столом являются почетными для гостей? | Справа или слева от хозяев |
| 32. С кого начинают подавать блюда на стол? | С дамы, сидящей справа от хозяев |
| 33. Если блюдо вам не нравится или вредно, можно ли отказаться его брать? | Отказаться, не объясняя причин «Спасибо, мне не надо» |
| 34. Если справа и слева от тарелки несколько приборов, которые брать? | Для каждого блюда могут быть предусмотрены вилка и нож. Надо брать прибор, лежащий ближе к тарелке |
| 35. Какой кусок брать с общего блюда? | Кусок, который лежит ближе к вам |
| 36. Если в солонке нет ложечки - как вы возьмете из нее соль? | На кончик своего ножа. Он должен быть сухим и чистым |
| 37. Вас попросили передать кусочек хлеба - как вы это сделаете? | Лучше передать все блюдо с хлебом |
| 38. Если вам надо уйти из гостей пораньше, как вы это сделаете? | Постараться уйти незаметно, извинившись и попрощавшись только с хозяевами |
| 39. Когда должны уходить гости? | Неприлично уходить сразу после выхода из-за стола. Засиживаться до глубокой ночи - тоже, особенно если в доме маленькие дети |
| 40. Как должны вести себя хозяева, принимая гостей? | Создать атмосферу дружелюбия и хорошее настроение, каждому уделять внимание, не говорить о болезнях и др. неприятных вещах, не смотреть телевизор и не говорить по телефону |
| 41. Какие действия считаются неприличными за столом? | Чавканье, причмокивание, нельзя дуть на горячую пищу, откусывать большие куски, говорить с набитым ртом, шуметь и нецензурно выражаться |
| **6 тур *В театре и кино*** | |
| 1. За сколько минут до начала спектакля или сеанса следует приходить? | За 10-15 минут, чтобы раздеться и спокойно найти свои места в зале |
| 2. Главные правила поведения в театре | Не сорить, не портить имущество, не шуметь и не мешать другим зрителям |
| 3. Как вам пройти к своему месту, если вы пришли позже других? | Проходить вдоль кресел к своему месту нужно лицом к зрителям, шепотом извиняясь за беспокойство |
| 4. Прилично ли в конце действия кричать артистам «Браво!», «БИС», кидать в них цветы | Да. Но кидать что-либо на сцену не надо, цветы лучше вручить самому |
| 5. Что такое «БИС»? | Это просьба повторить понравившийся номер |
| 6. Прилично ли в антракте сразу вскакивать со своего места и мчаться в буфет или туалет, наступая на ноги сидящих в ряду зрителей? | Лучше несколько минут поблагодарить артистов аплодисментами и подождать, пока из ряда выйдут люди, сидящие ближе к проходу |
| 7. Что нужно сделать до начала сеанса или спектакля? | Отключить свой мобильный телефон |
| **7 тур *Искусство благодарить и делать подарки*** | |
| 1. В каких случаях и кому принято делать подарки? | В день рождения, на общенародные праздники, свадьбы, новоселье и.т.д. Родственникам, друзьям или хорошим знакомым. Своим подарком вы подчеркиваете свою любовь и внимание к дорогим вам людям |
| 2. Что лучше преподнести в качестве подарка? | Надо заранее изучить вкусы и интересы того, кому вы хотите сделать подарок. Если нет средств на дорогой подарок, то даже самодельная открытка с теплыми пожеланиями, шоколадка, игрушка, живой цветок порадуют друга |
| 3. Можно ли дарить животных в качестве подарка? | Только если заранее оговорить эту затею с именинником и со старшими в семье |
| 4. Как принимать подарки от гостей? | Воспитанный человек развернет подарок в присутствии дарителя, похвалит и поблагодарит с улыбкой. Невежливо отложить подарок в сторону, даже не развернув его. Бурно выражать благодарность за дорогой подарок в присутствии гостей, явившихся с более скромными подарками, невежливо |
| 5. Можно ли передаривать не нужный или непонравившийся вам подарок? | Передаривать подарки - плохой тон. |

*В Игру могут быть включены и другие аспекты правильного поведения в социуме, Таким образом можно учить и проверять знания различных правил.*

**Тест-игра «С тобой приятно общаться»**

**Педагог:** Умеем ли мы общаться, лучше всего знают те, с кем мы общаемся. Вам приходится постоянно общаться со своими сверстниками. Давайте проверим, какие вы в общении.

*Для этого детям раздаются небольшие листочки для записи (количество листочков равно числу человек в группе), на которых они пишут соответствующие баллы для каждого ребенка . Расшифровка баллов написана на доске:*

+2- с тобой очень приятно общаться;

+1- ты не самый общительный человек;

0-не знаю, я мало с тобой общаюсь;

-1 - с тобой иногда неприятно общаться;

-2 - с тобой очень тяжело общаться.

Каждый листочек складывается, и на обороте пишется имя того, кому предназначена записка. Все записки собираются в коробку, и педагог раздает их «адресатам», предупреждая, что подсчет баллов нужно сделать каждому самостоятельно после занятия.

**Педагог:** Если результаты вам не нравятся, то не огорчайтесь, а лучше вспомните, что все зависит от вас самих. Если мы не знаем, как общаться с другими, то мы несчастны. Научиться общению можно, но для этого необходимо желание. Нужно постигать искусство общения и работать над собой. Будем вместе учиться общению.

А сейчас выполните такое задание. Напишите на одном листочке : «Я хочу, чтобы со мной обращались ласково и нежно», на другом листочке напишите: «Я хочу, чтобы со мной обращались строго и требовательно». Сдайте мне тот листочек, на котором написан приемлемый для вас вариант общения.

В заключение педагог сообщает, какое общение выбрали большинство участников.

**Сюжетно-ролевая игра«День рождение**»

Дети выбирают роли и оговаривают характеристики своих персонажей. Затем раздаются карточки с названием ролей (именинник, помощник именинника, всезнайка, недовольный, забияка).

Выбираются три-четыре человека - эксперты, которые будут оценивать поведение героев. Как правило, во время игры стоит шум и неразбериха (этого и нужно добиться выразительным исполнением), поэтому по сигналу ведущего (колокольчик) нужно остановиться.

**Обсуждение игры проводится с помощью вопросов:**

Получился ли праздник?

Кто главная персона на празднике?

Нужно ли постоянно уделять внимание имениннику?

Может ли внимание к имениннику привести к зазнайству? (Нет, так как день рождения бывает один раз в году.)

Что нужно сделать, чтобы всем было хорошо?

**Педагог:** Подумайте, что было бы, если бы правила этикета не выполнялись (в магазине, школе, больнице и т. д.)?

Педагог показывает книгу об этикете, кратко раскрывает основные правила этикета.

**Игра «Обмен приветствиями»**

Все дети встают в два круга лицом друг к другу. Педагог дает задание: поприветствовать друг друга только глазами, только головой, только руками, только словами.

*Работа по карточкам.*

**Педагог раздает карточки с заданиями – ситуациями:**

«Поздоровайся, когда…

* ты заходишь утром в столовую;
* заходишь утром в класс, где уже находятся несколько ребят и учительница;
* встречаешь одноклассника` с незнакомым ровесником;
* одноклассника с его родителями;
* встречаешься с воспитателем из другой группы;
* встречаешь знакомого, с которым уже здоровался;
* при выходе из детского дома илишколы встречаешь кого-то из знакомых первый раз за день»

Участники разыгрывают ситуации, написанные на карточках (партнера можно выбрать по своему усмотрению). После каждого проигрывания происходит обсуждение. В конце игры подводятся итоги. Педагог задает вопросы для обсуждения: какие приветствия вы чаще всего используете и почему? Правильно ли то, что первым здоровается тот, кто лучше воспитан?

***«Полезная экономика»***

**Игра«Магазин счастья»**

Участник в роли покупателя входит в «зал покупок», где на столе разложены «товары» - карточки, на которых написаны названия различных предметов: гитара, теннисная ракетка, шоколад «Сникерс», жевательная резинка, магнитофон, фотоаппарат, футбольный мяч, велосипед, золотая цепочка, собрание сочинений А.П. Чехова, джинсы, кроссовки и т. п. «Продавец» предлагает «покупателю» выбрать одну покупку, благодарит за приобретенную вещь и просит пройти в «зал размышлений», где (стоят 2-3 стула) можно присесть и подумать о плате за товар.

На оборотной стороне каждой карточки-«товара» указана «цена»: «Папе еще год придется ходить в старой куртке»; «Маме придется считать каждую копейку»; «Редко сможете видеть больного друга»; «Бабушка не сможет заменить старые поломанные очки»; «Теперь будет о чем поговорить; «Вам будет завидовать сосед, и у вас могут испортиться с ним отношения». Таким образом, «покупатель» ставится перед выбором, от которого зависят обстоятельства его дальнейшей жизни, затрагивается система его социально-психологических отношений, и он оказывается в роли субъекта выбора.

Приняв решение, «покупатель» переходит в «зал возврата покупок» и говорит «Продавцу»: «Я покупаю» или «Я возвращаю покупку». «Продавец» пытается повлиять на решение «покупателя». Участники игры должны приобрести умение принять решение и обосновать его.

**Игра «Бизнес-Клуб»**

**Оформление:** один плакат с заповедями бизнесмена:

* *Чтобы что – то получить нужно что – то дать*
* *Все зависит только от меня самого*
* *Удача сопутствует образованным*
* *Не жалей усилий для налаживания контактов и связей*
* *Умей схватить ценные идеи*
* *Хочешь преуспеть — рискуй*
* *Держи слово*
* *Будь весел*

Второй плакат с советами будущему коммерсанту:

* *Работай равномерно*
* *Засыпая, думай о том, что будет завтра*
* *Береги здоровье*
* *Не терзайся из-за неудач, будь весел*
* *Завтра все будет иначе ... и ты проснешься боссом*

**Реквизит:** столики для команд, стулья по количеству участников, письменные принадлежности на каждом столике; магнитофон, микрофон;

Третий плакат с названиями предприятий:

* *Частное предприятие «Иванов и К»*
* *АО закрытого типа «Ломстроймаш»*
* *Смешанное товарищество «Иркутск - интур»*
* *Потребительское общество «Рога и копыта»*
* *Детективное агентство «Три богатыря»*
* *Кредитно-финансовое учреждение «Время — деньги»*
* *Малое многопрофильное предприятие «Колумб»*

В игре участвуют 2-3 команды по 5 человек.

**Ход игры**

**Ведущий.** Дамы и господа! Мы рады вас приветствовать на экономической игре «Бизнес-клуб»! И сегодня мы будем учиться делать бизнес. Чем только не одаривает бизнес тех, кто взялся за него с единственной целью — заработать. А вы знаете, что означает слово «бизнес»? (Бизнес — хозяйственная деятельность, дело, приносящее доход или дающая другую выгоду.)  
Бизнесмен как бы включается в азартную игру с огромным количеством хитроумнейших комбинаций, неожиданных ходов, тонких расчетов. Он входит в зону риска и приключений, где смелость нужна не меньше, чем доскональное знание конъюнктуры рынка.  
Поиграем в бизнесменов. За нашей игрой будет наблюдать комиссия. Представьте, что вы стоите на пороге создания своего предприятия. Что прежде всего надо сделать? *(Подобрать кадры.)*

1. Представление команд.

Используются материалы домашней заготовки. Желательно, чтобы использовались характеристики на участников команд. *Пример:* Иванов Сергей — скорпион. Натура яркая, с богатым воображением. От первоначального капитала в виде наследства не отказался бы, но считает, что реальнее всего достичь своими усилиями. Увлекается футболом, мечтает стать директором крупного предприятия.

**Ведущий.** Одна из заповедей бизнесмена гласит: «Удача сопутствует образованным». Было время, когда можно было стать Генри Фордом, окончив начальную школу. Но сегодня настоящий коммерсант — это высокообразованный специалист.

2. Конкурс «Знание экономических терминов»

Каждая команда должна объяснить значение трех терминов.

* Что такое инвестиция? (Имущественные и интеллектуальные ценности, вкладываемые в объекты предпринимательской и другой деятельности.)
* Что означает словосочетание «фондовая биржа»? (Организационный рынок по купле-продаже ценных бумаг.)
* Как вы понимаете профессию брокера-посредника? (Человек, содействующий совершению сделок между продавцом и покупателем.)
* Что такое вексель? (Ценная бумага, содержащая безусловное денежное обязательство об уплате определенной суммы в определенный срок.)
* Что такое «маркетинг»? (Комплексная система мероприятий по управлению производственно-сбытовой деятельностью, основанная на изучении рынка с целью максимального удовлетворения потребностей покупателей.)
* Консорциум. Как вы это себе представляете? (Соглашение нескольких банков или крупных предприятий о совместном осуществлении определенных операций.)
* Аукцион. Что это? (Продажа с публичного торга, способ продажи товаров на основе конкурса покупателей.)
* Что такое «трастовая компания»? (Компания, выполняющая доверительные функции для частных лиц и организаций.)
* Что означает слово «дивиденд»? (Доход, прибыль, получаемые владельцем акций по результатам деятельности акционерного общества.)
* Ноу-хау. Что это? (Научно-технические, коммерческие и другие сведения, которые дают определенные преимущества предприятию или лицу, их получившему.)
* Как вы понимаете слово «лицензия»? (Официальное разрешение на торговлю, на проведение операций.)
* Что такое «эмбарго»? (Запрещение ввоза в страну и вывоза из нее товаров и валюты.)

**Ведущий.** Теперь мы знаем почти все необходимое, чтобы открыть свое предприятие. Слово комиссии для оглашения результатов 1-го конкурса.

3. Конкурс «Свое дело»

**Ведущий.** Перед вами плакат с названиями предприятий. Вам необходимо выбрать одно из них и определить тот вид деятельности, которым вы будете заниматься, обосновать свой выбор и объяснить, как собираетесь работать, нужно ли, по вашему мнению, предприятие нашему району, городу. Время работы — 3 минуты.

**Ведущий.** Молодцы! И смекалки и юмора вам не занимать. Фирма создана. Для полного успеха не хватает только рекламы своей фирмы и продукции.

4. Конкурс «Придумай логотип своей фирмы и рекламный слоган»

Подводятся итоги всех конкурсов и объявляется команда, победившая в игре «Бизнес-клуб»

***«Торговля»***

**Игра «Купи-продай»**

В начале игры выбирается ведущий. Его роль заключается в том, чтобы наблюдать за действиями участников и подводить итоги в конце игры. Остальные участники делятся на две команды. Первая команда-это «Продавцы», вторая команда «Покупатели». Каждый продавец получает от ведущего определенное задание, он должен продать какие-то определенные продукты. Это может быть что угодно - хлеб, сахар, молоко.

Каждый «Покупатель» получает определенное количество денег. Он должен, приобрести какой - либо продукт, при этом желательно за самую низкую цену.

Смысл игры в том, что когда начинается «торговля», каждый «Продавец» старается предельно завысить цену, а задача «Покупателя» - эту цену сбить. По ходу игры могут происходить различные диалоги, показывающие умение «Покупателя» торговаться. Например, он может спрашивать о различных продуктах, сомневаться в их качестве. «Продавец» должен давать предельно краткую и вместе с тем понятную информацию. Если он не сможет этого сделать, ему придется снижать цену.

Правила игры запрещают «Продавцам» самовольно менять ассортимент своего товара. Ведущий внимательно наблюдает за ходом игры. При необходимости он может сам что-нибудь «купить», у какого - либо «Продавца».

Ведущий оценивает действия каждого «Продавца», присуждает ему определенное количество очков. Оцениваются самые разные параметры: умение рекламировать свой «товар», громкий и четкий голос, доброжелательная информация. Одним словом, важны все качества, которые пригодились бы настоящему продавцу.

После того как кто - либо из «Продавцов» успеет освободиться от своего товара, команды меняются ролями. Теперь «Продавцы» становятся «Покупателями», и игра продолжается. В конце игры подводятся итоги. Ведущий выбирает того «Продавца», который набрал максимальное количество очков. Он и станет победителем в этой игре. Его можно наградить призом, остальные игроки также получают какие - либо призы, пусть даже и шуточные.

Кроме того, ведущий может оценивать также действия «Покупателей». Прежде всего, оценивается умение торговаться, заинтересованность «покупателя» в качестве товара, умение задавать вопросы. Таким образом, в конце игры кто-то получит звание «Лучшего продавца», а кто-то - «Лучшего покупателя».

**Игра «Мебельный магазин»**

В начале игры выбирается ведущий. Ему поручается следить за ходом игры, наблюдать за действиями участников. В конце ему предстоит подвести итоги. Из игроков выбирается несколько детей, их число может варьироваться в зависимости от общего количества участников, а также от степени размаха игры.

Два-три или четыре человека будут «Продавцами», остальные «Покупателями» Сценарий игры следующий: события разворачиваются в мебельном салоне, где каждый может купить какой - либо предмет интерьера. Задача «Продавцов» - заинтересовать «Покупателей», чтобы за самый короткий срок была распродана вся мебель.

Заранее ведущий оговаривает с участниками игры, какие именно предметы можно считать «мебелью». Это могут быть самые обыкновенные стулья или любые предметы, находящиеся в комнате. Когда начинается игра, каждый «Покупатель» подробно расспрашивает «Продавцов» о мебели в салоне. При этом следует оговориться, что цена на «мебель» назначается ведущим, и «Продавец» не имеет права ее повышать. А снижать цену он обязан в случае, если у него долгое время никто из «Покупателей» ничего не берет.

Каждый «Покупатель» имеет право обратиться к разным «Продавцам» и «купить мебель» у того, кто лучше остальных выполняет свои обязанности. Например, лучшим по праву считается тот, кто умеет заинтересовать окружающих в достоинствах выбранной вещи. «Покупатель» должен стараться предельно снизить цену. Если ему это не удается, он имеет право отказаться от покупки.

Ведущий может обговорить c участниками игры, выполняющими роль «Продавцов», следующее условие: если три раза «Покупатель» отказался купить что-нибудь, значит нужно снижать цену. Желательно, чтобы сами покупатели не знали об этих условиях, иначе они будут целенаправленно отказываться от покупки.

В игре должно быть вполне определенное условие и для «Покупателя». Он не может отказаться от покупки, если получил от продавца ответы на свои вопросы. То есть, задачей «Покупателей» остается найти различные каверзные вопросы, чтобы поставить «Продавца» в тупик. Вопросы самые разные, например, о качестве мебели, о ее долговечности, прочности, о производителе и о том, как за ней следует ухаживать. Разумеется, «Продавец» обязан рассказать обо всем. Все зависит от фантазии продавца и от его умения импровизировать по ходу игры. К тому же, «Продавец» не должен быть робким, ведь ему, возможно, придется отбиваться от назойливых «Покупателей».

Итак, «Покупатели» по ходу игры беседуют с каждым «Продавцом». И покупают что-либо только у того, кто старается максимально соответствовать избранной роли.

Ведущий внимательно следит за ходом игры, каждый «Продавец» и «Покупатель» получают определенное количество очков. По ходу действия игроки меняются местами, «Покупатели» становятся «Продавцами», и наоборот. В конце игры ведущий подводит итоги.

Можно выбрать самого лучшего «Продавца» и самого активного «покупателя». При этом должны быть соблюдены определенные условия, а именно - «Продавец» должен суметь быстро продать свой товар, а «Покупатель» - купить по максимально низкой цене.

**Игра «Книжный магазин»**

Для этой игры нужно взять несколько самых разных книг. Это необходимый реквизит для магазина. Перед началом игры выбирается ведущий, которому предстоит исполнять роль судьи, оценивать действия каждого игрока, чтобы впоследствии подвести итоги. Сначала «Продавцом» становится один из участников игры, его задача - продать как можно больше книг, находящихся в «магазине».

Каждый участник игры располагает определенной суммой денег. Все условия игры заранее обговариваются с ведущим, именно он и называет цену каждой книги, а также распоряжается, сколько «денег» будет на руках у каждого «покупателя». Игра проходит по следующему сценарию: один из «покупателей» подходит к «продавцу» и начинает расспрашивать его о разных книгах. В данной игре задача «Продавца» - подробно рассказать о той или иной книге, чтобы заинтересовать «Покупателя». «Покупатель» может задавать любые вопросы, даже самые каверзные вопросы. «Продавец» обязан на ходу сориентироваться, чтобы немедленно придумать ответ.

Ведущий внимательно наблюдает за игрой, он сам может «купить» что-нибудь, чтобы получить возможность задать какой-то вопрос «Продавцу». По ходу игры ведущий назначает «Продавцу» определенное количество очков. Игра продолжается до тех пор, пока каждый игрок не попробует себя в роли «Продавца». Каждому «Продавцу» ведущий назначает определенное количество очков. В конце игры можно подвести итоги. «Продавец», набравший больше очков, становится победителем.

**Игра «Купи ягоды»**

В начале игры выбирается ведущий. Он исполняет роль судьи, следит за ходом игры и подводит итоги. Для этой игры нужны обыкновенные весы или безмен. «Продавать» можно все, что угодно: ягоды, яблоки или другие фрукты. Сценарий игры следующий: «Покупатель» приходит на базар, просит взвесить ему какое-то количество ягод и фруктов. Заранее с ведущим каждый «Покупатель» договаривается, какой именно суммой он располагает.

Задача «Продавца» предельно повысить цену на свой товар, «Покупатель» же, наоборот, намерен предельно снизить её. При этом «Покупатель» должен внимательно следить, не обманывает ли его «Продавец», требуя деньги за меньшее количество товара. Игра продолжается, пока каждый участник не попробует себя в роли «Продавца». Ведущий внимательно наблюдает за действиями каждого из участников. Все «Продавцы» получают по определенному количеству очков. Ведущий оценивает все их действия, в том числе и умение, обманывать «Покупателей». Чем больше покупателей «Продавец» обведет вокруг пальца, тем больше очков он получит.

Таким же точно образом ведущий оценивает действия «Покупателей». Если «Покупатель» не смог распознать обман «Продавца», значит он получит меньше очков.

**Игра «Купи дом»**

В начале игры выбирается ведущий. Его обязанность - наблюдать за ходом игры, чтобы подвести в конце ее итоги. Сначала один игрок попробует роль «Риэлтора», то есть «Продавца недвижимости». Остальные становятся «Покупателями», желающими приобрести дом или квартиру.

Задача «Продавца»- подробно объяснить преимущества разных домов, квартир, обстоятельно ответить на вопросы «Покупателей» о качестве коммуникаций, происхождении стройматериалов, их производителях.

Ведущий внимательно следит за ходом игры, оценивает действия «Продавца», а именно - его уверенность в себе, мастерство в рекламировании своих услуг и ведении разговора с «Покупателями». Игра продолжается до тех пор, пока каждый игрок не попробует себя в роли «Риэлтора». В конце игры подводятся итоги - победителем является тот, кто набирает больше очков.

***«Средства связи»***

**Игра «Телефонный разговор»**

**Ход занятия**

Педагог задает вопросы для обсуждения:

* Для чего придуман телефон?
* Всегда ли люди его используют по назначению?
* Какие вы знаете правила ведения телефонных разговоров?

1. Игра***«Поговорим».***Участники разбиваются на пары. Им раздаются карточки с заданиями. Один звонит по телефону, другой отвечает на звонок. Все остальные участники оценивают, правильно ли построена беседа по телефону.

Задания:

* вы звоните в «скорую помощь» (назовите номер) и вызываете врача
* вы звоните в пожарную охрану (при пожаре)
* вы звоните однокласснику и спрашиваете домашнее задание
* вам звонят и ошибаются номером
* вы звоните воспитателю домой
* вам звонят

Обсуждение проводится после каждого проигрывания. Обязательные для обсуждения вопросы:

* В какое время принято звонить?
* Как здороваться по телефону?
* Как принимать звонок и начинать ответ?
* В чем разница между деловыми звонками и личными?
* Кто первый заканчивает разговор?
* Сколько по времени могут длиться телефонные разговоры?
* Как и когда использовать при телефонных разговорах слова «извините», «пожалуйста», «спасибо».

Подведение итогов

Педагог задает вопросы для обсуждения:

* Узнали ли вы что-то новое для себя?
* Нужно ли ограничивать время ведения телефонных разговоров и почему?
* Как проще общаться: по телефону или непосредственно при встрече?

***«Транспорт»***

***Занятие «Ты вышел на улицу»***

Оборудование:макет светофора, дорожные знаки.

**Ведущий.** Ребята, сегодня мы поговорим с вами о том, что особенного - перейти улицу, выйти из трамвая, троллейбуса, автобуса или войти в них.

Однако, по данным сводок 2004 год, на дорогах России погибло 35 тыс. человек. Это население небольшого города.

На занятии вы узнаете немало интересного о языке улиц и дорог, правилах поведения на улице и в общественном транспорте и о многом другом.

**Ход занятия**

**Ученик.** Дорожная история, дорожный язык, тот, на котором «говорят» все улицы, научат вас смелости, помогут не убегать от автомобилей, а спокойно проходить мимо них, зная, что они не тронутся, пока вы переходите дорогу. Ведь только грамотные пешеходы могут чувствовать себя на дороге в относительной безопасности.

**Ученик.** Старинная поговорка гласит: «Все дороги в Рим». И действительно все дороги когда-то скрещивались в Риме.

На центральной площади этой великой столицы древности стоял позолоченный камень. Отсюда, от этого камня, и отсчитывались все расстояния.

Но почему же от него? Может быть, все дороги вели как раз не в Рим, а из Рима? Это, пожалуй, вернее.

Задолго до того как к золотому камню потянулись караваны с богатствами, награбленными в разных странах, от него во все четыре стороны отправлялись строем вооруженные до зубов римские легионы. Это была непобедимая армия. К тому времени она завоевала Египет, Сирию, Галлию, Британию……….

Римские солдаты сами прокладывали себе путь – военные дороги, без которых самое умелое войско становится бессильным.

**Ученик.** Эти древние дороги, созданные руками римских солдат и рабов, прошли испытания временем, прослужив ни много ни мало две тысячи лет.

Римляне строили прочно – так прочно, что их дороги сравнивали со стенами, которые сейчас можно увидеть в той же Италии, Китае, во Франции, на берегах Дуная. Они и сейчас выглядят так, как будто только вчера прошел здесь тяжеловооруженный легионер с огромным щитом и большим мечом.

В основание дороги римские строители закладывали два слоя камней, соединяя их известковым раствором. Поверх, снова на раствор, клали слой камней-голышей, величиной с кулак. Потом шел слой из голышей поменьше, с орех. И наконец сверху весь этот «пирог» покрывали щебнем.

Один ученый подсчитал, что дороги римлян протянулись на семьдесят тысяч километров.

**Ученик.** Заложив Петербург, Петр I сразу уже проявил заботу об улицах. Прокладка каждой новой улицы утверждалась им лично. Сперва это были всего лишь просеки. Даже главная улица – Невская перспектива - была только просекой от Адмиралтейства к Новгородской дороге. Прошло 7 лет – начались работы по мощению. Мостить было нечем – не было камня. В 1714 году Петр издаёт «Указ о привозе на речных судах и сухим путём возах, приезжающих в Санкт-Петербург, по определенному числу диких камней». В указе точно оговорено, какое судно сколько должно везти камней. Этот указ действовал больше 60 лет. Может быть, многим это и не нравилось, но камень в Петербург везли. Без него просто не пускали в город.

**Ученик.** В старину, когда посёлок от посёлка разделяли сотни верст, а кругом расстилались степи или шумели дремучие леса, путники для защиты от зверья и разбойников брали с собой в дорогу оружие и щиты. Бывало, встретятся два человека и, уступая друг другу дорогу, каждый берет чуть правее. Так было безопасней: левую сторону тела защищал щит и её было не так рискованно подставить незнакомцу.

Когда по дорогам и улицам помчались сани, дрожки, кареты (а потом и машины), люди решили: пусть весь транспорт движется по правой стороне. Правда, на земном шаре есть страны, где принято левостороннее движение (Англия, Япония и др.)

**Ученица.** Первое путешествие в России автомобиль совершил из Москвы в Петербург. На весь путь ушло 3 дня.

**Ученик.** Расстояние между населенными пунктами издавна принято считать от почты до почты. Все, кто выезжал из Москвы, начинали «отмерять версты» у Мясницких ворот (здание Главпочтамта).

**Ведущий.** У дорог и улиц есть строгие законы. Законы эти требуют безукоризненного знания дорожного языка, улиц, перекрёстков, площадей.

**Ученик.** А как выйдет на улицу безграмотный пешеход? Дорога говорит ему что-то, перекрёсток «предупреждает» о чем-то, улица «кричит» о какой-то опасности, а пешеход, не зная языка дорог, идет себе беспечно. Потому что он дорожного знака не понимает, сигнала на перекрестке не видит, об опасности на улице не слышит.

**Ученик.** Незнание дорожного языка очень опасно. Случается, за такую безграмотность пешеход расплачивается жизнью.

А для того чтобы этого никогда не случилось ни с кем из вас, надо обязательно изучать дорожный язык. Когда человек учится читать, ему показывают буквы. Из букв складывают слова, из слов – целые предложения.

У дорожного языка есть свои буквы – знаки. Но их не нужно складывать в слова. Один знак, одна дорожная буква обозначает целую фразу – дорожный сигнал.

**Ведущий.** Мы, конечно, не будем изучать все дорожные знаки, а познакомимся с самыми необходимыми.

**Ученица.** Самый главный дорожный знак – светофор. Прежде всего, пешеход глядит на него. Строго смотрит он своими тремя глазами:

Красный – «Стой! Путь закрыт!»

Желтый – «Внимание!»

Зеленый – «Иди! Путь открыт»

**Ученица.** Почему светофор называют именно так, а не иначе? Слово это составлено из двух частей: «Свет» и «Фор». Ну, «свет» и есть «свет». А «фор»?

Слово «фор» произошло от греческого «Форос», что обозначает «носитель света», «несущий свет».

**Ученик.** *(выходит с макетом светофора).*

Почему для светофора были выбраны три цвета: красный, желтый, зеленый? Для запрещающего сигнала красный цвет взяли потому, что он хорошо виден и днем и ночью. Такой сигнал не меняет цвета даже в тумане.

Зеленый виден несколько хуже, но зато в спектре цветов он стоит далеко от красного и его нельзя с ним спутать.

**Ученица.** Светофоры существовали еще тогда, когда автомобилей и в помине не было. Светофору исполнилось 133 года. За это время они прошли несколько этапов развития.

*Мальчик с большим макетом светофора читает о нем стихотворение.*

А я Светофор, Светофорыч,

Машинам я друг с юных лет.

Им хочется скоро лететь через город-

Даю им зеленый свет!

А если взгляну построже,

Машинам проезда нет!

Зато переход открываю прохожим-

Даю им зеленый свет!

**Ученик.** И пешеходы, и водители должны разбираться в дорожных знаках.

Вот знаки в красных кружочках, они как бы сигналят красным светом: «Стоянка запрещена», «пешеходное движение запрещено», «велосипедное движение запрещено», «Движение запрещено». Недаром эти знаки называются **запрещающими.** (Выходят дети и в руках держат эти знаки.)

**Ученик.** А знаки, которые нарисованы в желтых треугольниках, сигналят желтым цветом, предупреждая: «Осторожно – впереди железнодорожный переезд», «Осторожно – скользкая дорога», «Осторожно – ремонтные работы», «Прочие опасности».

Эти знаки называются предупреждающими.

*(выходит следующая группа детей с этими знаками.)*

**Ученица.** Еще одна группа знаков **предписывает** «Здесьможно ехать на автомобиле, а здесь на велосипеде, здесь дорожка для пешеходов». *(Выходит группа детей с этими знаками.)*

Есть знаки, указывающие, где можно отдохнуть, где находится место стоянки, где можно пообедать, где окажут медицинскую помощь, откуда можно позвонить и т.д. Их так и называют – **указательными.** *(Выходит группа детей с такими знаками, и все вместе читают стихотворение.)*

Мы знаки дорожные,

Запомнить несложно,

Что каждый из нас

Говорит:

А здесь поворот,

А здесь наоборот

Проезд закрыт!

Чтоб машины не спешили,

Шел спокойно пешеход,

Помогать мы им решили:

Мы дежурим круглый год.

Самый малый знак

Дорожный,

Он стоит не просто так.

Будьте, будьте осторожны

Уважайте каждый знак.

**Ведущий.** Может, кто-то захочет спросить, зачем ему эти знаки, если он не водитель. А ведь они, знаки, помогут и внимательному пешеходу, укажут ему, где скользкая дорога, где железнодорожный переезд, чтобы он был внимателен. Каждому, кто отправляется на велосипедную прогулку, необходимо знать дорожный знак, запрещающий ехать велосипедам.

Занятие наше продолжается, и мы начинаем разговор о знаках, которые заботятся исключительно о пешеходах.

**Ученик.** Знакиэти не развешиваются вдоль улиц, не мигают, как светофор, этими знаками разметили дороги, по которым ходят люди. Это линии разметки.

**Ученица.** Несется по дороге поток машин. Светофор подмигнул пешеходам зеленым глазом: «Идите», - и словно мост перекинулся через улицу, преградил путь потоку машин. И уже не страшен он пешеходу, смело может шагать он по пешеходному переходу.

**Ученик.** А это что за полосатая дорожка? Для чего ее расстелили поперек улицы? Тоже для пешеходов. Светофора здесь нет. Но водитель еще издали заметит такую «зебру», убавит скорость, притормозит.

**Ведущий.** Итак, мы ознакомились с историей улиц и дорог, с дорожными знаками, а теперь перечислим правила поведения для пешеходов и узнаем, какие обязанности у инспекторов ГИБДД.

***Правила для пешеходов*** *(ученики называют по очереди).*

* 1. Не мусори на тротуарах, это может привести к несчастному случаю.
  2. Если навстречу идет девочка или старший - посторонись и дай дорогу.
  3. Если рядом поскользнулся прохожий – поддержи его под руку. Если он упадет – помоги подняться.
  4. Садясь в трамвай или автобус, пропусти первым в двери своего спутника или спутницу.
  5. Если подойдет старик, старушка или женщина с маленьким ребенком – пропусти их вперед.
  6. Мальчику выходить из троллейбуса или автобуса лучше первым, чтобы дать руку и помочь спуститься женщине с ребенком, старушке или девочке.
  7. Пробираясь к выходу из вагона, не расталкивай стоящих впереди и не подталкивай их в спину. Пользуйся не руками, а голосом. Это и вернее, и вежливее.
  8. При переходе улицы, если светофора на этом месте нет, то входя на проезжую часть, посмотри сперва налево – не приближается ли какая-нибудь машина. А дойдя до середины улицы, посмотри направо – не идет ли машина оттуда.
  9. Не перебегай улицу перед движущимся транспортом. Это опасно. Обожди, пока он остановится или проедет.
  10. Переходи улицу только у перекрестка, а также там, где есть знак «ПЕРЕХОД» или широкие поперечные полосы на мостовой, и только тогда, когда на светофоре загорятся зеленый свет с изображением идущего человека или на указателе слово «ИДИТЕ». Существует несколько видов переходов, а именно: **наземный, подземный, надземный.**

**Ученик.** Вы знаете, конечно, человека, который может одним движением руки остановить поток прохожих и пропустить грузовики. Это сотрудник автомобильной инспекции (ГИБДД) – инспектор ГИБДД. Слово ГИБДД расшифровывается так: Государственная инспекция безопасности дорожного движения.

**Ученица.** В холодное время года одет он в теплый непромокаемый кожаный костюм, на голове защитный шлем. Еще у инспекторов ГИБДД есть жилет (лимонного цвета) со светоотражающими полосами для лучшей видимости ночью. И на нем надпись ДПС, т.е. дорожно-патрульная служба. А главное – полосатые нарукавники, полосатый пояс и полосатый жезл. Полоски эти непростые. Они отражают свет и в темноте светятся, потому что покрыты мельчайшими частицами стекла или полистрола.

**Ученик.** Любой водитель поэтому видит ночью инспектора. У инспектора есть радиотелефон, который позволяет ему разговаривать с соседним или дальним постовым, с патрульной машиной.

Машина ГИБДД оснащена еще лучше. У нее есть все, чтобы слышать и видеть на дороге лучше всех: радиостанция, громкоговоритель, желтые противотуманные фары, мощная фара-искатель, поворачивающаяся в любую сторону.

Есть радиолокатор, поставленный внутри машины, который определяет скорость любого автомобиля.

Инспектор через микрофон останавливает любого нарушителя: и водителя, и пешехода. На дороге ему обязаны все подчиняться, ведь здесь он самый главный человек. Он командир движения.

Есть у машины ГИБДД проблесковый маячок. Его, как и сирену, инспектор включает в исключительных случаях. В распоряжении инспекторов ГИБДД специальные автомобили, мотоциклы и даже вертолеты.

*В заключении слово предоставляется инспектору ГИБДД.*

**Игра « Трамвайчик»**

Необходимо объяснить, что этот вид транспорта в часы «пик» бывает очень загружен, поэтому в него трудно сесть. Для проведения игры вся группа выстраивается в колонну по 3 человека. Ребята берутся за руки и не пропускают опоздавшего и желающего попасть в уходящий трамвай пассажира.

**Задание.** «Пассажир», испытывающий чувство отторжения коллективом. Должен прорваться, преодолев препятствия и заслон, которые встречаются на его пути. Делается это с помощью разных средств: просьбы. Корректного физического действия, взгляда, приказа, хитрости. Важно, чтобы его пропустили или он волевым усилием проник к желаемой цели.

**Результат.** Играющие испытывают чувство сплоченности, а первая победа дает участнику, играющему роль пассажира, психологическое удовлетворение и уверенность в том, что он может при помощи коллектива достичь личного успеха.

***ИТОГОВОЕ ЗАНЯТИЕ***

**Викторина**

1. Что такое этикет?

2. Золотое правило бизнеса?

3. Какие существуют средства и виды связи?

4. В каких ситуациях используются местоимения «ты» и «вы»?

5. Основные правила поведения на улице и в общественных местах?

6. В чём разница использования полотняных и бумажных салфеток?

7. Какие платежи необходимо делать ежемесячно?

8. Чем отличается письмо от телеграммы?

9. Нужен ли страховой медицинский полис и для чего?

10. Что едят вилкой, а что ложкой?

11. У вас мобильный телефон, где он будет помехой?

12. Одинаковы ли правила обхода транспортных средств (трамвай, автобус, троллейбус, маршрутное такси)?

13. На какие торжества необходимо приглашение?

14. Есть ли разница между килограммом и литром мёда?

15. Назовите телефоны вызова экстренных служб?

16. Можно ли дарить животных?

17. В какой одежде лучше всего посещать театр?

18. Назовите пословицы и поговорки, относящиеся к теме «Человек и общество»? Объясните их значение.

Приложение 5

**Дидактический материал к разделу «Я и закон»**

Цель : повышение правовой грамотности выпускников из числа детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей, создание условий для социальной адаптации обучающихся, интеграции в современное общество через знание своих гражданских обязанностей и умение пользоваться своими правами; формирование основ правовой культуры.

Задачи:

- актуализировать знания об основных нормативных правовых актах, регулирующих права и обязанности граждан;

- воспитывать уважительное отношение к закону;

- формировать правосознание, понимание необходимости соблюдения закона и неотвратимости наказания за его нарушение;

- развивать умения представлять и отстаивать свои права в государственных и иных учреждениях, в повседневной жизни;

- помочь осознать, что знание своих прав и умение их реализовывать помогает стать человеку более успешным в жизни

Тематический план

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **№ темы** | **Название темы** | **Количество часов** | | |
| **всего** | **теория** | **практика** |
| 1 | Государство и право. | 2 | 1 | 1 |
| 2 | Гражданское право. Гражданское процессуальное право. | 2 | 1 | 1 |
| 3 | Жилищные права граждан РФ. | 2 | 1 | 1 |
| 4 | Трудовое право. | 2 | 1 | 1 |
| 5 | Семейное право. | 2 | 1 | 1 |
| 6 | Уголовное право. | 2 | 1 | 1 |
| 7 | Административное право. | 2 | 1 | 1 |
| 8 | Уголовное процессуальное право. Система судов РФ. | 2 | 1 | 1 |

Основное содержание курса

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **№ п/п** | **Тема** | **Содержание** | **Цель, задачи** | **Умения, навыки** |
| 1. | Государство и право. (2ч.) | 1час:  -право и государство, неразрывная взаимосвязь этих политико-правовых явлений;  -Конституция РФ-Основной Закон государства;  -система органов государственной власти и местного самоуправления в РФ;  -что такое право (понятие, основные признаки);  -основные конституционные права и обязаности человека в РФ.  2час:  -«А как думаешь ты?» (Обсуждение ситуации);  -упражнение «Данетка»;  -игра «Испорченный телефон»;  -работа с казусами (решение задач с использованием дидактического материала в виде карточек с текстами казусов) | -познакомить с Конституцией РФ;  -сформировать понятие о государстве и праве, форме правления и государственного устройства РФ, законодательной, исполнительной, судебной власти в РФ;  - закрепить знание конституционных прав и обязанностей граждан РФ;  -способствовать формированию знаний о значении свободы слова для развития личности, общества и государства;  -развивать навыки социально успешного поведения. | -умение пользоваться текстом Конституции РФ, выделять личные, политические, социальные, экономические права граждан, применять их в определенных ситуациях;  -умение самостоятельно мыслить, грамотно излагать и отстаивать свое мнение. |
| 2. | Гражданское право. Гражданское процессуальное право. (2ч.) | 1час:  -структура Гражданского Кодекса РФ;  -правоспособность и дееспособность несовершеннолетних;  -эмансипация как способ приобретения несовершеннолетним полной дееспособности;  -собственность и имущественные отношения;  -имущественные права и ответственность несовершеннолетних;  -защита гражданских прав несовершеннолетних;  -Гражданский Процессуальный Кодекс как источник гражданского процессуального права;  -виды гражданского судопроизводства (понятие, особенности);  -лица, участвующие в деле (понятие, характеристика).  2час:  -игра «Меню» (ответы на вопросы с использованием дидактического материала в виде карточек с извлечениями из законов РФ о право-, дееспособности);  -игра «Пирамида правовой активности»;  - создание памяток по подготовке пакета документов для регистрации гражданина в качестве частного предпринимателя; заявления, обращения в суд, орган опеки и попечительства. | -познакомить с Гражданским Кодексом РФ;  -формировать знания и убеждения о необходимости подчинения регуляторам личных (гражданских) прав и свобод, навыки законопослушного поведения;  -раскрыть содержание юридических терминов: правоспособность, дееспособность;  -разъяснить, как возможно реализовать свое право на осуществление предпринимательской деятельности. | -умение пользоваться текстами Гражданского Кодекса РФ, Гражданского Процессуального Кодекса РФ;  -умение подготовить пакет документов для регистрации гражданина в качестве частного предпринимателя;  -умение составить заявление, обращение в орган опеки и попечительства или иные органы власти о защите имущественных и иных прав. |
| 3. | Жилищные права граждан РФ. (2ч.) | 1час:  -положения Жилищного Кодекса РФ;  -порядок получения жилой площади;  -договор найма жилого помещения, права несовершеннолетних членов семьи нанимателя жилого помещения;  -распоряжение квартирой: купля-продажа, аренда, дарение, обмен (принудительный обмен), выселение;  -дополнительные гарантии прав на жилое помещение для несовершеннолетних из числа детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей;  -сохранение жилой площади за временно отсутствующими воспитанниками государственных учреждений;  -куда можно обратиться гражданину в случае нарушения его жилищных прав.  2час:  - конкурс-викторина «Жилье мое»;  -создание памяток по составлению договоров, заявлений;  -задание «Ошибка» | -познакомить с Жилищным Кодексом РФ;  -разъяснить вопросы жилищного права, касающиеся несовершеннолетних, дополнительные гарантии прав на жилое помещение для несовершеннолетних из числа детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей;  -сформировать представление о договоре найма жилого помещения, купли-продажи, аренды, дарения;  об основных правах и обязанностях нанимателей и собственников жилья; познакомить с понятиями «наниматель», «собственник», «ордер»;  -дать представление о жилищных организациях, об их деятельности и услугах, о тех сотрудниках, с которыми будут взаимодействовать в самостоятельной жизни;  -информировать о том, куда можно обратиться гражданину в случае нарушения его жилищных прав. | -умение обращаться с текстом Жилищного Кодекса РФ, ориентироваться в нем, находить нужные статьи;  -умение составить договор о безвозмездном пользовании жилым помещением;  -умение подготовить заявление о найме жилого помещения;  -умение подготовить пакет документов к осуществлению сделок с жильем. |
| 4 | Трудовое право.  (2ч.) | 1час:  -положения Конституции РФ, Трудового Кодекса РФ о праве на труд и его реализации;  -лица, имеющие статус безработных (выплата пособий, трудоустройство через Центр занятости населения);  -трудовые права несовершеннолетних;  -трудовой договор;  -особенности регулирования труда работников в возрасте до18лет;  -гарантии и компенсации работникам, совмещающим работу с обучением;  -способы защиты трудовых прав работников;  -трудовая дисциплина: понятие и методы обеспечения;  -дисциплинарная ответственность за нарушение трудовой дисциплины.  2час:  -экскурсия в Центр занятости населения (либо задание «Визит в Центр занятости населения»);  -экскурсия в отдел кадров предприятия (либо ролевая игра «Устройство на работу»);  -создание памяток, содержащих сведения о перечне документов для предъявления в Центр занятости населения, при устройстве на работу;  -упражнение «Выражаем свое мнение» | -познакомить с текстом Трудового Кодекса РФ;  -научить формировать пакет документов, необходимых для обращения в Центр занятости населения;  -разъяснить порядок заключения и расторжения трудового договора, его основные положения;  -раскрыть дополнительные гарантии реализации права на труд работников в возрасте до 18лет;  -сформировать понятия о трудовой дисциплине, ее значении, методах обеспечения, о дисциплинарной ответственности и основаниях наступления, о дисциплинарных взысканиях, видах и порядке их наложения. | -умение пользоваться Трудовым Кодексом РФ, находить нужные статьи;  -умение подготовить пакет документов, необходимых для обращения в Центр занятости населения, ориентироваться в данном учреждении, правильно обратиться к нужным специалистам;  -умение применять знания о трудовых правах и гарантиях несовершеннолетним в жизни;  -умение вести себя, быть дисциплинированным на рабочем месте. |
| 5 | Семейное право.  (2ч.) | 1час:  -знакомство с Семейным Кодексом РФ, его разделами и главами;  -правовые основы семейно-брачных отношений;  -права ребенка (право жить и воспитываться в семье; право на общение с родителями и родственниками; право на имя, отчество, фамилию, их изменение и т.д.);  -формы воспитания детей, оставшихся без попечения родителей;  -условия, порядок заключения и расторжения брака; брачный возраст;  -основные права беременных и матерей.  2час:  -упражнение незаконченных предложений «Мои права»;  -диспут «Все начинается с семьи, все пробуждается с семьею…» (обсуждение фильма «Мачеха» после коллективного просмотра накануне занятия);  -задачи для обсуждения, затрагивающие вопросы семейного права. | -познакомить с Семейным Кодексом РФ, его разделами и графами;  -разъяснить, кто является ребенком в соответствии с российским законодательством;  -информировать о правах детей, в том числе оставшихся без попечения родителей, находящихся в соответствующих учреждениях, переданных под опеку, на воспитание в приемную семью;  -сформировать понятие о формах устройства детей, оставшихся без попечения родителей;  -раскрыть условия и порядок заключения брака;  -создать представление об основных правах беременных и матерей. | -умение пользоваться Семейным Кодексом РФ, находить нужные статьи;  -умение применять знания о своих правах в жизни, защищать их;  -умение обратиться в государственные органы по поводу регистрации брака, расторжения брака, взыскания алиментов на содержание детей и других вопросов, связанных с семейно-брачными отношениями. |
| 6 | Уголовное право.  (2ч.) | 1час:  -Общее знакомство со структурой Уголовного Кодекса РФ;  -преступление как наиболее опасное правонарушение;  -виды преступлений;  -понятие, виды уголовных наказаний;  -основания освобождения от уголовной ответственности;  -особенности уголовной ответственности несовершеннолетних.  2час:  -диспут «Преступление и наказание»;  -пресс-конференция «Преступление и наказание»;  -игра «Меню». | -Познакомить с Уголовным Кодексом РФ;  -раскрыть понятие «преступление», его отличие от административного правонарушения;  -ознакомить с видами преступлений;  -сформировать понятие об уголовных наказаниях, их видах;  -разъяснить особенности уголовной ответственности несовершеннолетних;  -учить пониманию необходимости регулировать свое поведение и нести за свои поступки правовую ответственность, подвести к осознанию регулятивной, предупредительной и карательной функций правовых норм. | -Умение пользоваться Уголовным Кодексом РФ, находить нужные статьи;  -умение отличать правонарушение и преступление;  -умение определять вид преступления;  -умение анализировать и регулировать свое поведение, понимать правовую ответственность. |
| 7 | Административное право.  (2ч.) | 1час:  -Знакомство с Кодексом об административных правонарушениях РФ;  -понятие административного правонарушения;  -виды административных правонарушений;  -административная ответственность несовершеннолетних;  -понятие административного взыскания; цели и виды административных взысканий;  -порядок составления протоколов об административных правонарушениях;  -права и обязанности правонарушителя;  -порядок рассмотрения дел об административных правонарушениях;  -административные правонарушения, рассматриваемые комиссией по делам несовершеннолетних;  -порядок и сроки обжалования постановления по делу об административном правонарушении.  2час:  -правовая игра «Знаете ли вы закон?»;  -работа по созданию памятки о видах административных взысканий;  -ролевая игра «Управление транспортным средством водителем, находящимся в состоянии алкогольного опьянения», «Потребление наркотических веществ в общественном месте» (задержание, составление протокола об административном правонарушении) | -Познакомить со структурой Кодекса об административных правонарушениях РФ;  -раскрыть понятия административного правонарушения, административного взыскания, цели и виды взысканий;  -научить определять вид административного правонарушения;  -разъяснить административную ответственность несовершеннолетних;  -информировать о порядках составления протоколов и рассмотрения дел об административных правонарушениях;  -сформировать понимание прав и обязанностей правонарушителя, порядка и сроков обжалования постановления по делу об административном правонарушении;  -закрепить понимание видов юридической ответственности (уголовная и административная);  -работать над умением определять, когда наступает юридическая ответственность, а когда-моральная;  -посредством проведения ролевой игры обратить внимание на важность соблюдения правил культуры речи (взыскания могут быть различными благодаря умело проведенному диалогу);  -обучить составлению протокола об административном правонарушении. | -Умение пользоваться Кодексом об административном правонарушении, находить нужные статьи;  -умение распознавать признаки административного правонарушения и уголовного преступления;  -умение определять виды административных правонарушений и взысканий;  -умение оформить протокол об административном правонарушении, сделать правильные записи правонарушителя в нем;  -умение защитить свои права (правонарушителя);  -умение определять, когда наступает юридическая и моральная ответственность;  -умение грамотно, четко выражать свои мысли, строить диалог с представителями власти. |
| 8 | Уголовное процессуальное право. Система судов в РФ. (2ч.) | 1час:  -Знакомство с Уголовным процессуальным Кодексом РФ;  -стадии уголовного процесса;  -участники процесса (понятие, классификация, характеристика);  -обязательное участие защитника; отказ от защитника;  -доказательства в уголовном процессе;  -порядок допроса несовершеннолетнего потерпевшего, свидетеля;  -производство по уголовным делам в отношении несовершеннолетних.  2час:  -Занятие в тренинговом режиме «Закон и мы»;  -Экскурсия «Знакомство с УВД»;  -ролевая игра «В зале судебного заседания»;  -создание памятки «Если у тебя возникли проблемы с правоохранительными органами». | -Познакомить с Уголовным процессуальным Кодексом РФ;  -создать представление о стадиях уголовного процесса;  -дать понятие и характеристику участников процесса;  -рассказать об обязательном участии защитника, что предполагает отказ от защитника;  -раскрыть роль доказательств в уголовном процессе;  -сформировать понимание порядка допроса несовершеннолетних;  -разъяснить особенности производства по уголовным делам в отношении несовершеннолетних;  -учить представлять доказательства в разных жизненных ситуациях, уметь отстаивать свою точку зрения. | -Умение пользоваться Уголовным процессуальным Кодексом РФ, находить нужные статьи;  -умение определить роль участников в уголовном процессе;  -умение вести себя в процессе в качестве потерпевшего, свидетеля, подсудимого;  -умение представлять доказательства, отстаивать свою точку зрения. |

Приложение 6

**Дидактический материал к разделу «Я и мое будущее»**

***Упражнение «Допиши слово»***

Учащимся предлагается написать ряд слов, начинающихся с приставки «само-» (самоопределение, самоуважение т.д.)

- Объясните, в чём сходство этих понятий?

***Упражнение «Лестница»***

1. Учащимся предлагается составить лестницу самых значимых событий их жизни, начиная с того времени, как они начали себя осознавать.

2. Затем учащимся предлагается «подняться по лестнице» - определив, главные события своей жизни в будущем.

3. После определения главных событий жизни ребята объясняют, какие качества им будут необходимы для продвижения по лестнице жизни.

**Завышенная:**

**-** переоценка своих данных

- эгоистичность

- чувство превосходства

- пренебрежение мнением других

**Правильная (адекватная):**

- знание себя

- правильное отношение к другим

:

**Самооценка Заниженная**

-недооценка своих возможностей

-неуверенность

-чувство тревоги

***Упражнение «Самооценка своих представлений о себе»***

Оцените знания о себе по пятибалльной системе (5 ставится за отличное знание о себе, 1 – при отсутствии этого знания). Общий средний балл будет характеризовать, насколько вы себя знаете.

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Я знаю свои физические данные | 5 | 4 | 3 | 2 | 1 | не знаю |
| Я знаю своё здоровье | 5 | 4 | 3 | 2 | 1 | не знаю |
| Я знаю себя | 5 | 4 | 3 | 2 | 1 | не знаю |
| Я знаю особенности своих органов чувств | 5 | 4 | 3 | 2 | 1 | не знаю |
| Я знаю свои способности (к чему я способен) | 5 | 4 | 3 | 2 | 1 | не знаю |
| Я знаю вои потребности (чего мне хочется) | 5 | 4 | 3 | 2 | 1 | не знаю |
| Я знаю свой характер | 5 | 4 | 3 | 2 | 1 | не знаю |
| Я представляю особенности своего ума | 5 | 4 | 3 | 2 | 1 | не представляю |
| Я знаю, какая у меня память | 5 | 4 | 3 | 2 | 1 | не знаю |
| Я знаю особенности своего поведения | 5 | 4 | 3 | 2 | 1 | не знаю |
| Я веду личный дневник | 5 | 4 | 3 | 2 | 1 | не веду |

Насколько, по-вашему, объективны результаты анкет?

***Игра «Алфавит»***

На доске написан русский алфавит. Учащимся предлагается найти слова – прилагательные на каждую букву алфавита, которые могут послужить их характеристикой. Главная задача – найти как можно больше слов на каждую букву алфавита и оценить себя объективно.

Затем ребята должны подсчитать, каких слов в характеристике больше – положительных или отрицательных.

По желанию ребята могут зачитать свои характеристики и обсудить их.

***Профориентационная игра «Коллаж из достоинств»***

*Первый вариант* – учащимся предлагается сделать коллаж из собственных достоинств, отвечая себе вопрос: «Что я умею делать лучше всего?» Для этого нужно вырезать из старых журналов картинки и заголовки, которые могут стать иллюстрацией достоинств.

*Второй вариант –* рассказ о людях, которых учащиеся считают достойными людьми. Это могут быть фотографии людей, коллажи, рассказы о них.

Выполнение этого задания необходимо для следующего занятия, которое начнётся открытием галереи Достоинств человека.

***Упражнение «Определение уровня самооценки»***

Учащиеся на тетрадном листке в клетку рисуют 20 шкал: вертикальные отрезки длиной 10 см. Точкой обозначается центр каждого отрезка. На концах отрезка располагаются полярные максимальные проявления качества, а в центре находится минимальная «нулевая» выраженность качества.

|  |  |
| --- | --- |
| организованность | неорганизованность |
| доброжелательность | недоброжелательность |
| усердие | лень |
| аккуратность | неряшливость |
| честность | лживость |
| обязательность | необязательность |
| ответственность | безответственность |
| внимательность | невнимательность |
| инициативность | пассивность |
| дисциплинированность | недисциплинированность |
| настойчивость | ненастойчивость |
| решительность | нерешительность |
| добросовестность | недобросовестность |
| пунктуальность | неточность |
| находчивость | ненаходчивость |
| критичность | некритичность |
| целеустремлённость | разбросанность |
| надёжность | ненадёжность |
| самостоятельность | несамостоятельность |
| уверенность в себе | неуверенность в себе |

Учащиеся на каждом отрезке пишут наименование качества в соответствии с данным списком:

Честность Усердие Пунктуальность

+10 + 10 + 10

0 0 0

-10 -10 -10

*Инструкция.*Представьте, что на первом отрезке расположены все люди Земли, причём вверху находятся самые организованные, а внизу – самые неорганизованные. Вам необходимо найти своё место среди всех этих людей, отметив его крестиком на отрезке. Так нужно сделать на всех отрезках.

Далее подсчитывается количественное выражение оценок. Центр отрезка – «0», верхняя граница отрезка – «+10», нижняя граница – «-10».

Производится подсчёт среднего значения всех оценок для каждого. Адекватной можно считать среднюю оценку для мальчиков от +1 до +3 баллов и для девочек от 0 до +2 баллов.

***Упражнение «Ценности».***

Перед вами список ценностей. Поставьте «+» напротив каждой ценности только в какой-нибудь одной графе: ценности, которые вы желаете только другим.

**Список ценностей**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Название ценности** | **Желаю только себе** | **Желаю только другим** |
| Твёрдая воля |  |  |
| Целеустремлённость |  |  |
| Принципиальность |  |  |
| Искренность |  |  |
| Терпимость |  |  |
| Мудрость |  |  |
| Доброта |  |  |
| Щедрость |  |  |
| Честность |  |  |
| Порядочность |  |  |
| Смелость |  |  |
| Жизнерадостность |  |  |
| Чувство юмора |  |  |
| Благородство |  |  |
| Дружелюбие |  |  |
| Тактичность |  |  |
| Прощение |  |  |
| Удовольствия |  |  |
| Развлечения |  |  |
| Понимание других людей |  |  |
| Сочувствие |  |  |
| Интерес к искусству |  |  |
| Деньги |  |  |
| Работоспособность |  |  |
| Общительность |  |  |
| Сдержанность |  |  |
| Вежливость |  |  |
| Самокритичность |  |  |
| Отсутствие тщеславия |  |  |
| Отсутствие снобизма |  |  |
| Снисходительность к слабостям других |  |  |
| Эмоциональная отзывчивость |  |  |
| Незлопамятность |  |  |

Распределите ценности по двум категориям: «ценности достижения» и «ценности общечеловеческие (духовные)». Сравните, какие ценности вы в большей степени желаете для себя, а какие – для других. Сделайте вывод по результатам работы.

***Диагностическая процедура.***

***Тест «Каким ты выглядишь в глазах других»***

Учащимся предлагается ответить на вопросы:

1. Мой любимый цвет:

а) красный или оранжевый

б) белый

в) чёрный

г) тёмно-синий или лиловый

д) жёлтый

е) коричневый, серый или фиолетовый

ж) зелёный

**2.** Когда я иду на вечеринку, я:

а) надеваю яркую, броскую одежду, с шумом захожу в комнату и надеюсь, что все обратят на меня внимание

б) надеваю что-нибудь особенное, но захожу тихо и надеюсь увидеть кого-нибудь из знакомых

в) надеваю, одежду, в которой надеюсь не привлекать к себе особого внимания

**3.** Когда я ложусь спать, я лежу:

а) на спине

б) на животе

в) на боку

г) закрыв рукой голову

д) с головой под одеялом

**4.** Я хожу:

а) большими, быстрыми шагами

б) маленькими, быстрыми шагами

в) не очень быстро, голова вперёд

г) не очень быстро, голова вниз

д) медленно

**5.**Обычно я чувствую себя, лучше всего:

а) сразу после того, как проснусь

б) днём

в) поздно вечером

**6.** Если происходит что-нибудь смешное, то я:

а) громко смеюсь

б) тихо смеюсь

в) смеюсь про себя

г) широко улыбаюсь

д) немного улыбаюсь

**7.** Когда я разговариваю с людьми, то:

а) я стою со скрещенными руками

б) держу руки впереди себя

в) одну или обе руки держу на боку

г) дотрагиваюсь до собеседника

д) дотрагиваюсь до своего лица или волос

е) люблю держать в руках какой-нибудь предмет (например, карандаш)

**8.** Когда я расслабленно сижу на стуле, то я:

а) держу колени, ноги рядом

б) сижу нога на ногу

в) вытягиваю ноги перед собой

г) одна нога подо мной

*Ключ к тесту*

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№ вопроса** | **Баллы** | | | | | | |
| **а** | **б** | **в** | **г** | **д** | **е** | **ж** |
| **1** | 6 | 2 | 7 | 3 | 5 | 1 | 4 |
| **2** | 6 | 4 | 2 |  |  |  |  |
| **3** | 7 | 6 | 4 | 2 | 1 |  |  |
| **4** | 6 | 4 | 7 | 2 | 2 |  |  |
| **5** | 2 | 4 | 6 |  |  |  |  |
| **6** | 6 | 4 | 3 | 5 | 2 |  |  |
| **7** | 4 | 2 | 5 | 7 | 6 | 1 |  |
| **8** | 4 | 6 | 2 | 1 |  |  |  |

*Результаты:*

*42 и более баллов*. Окружающие тебя люди считают, что ты самоуверенный человек, который любит находиться в центре внимания. Они восхищаются тобой, иногда завидуют, некоторые – боятся.

*От 35 до 41 балла*. Окружающие находят тебя интересным человеком, с которым можно предпринять много весёлого. Что ты сделаешь в следующий момент, нельзя предсказать, поэтому с тобой интересно. Многие хотели бы видеть тебя своим лидером.

*От 27 до 34 баллов*. Тебя считают очень дружелюбным человеком. С тобой общаются, потому что ты приветлив и весел. Многие хотели бы дружить с тобой.

*От 20 до 26 баллов****.*** Считают, что ты осторожен и практичен. Большому количеству знакомых ты предпочитаешь несколько хороших друзей. Друзья доверяют тебе, а ты – им.

*Менее 20 баллов.*Окружающим кажется, что ты скромный и обеспокоенный человек. Некоторые считают, что ты слишком переживаешь из-за мелочей. По их мнению, ты очень осторожен; прежде чем что-либо предпринять, ты всё тщательно обдумываешь.

***Тест Дж.Голланда***

В соответствии с концепцией все люди делятся на шесть типов профессиональной направленности личности:

1. реалистичный (Р)
2. интеллектуальный (И)
3. артистический (А)
4. социальный (С)
5. предприимчивый (П)
6. конвенциальный (К)

Каждый тип личности характеризуется:

* + определёнными чертами характера и складом ума;
  + способностями к определённым видам деятельности;
  + предпочтениями определённого рода занятий;
  + содержанием увлечений;
  + профессиональными возможностями.

*Инструкция:* В каждой паре выберете и отметьте наиболее привлекательную для вас профессию.

В клеточке слева от названия каждой профессии указан номер типа личности, которому эта профессия соответствует. Для каждого из шести типов личности необходимо подсчитать количество выборов, и полученные суммы записать в графы «Р», «И», «А», «С», «П» и «К» в нижней части бланка. Если суммы по каждому типу подсчитаны правильно, то сумма баллов по всем шести типам будет равна 42. Тип, набравший наибольшее число выборов, характеризует ведущую профессиональную направленность личности.

Однако сделать однозначный вывод о принадлежности к одному определённому типу личности можно только в том случае, если оценка этого типа на несколько баллов выше, чем оценки других типов. Более точный вывод о профессиональной направленности личности можно сделать, учитывая не максимальную оценку по одному из типов, а определяя три типа, имеющие наибольшие оценки. Дело в том, что в соответствии с теорией Голланда шесть типов личности сгруппированы друг с другом по степени сходства в форме шестиугольника.

1. Реалистичный 2. Интеллектуальный

(делатель) (думатель)

6.Конвенциальный 3. Артистический

(устроитель) (украшатель)

5. Предприимчивый 4. Социальный

(победитель) (помогатель)

Каждый тип наиболее сходен со своими соседями по шестиугольнику и наиболее отличается от противоположного в шестиугольнике типа личности. Так, например, социальный тип наиболее похож на предприимчивый и артистический, являющиеся смежными с ним, и наиболее отличается от реалистического, находящегося по другую сторону шестиугольника.

В том случае, если три типа, получившие наибольшие оценки, оказываются смежными, то есть находятся с одной стороны шестиугольника, то профессиональный выбор является наиболее обоснованным и последовательным. При этом можно отдать предпочтение не только типу, имеющему максимальную оценку, но и тому типу, который находится посередине между двумя остальными.

Если три предпочитаемых типа находятся по разные стороны шестиугольника, то сделать выбор гораздо сложнее. В этом случае будет разумным привлечь для своего решения другие основания, например, другие тесты, книги или консультации.

**(**В строчках таблицы Вам будут представлены пары различных профессий. В каждой паре постарайтесь отдать предпочтение одной из них и поставьте крестик или галочку в клетке слева от названия наиболее привлекательной для вас профессии.)

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **I** | | **II** | |
| 1 | Инженер-технолог | 2 | Конструктор |
| 1 | Электротехник | 4 | Санитарный врач |
| 1 | Повар | 6 | Налоговый инспектор |
| 1 | Оператор котельной | 5 | Дилер |
| 1 | Шофёр | 3 | Дизайнер |
| 2 | Философ | 4 | Психиатр |
| 2 | Химик-исследователь | 6 | Бухгалтер |
| 2 | Редактор научного журнала | 5 | Адвокат |
| 2 | Лингвист | 3 | Переводчик художественной литературы |
| 4 | Педиатр | 6 | Банковский служащий |
| 4 | Преподаватель высшей школы | 5 | Менеджер по продажам |
| 4 | Спортивный тренер | 3 | Художник |
| 6 | Нотариус | 5 | Агент по недвижимости |
| 6 | Оператор ЭВМ | 3 | Фотограф |
| 5 | Политический деятель | 3 | Писатель |
| 1 | Садовник | 2 | Метеоролог |
| 1 | Автомеханик | 4 | Фельдшер |
| 1 | Инженер-электронщик | 6 | Библиотекарь |
| 1 | Маляр | 3 | Музыкант |
| 2 | Биолог | 4 | Священнослужитель |
| 5 | Телерепортёр | 3 | Актёр |
| 2 | Фармацевт | 6 | Ревизор |
| 2 | Программист | 5 | Биржевой брокер |
| 2 | Математик | 3 | Архитектор |
| 4 | Инспектор по делам несовершеннолетних | 6 | Кассир |
| 4 | Учитель | 5 | Коммерсант |
| 4 | Воспитатель | 3 | Парикмахер |
| 6 | Экономист | 5 | Директор рекламного агенства |
| 6 | Корректор | 3 | Критик |
| 5 | Заведующий хозяйством | 3 | Дирижёр |
| 1 | Лесник | 2 | Специалист по ядерной физике |
| 1 | Пожарный | 6 | Архивариус |
| 1 | Агроном | 5 | Председатель сельскохозяйственного кооператива |
| 1 | Закройщик | 3 | Певец |
| 2 | Археолог | 6 | Аудитор |
| 2 | Работник музея | 4 | Специалист по семейному консультированию |
| 2 | Учёный | 3 | Режиссёр |
| 4 | Логопед | 6 | Судебный исполнитель |
| 4 | Врач | 5 | Дипломат |
| 6 | Секретарь | 5 | Журналист |
| 3 | Поэт | 4 | Психолог |
| 1 | Радиомеханик | 5 | Прораб |

Р (1) =

И (2) =

А (3)=

С (4) =

П (5) =

К (6) =

*Описание типов личности по ДЖ. Голланда*

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Тип** | **Психологические характеристики, особенности личности, способности** | **Ориентация, направленность, предпочтения** | **Профессиональная среда** | **Примеры конкретных профессий** |
| **1. Реалистичный (Р)** | Активность, агрессивность, деловитость, настойчивость, рациональность, практическое мышление, хорошие двигательные навыки, пространственное воображение, технические способности | Конкретный результат; настоящее; вещи, предметы и их практическое использование; занятия, требующие физического развития, ловкости; отсутствие ориентации на общение | Техника, сельское хозяйство, военное дело. Решение конкретных задач, требующих подвижности, двигательных умений, физической силы. Социальные навыки нужны в минимальной мере и связаны с приёмом-передачей ограниченной информации | Механик, электрик, инженер, фермер, зоотехник, агроном, садовод, автослесарь, шофёр и т. д. |
| **2. Интеллектуальный (И)** | Аналитический ум, независимость и оригинальность суждений, гармоничное развитие языковых и математических способностей, критичность, любознательность, использование фантазии, интенсивная внутренняя жизнь, низкая физическая активность | Идеи, теоретические ценности; умственный труд, решение интеллектуальных творческих задач, требующих абстрактного мышления; отсутствие ориентации на общение в деятельности; информационный характер общения | Наука. Решение задач, требующих абстрактного мышления и творческих способностей. Межличностные отношения играют незначительную роль, хотя необходимо уметь передавать и воспринимать сложные идеи | Физик, биолог, программист и др. |
| **3. Артистический (А)** | Воображение и интуиция, эмоционально сложный взгляд на жизнь, независимость, гибкость и оригинальность мышления, хорошие двигательные способности и восприятие | Эмоции и чувства; самовыражение, творческие занятия; избегание деятельности, требующей физической силы, регламентированного рабочего времени, следования правилам и традициям | Изобразительное искусство, музыка, литература. Решение проблем с опорой на художественный вкус и воображение | Музыкант, художник, фотограф, актёр, режиссёр, дизайнер т. д. |
| **4. Социальный (С)** | Умение общаться, гуманность, способность к сопереживанию, активность, зависимость от окружающих и общественного мнения, приспособление, решение проблем с опорой на эмоции и чувства, преобладание языковых способностей | Люди, общение, установлении контактов с окружающими; стремление учить, воспитывать; избегание интеллектуальных проблем | Образование, здравоохранение, социальное обеспечение, обслуживание, спорт. Ситуации и проблемы, связанные с умением разбираться в поведении людей, требующие постоянного личного общения, умения убеждать | Врач, педагог, психолог т. п. |
| **5. Предприимчивый (П)** | Энергия, импульсивность, энтузиазм, предприимчивость, агрессивность, готовность к риску, оптимизм, уверенность в себе, преобладание языковых способностей, хорошие организаторские способности | Лидерство, признание, руководство, власть, личный статус; избегание занятий, требующих усидчивости, большого труда, двигательных навыков и концентрации внимания; интерес к экономике и политике | Решение неясных задач, общение с представителями различных типов в разнообразных ситуациях, требующее умения разбираться в мотивах поведения других людей и красноречия | Бизнесмен, маркетолог, менеджер, директор, заведующий, журналист, репортёр, дипломат, юрист, политик и т. д. |
| **6. Конвенциальный (К)** | Способности к переработке числовой информации, стереотипный подход к проблемам, консервативный характер, подчиняемость, зависимость, следование обычаям, комфортность, исполнительность, преобладание математических способностей | Порядок, чётко расписанная деятельность, работа по инструкции, заданным алгоритмам, избегание неопределённых ситуаций, социальной активности и физического напряжения; принятие позиции руководства | Экономика, связь, расчёты, бухгалтерия, делопроизводство, требующие способностей к обработке рутинной информации и числовых данных | Бухгалтер, финансист, экономист, канцелярский служащий и др. |

***Профориентационная игра «Угадай профессию»***

Цель данного упражнения – познакомить участников со схемой анализа профессий.

Упражнение проводится с группой, а может быть использовано и в индивидуальной работе. По времени оно занимает около часа. При этом на подготовку к игре уходит около 30-40 минут, а на саму игру 10-20 минут.

Процедура включает следующие основные этапы:

1. Ведущий просит назвать учащихся профессию, которую все хорошо знают. К примеру, профессия – таксист.
2. Далее ведущий обращается к группе со следующим заданием: «Представьте, что я «свалился с луны» и ничего не знаю о земных профессиях, хотя по-русски всё понимаю.., попробуйте объяснить мне. Что это за профессия (например, - таксист, т.е. то, что ранее называли учащиеся)». Обычно участники называют 8-12 характеристик профессий, которые являются далеко не исчерпывающими и сами признаются, что вроде бы и знают, о чём рассказывать, но забыли. Иногда учащиеся просят, чтобы им задавали наводящие вопросы. Смысл данного этапа – сформировать желание у учащихся познакомиться со схемой, которая позволила бы им, не путаясь, рассказать о любой профессии.
3. Ведущий предлагает учащимся записать в свои тетради схему анализа профессий. Перечень основных характеристик по Пряжникову.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Характеристика профессий** | **Место для первого примера профессии «таксист»** | **Место для кодирования загаданной профессии** |
| **Предмет труда:**  1- животные, растения (природа)  2- материалы  3- люди (дети, взрослые)  4- техника, транспорт  5- знаковые системы (тесты, информация в компьютерах…)  6- художественный образ | люди, техника  транспорт |  |
| **Цели труда:**  1– контроль, оценка, диагноз  2- преобразовательная  3- изобретательная  4- транспортирование  5- обслуживание  6- собственное развитие | транспортирование  обслуживание |  |
| **Средства труда:**  1- ручные и простые приспособления  2- механические  3- автоматические  4- функциональные (речь, мимика, зрение, слух…)  5- теоретические (знания, способы мышления)  6- переносные или стационарные средства | механические  функциональные |  |
| **Условия труда:**   1. бытовой микроклимат 2. большие помещения с людьми 3. обычный производственный цех 4. необычные производственные условия (особый режим влажности, температуры, стерильности) 5. экстремальные условия (риск для жизни и здоровья) 6. работа на открытом воздухе 7. работа сидя, стоя, в движении 8. домашний кабинет | экстремальные  сидя |  |
| **Характер общения в труде:**  1- минимальное общение (индивидуальный труд)  2- клиенты, посетители  3- обычный коллектив (одни и те же лица…)  4- работа с аудиториями  5- выраженная дисциплина, субординация в труде | клиенты |  |
| **Ответственность в труде:**  1- материальная  2- моральная  3- за жизнь и здоровье людей  4- невыраженная ответственность | жизнь и здоровье |  |
| **Особенности труда:**  1- большая зарплата  2- льготы  3- «соблазны» (возможность брать взятки, воровать…)  4- изысканные отношения, встречи со знаменитостями  5- частые командировки  6- законченный результат труда (можно полюбоваться) | соблазны  встречи со знаменитостями |  |
| **Типичные трудности:**  1- нервное напряжение  2- профзаболевания  3- распространены мат и сквернословие  4- возможность оказаться за решёткой (в тюрьме)  5- невысокий престиж работы | нервное напряжение  профзаболевания  мат и сквернословие |  |
| **Минимальные уровни образования для работы:**  1- без специального образования (после школы)  2- начальное профессиональное образование (СПТУ)  3- среднее профессиональное образование (техникум)  4- высшее профессиональное образование (ВУЗ)  5- учёная степень (аспирантура, академия…) | начальное профессиональное |  |

Сразу же, по ходу записи таблицы ведущий показывает, как можно было бы анализировать только что обсуждавшуюся профессию (например, таксист), которая вызвала определённые затруднения у участников игры. Задача данного этапа – не столько проанализировать профессию (таксист, например), сколько показать учащимся; что схема на самом деле несложная и с её помощью достаточно просто можно анализировать различные виды трудовой деятельности. Поэтому не следует на данном этапе много спорить и лучше закончить его как можно быстрее, чтобы у участников было ощущение лёгкости использования данной схемы.

4.После первого знакомства со схемой анализа профессий все участники разбиваются на пары. И игрокам предлагается следующее: **1**- сначала каждый загадывает конкретную профессию и так, чтобы не видел напарник, выписывает себе на листок; **2**- каждый игрок «кодирует» загаданную профессию с помощью характеристик схемы анализа профессий в свободной колонке на своей таблице; **3**- игроки обмениваются схемами с закодированными профессиями; **4**- каждый игрок по схемам своего напарника пытается отгадать загаданную (закодированную профессию) примерно в течение 5-10 минут и предлагает 3 варианта отгадки (если хотя бы один вариант будет правильным или близким к правильному ответу, то считается, что профессия отгадана).

Если профессия неотгадана и в ходе обсуждения игроки в паре выяснят, что значительная часть характеристик профессий названа (закодирована) была неверно, то виноватым оказывается тот, кто не смог правильно закодировать профессию.

Данное упражнение можно использовать и в индивидуальной работе как элемент профконсультации. Тогда профконсультант выступает в роли отгадывающего.

Совместное обсуждение результатов можно использовать для коррекции представлений учащегося о наиболее привлекательной для него профессии.

Если школьник вообще не знает, чего хочет, то профконсультант сначала опять же знакомит его со схемой анализа профессий. Затем – предлагает ему выписать наиболее привлекательные для себя характеристики профессии и уже после этого и профконсультант, и подросток на отдельных листочках пытаются написать по 5-5 профессий, соответствующих этим привлекательным характеристикам, т. е. как бы пытаются отгадать закодированную профессию.

***Профориентационная игра «Один день из жизни»***

Игра проводится в кругу. Количество играющих от 6-8 до 15-20. Время от 15 до 25 минут. Основные этапы методики следующие:

1. Ведущий определяет вместе с остальными игроками, какую профессию интересно было бы рассмотреть. Например, группа захотела рассмотреть профессию «фотомодель».
2. Общая инструкция: «Сейчас мы совместными усилиями постараемся составить рассказ только из существительных. К примеру, рассказ о трудовом дне учителя мог бы быть таким: звонок – завтрак – звонок – урок – двоечники – вопрос – ответ – тройка – учительская – директор – скандал – урок – отличники – звонок – дом – постель. В этой игре мы посмотрим, насколько хорошо мы представляем себе работу фотомодели, а также выясним, способны ли мы к коллективному творчеству, ведь в игре существует серьёзная опасность каким-то неудачным штришком (неуместно названным «ради хохмы», дурацким существительным) испортить весь рассказ. Важное условие: прежде, чем назвать новое существительное, каждый игрок обязательно должен повторить всё, что было названо до него. Тогда наш рассказ будет восприниматься как целостное произведение. Чтобы лучше было запоминать названные существительные, советую внимательно смотреть на всех говорящих, как бы связывая слово с конкретным человеком».
3. Ведущий может назвать первое слово, а остальные игроки по очереди называют свои существительные, обязательно повторяя всё. Что называлось до них. Если игроков не много (6-8 человек), то можно пройти два круга, тогда каждому придётся называть по два существительных.
4. При проведении игры можно спросить у участников, получился целостный рассказ или нет? Не испортил ли кто-то общий рассказ своим неудачным существительным? Если рассказ получился путанным и сумбурным, то можно попросить кого-то из игроков своими словами рассказать, о чём же был составленный рассказ, что там происходило (и происходило ли?). Можно также обсудить, насколько правдиво и типично был представлен трудовой день рассматриваемого профессионала.

Опыт показывает, что игра обычно проходит достаточно интересно. Участники нередко находятся в творческом напряжении и могут даже немного уставать, поэтому больше двух раз проводить данную игру не следует.

***Анкета «Ориентация»***

Процедура опроса занимает от 10 до 15 минут. Анкета состоит из двух частей: «Я хочу» и «Я могу».

*В первой части* **(«**Я хочу»): учащийся должен оценить по 4-бальной шкале степень своего желания заниматься каждым из 35 приведённых в перечне видов деятельности. Эта часть анкеты является основной и предназначена для определения сферы профессиональных склонностей, интересов, предпочтений, стремлений подростка. Результаты первой части анкеты «Ориентация» необходимы в процессе профориентации для определения наиболее привлекательных видов профессиональной деятельности.

*Во второй части* («Я могу»): учащийся должен оценить с помощью такой же шкалы степень своих возможностей по каждому из 35 заданных видов деятельности. Эта часть предназначена для определения представлений школьника о своих профессиональных способностях. Вторая часть является дополнительной и диагностирует не столько объективную степень выраженности профессиональных способностей, сколько то, что ученик о них думает, как их оценивает.

*Обработка результатов*. Суждения в каждой из двух частей анкеты, характеризующие различные виды профессиональной деятельности, объединены в семь групп по пять суждений в каждой. В каждой группе из пяти суждений подсчитывается суммарное количество баллов, выбранных учеником, и эта сумма записывается в окне справа от соответствующей группы суждений. В зависимости от того, в какой группе школьник набрал максимальный суммарный балл, определяется наибольшая склонность к соответствующему типу или классу профессий.

Первые пять групп суждений, обозначенные цифрами от 1 до 5, характеризуют пять типов профессий, разделённых по признаку «предмет труда»:

1. человек – человек
2. человек – техника
3. человек – знаковая система
4. человек – художественный образ
5. человек – природа

Последние две группы суждений, обозначенные буквами **А** и **Б**, соответствуют двум классам профессий, разделённых по признаку «характер труда»; **А** – исполнительские, **Б** - творческие

Для каждого ребёнка сначала определяется, к какому из пяти типов профессий (1, 2, 3, 4 и 5) он склонен в наибольшей степени. Затем определяется преимущественная склонность к одному из двух классов профессий (**А** и **Б**).

Не существует правил, чему отдать предпочтение в процессе выбора профессии – склонностям или способностям. Они могут быть взаимосвязаны. Это проявляется в том, что если человеку нравится какой-либо вид деятельности, то он занимается им в течение большего времени, затрачивая на него больше усилий, поэтому соответствующие способности могут развиваться и совершенствоваться. Так же верно и обратное. Если человек обладает выраженными способностями к какому-то виду деятельности, то он лучше с ним справляется и испытывает большее удовольствие, когда им занимается. Поэтому данный вид деятельности становится для него более привлекательным.

*Инструкция:* Напротив каждого высказывания зачеркните цифру, соответствующую степени вашего желания заниматься этим видом деятельности:

0 – вовсе нет

1 – пожалуй, так

2 – верно

3 – совершенно верно

**«Я хочу»**

(мне нравится, меня привлекает, я предпочитаю)

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| 1. | Обслуживать людей  Заниматься лечением  Обучать, воспитывать  Защищать права и безопасность  Управлять людьми | 0 1 2 3  0 1 2 3  0 1 2 3  0 1 2 3  0 1 2 3 |  |
| 2. | Управлять машинами  Ремонтировать оборудование  Собирать и налаживать технику  Обрабатывать материалы, изготавливать различные предметы и вещи  Заниматься строительством | 0 1 2 3  0 1 2 3  0 1 2 3  0 1 2 3  0 1 2 3 |  |
| 3. | Обрабатывать тексты и таблицы  Производить расчёты и вычисления  Перерабатывать информацию  Работать с чертежами, картами и схемами  Принимать и передавать сигналы и сообщения | 0 1 2 3  0 1 2 3  0 1 2 3  0 1 2 3  0 1 2 3 |  |
| 4. | Заниматься художественным оформлением  Рисовать, фотографировать  Создавать произведения искусства  Выступать на сцене  Шить, вышивать, вязать | 0 1 2 3  0 1 2 3  0 1 2 3  0 1 2 3  0 1 2 3 |  |
| 5. | Ухаживать за животными  Заготавливать продукты  Работать на открытом воздухе  Выращивать овощи и фрукты  Иметь дело с природой | 0 1 2 3  0 1 2 3  0 1 2 3  0 1 2 3  0 1 2 3 |  |
| А | Работать руками  Выполнять решения  Воспроизводить имеющиеся образцы, размножать, копировать  Получать конкретный практический результат  Воплощать идеи в жизнь | 0 1 2 3  0 1 2 3  0 1 2 3  0 1 2 3  0 1 2 3 |  |
| Б | Работать головой  Принимать решения  Создавать новые образцы  Анализировать, изучать, исследовать, наблюдать, измерять, испытывать, контролировать  Планировать, конструировать, проектировать, разрабатывать, моделировать | 0 1 2 3  0 1 2 3  0 1 2 3  0 1 2 3  0 1 2 3 |  |

**«Я могу»**

(я способен, я умею, я обладаю навыками)

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| 1. | Знакомиться с новыми людьми  Быть чутким и доброжелательным  Выслушивать людей  Разбираться в людях  Хорошо говорить и выступать публично | 0 1 2 3  0 1 2 3  0 1 2 3  0 1 2 3  0 1 2 3 |  |
| 2. | Искать и устранять неисправности  Использовать приборы, машины, механизмы  Разбираться в технических устройствах  Ловко обращаться с инструментами  Хорошо ориентироваться в пространстве | 0 1 2 3  0 1 2 3  0 1 2 3  0 1 2 3  0 1 2 3 |  |
| 3. | Быть сосредоточенным и усидчивым  Хорошо считать в уме  Кодировать информацию  Оперировать знаками и символами  Искать и исправлять ошибки | 0 1 2 3  0 1 2 3  0 1 2 3  0 1 2 3  0 1 2 3 |  |
| 4. | Создавать красивые, со вкусом сделанные вещи  Разбираться в литературе и искусстве  Петь, играть на музыкальных инструментах  Сочинять стихи, писать рассказы  Рисовать | 0 1 2 3  0 1 2 3  0 1 2 3  0 1 2 3  0 1 2 3 |  |
| 5. | Разбираться в животных или растениях  Разводить растения или животных  Бороться с болезнями, вредителями  Ориентироваться в природных явлениях  Работать на земле | 0 1 2 3  0 1 2 3  0 1 2 3  0 1 2 3  0 1 2 3 |  |
| А | Быстро выполнять указания  Точно следовать инструкциям  Работать по заданному алгоритму  Выполнять однообразную работу  Соблюдать правила и нормативы | 0 1 2 3  0 1 2 3  0 1 2 3  0 1 2 3  0 1 2 3 |  |
| Б | Создавать новые инструкции и давать указания  Принимать нестандартные решения  Легко придумывать новые способы деятельности  Брать на себя ответственность  Самостоятельно организовывать свою работу | 0 1 2 3  0 1 2 3  0 1 2 3  0 1 2 3  0 1 2 3 |  |

***Упражнение «5 шагов»***

Игра может проводиться как в круге (для 6-12 участников), так и при работе с классом. Среднее время на игру 30-40 минут. Процедура включает следующие этапы:

1. Ведущий предлагает группе определить какую-либо интересную профессиональную цель, например, поступить в какое-то учебное заведение, оформиться на интересную работу, а может даже – совершить в перспективе что-то выдающееся на работе. Эта цель, так как её сформулировала группа, выписывается на доске (или на листочке).
2. Ведущий предлагает группе определить, что за воображаемый человек должен достичь эту цель. Участники должны назвать его основные (воображаемые) характеристики по следующим позициям: пол, возраст (желательно, чтобы этот человек был сверстником играющих), успеваемость в школе. Это также кратко выписывается на доске.
3. Каждый участник на отдельном листочке должен выделить основные пять этапов (пять шагов), которые обеспечили бы достижение намеченной цели. На это отводится примерно 5 минут.
4. Далее все делятся на микрогруппы по 3-4 человека.
5. В каждой микрогруппе организуется обсуждение, чей вариант этапов выделенной цели наиболее оптимальный и интересный (с учётом особенностей обозначенного выше человека). В итоге обсуждения каждая группа на новом листочке должна выписать самые оптимальные пять этапов. На всё это отводится 5-7 минут.
6. Представитель от каждой группы кратко сообщает о наиболее важных пяти этапах, которые выделены в групповом обсуждении. Остальные участники могут задавать уточняющие вопросы. Возможна небольшая дискуссия (при наличии времени).
7. При общем подведении итогов игры можно посмотреть, насколько совпадают варианты, предложенные разными микрогруппами (нередко совпадение оказывается значительным). Также в итоговой дискуссии можно оценить совместными усилиями, насколько учитывались особенности человека, для которого и выделялись, пять этапов достижения профессиональной цели. Важно также определить, насколько выделенные этапы (шаги) реалистичны и соответствуют конкретной социально-экономической ситуации в стране, т. е. насколько общая ситуация в обществе позволяет (или не позволяет) осуществлять те или иные профессиональные и жизненные мечты.

Вполне возможно проведение данного игрового упражнения и по другим процедурным схемам. К примеру, сначала каждый выделяет пять этапов на своих листочках, затем 2-3 желающих (добровольца) выходят к доске и выписывают свои предложения, после чего в общем обсуждении рассматриваются по порядку этапы, выписанные этими участниками, и выделяется наиболее оптимальный вариант.

В другом случае, можно сразу разбить учащихся на группы и предложить им (без индивидуальной предварительной работы) составить общий вариант программы достижения намеченной цели (выписать пять шагов-этапов) данного человека.

***Анкета***

***«Профессиональные склонности»***

Подсчёт баллов учащиеся могут выполнять самостоятельно. Краткая интерпретация результатов дана в опроснике, однако психолог может дополнить её своими примерами.

*Инструкция.* Для того чтобы определить свои профессиональные склонности, выберите один из трёх вариантов - «а», «б» или «в»- и отметьте его в бланке.

1. Мне хотелось бы в своей профессиональной деятельности:

а) общаться с самыми разными людьми

б) снимать фильмы, писать книги, рисовать, выступать на сцене

в) заниматься расчётами, вести документацию

**2**. В книге или кинофильме меня больше всего привлекает:

а) возможность следить за ходом мыслей автора

б) художественная форма, мастерство писателя или режиссёра

в) сюжет действия героев

**3**. Меня больше обрадует Нобелевская премия:

а) за общественную деятельность

б) в области науки

в) в области искусства

**4.** Я скорее соглашусь стать:

а) главным механиком

б) начальником экспедиции

в) главным бухгалтером

**5.** Будущее людей определяет:

а) взаимопонимание между людьми

б) научные открытия

в) развитие производства

**6.** Если я стану руководителем, то в первую очередь займусь:

а) созданием дружного, сплочённого коллектива

б) разработкой новых технологий обучения

в) работой с документами

**7.** На технической выставке меня больше привлечёт:

а) внутреннее устройство экспонатов

б) их практическое применение

в) внешний вид экспонатов (цвет, форма)

**8.** В людях я ценю, прежде всего:

а) дружелюбие и отзывчивость

б) смелость и выносливость

в) обязательность и аккуратность.

**9.** В свободное время мне хотелось бы:

а) ставить различные опыты, эксперименты

б) писать стихи, сочинять музыку или рисовать

в) тренироваться

**10.** В заграничных поездках меня скорее заинтересует:

а) возможность знакомства с историей и культурой другой страны

б) экстремальный туризм (альпинизм, виндсерфинг, горные лыжи)

в) деловое общение

**11.** Мне интереснее беседовать:

а) о человеческих взаимоотношениях

б) о новой научной гипотезе

в) о технических характеристиках новой модели машины, компьютера

**12.** Если бы в моей школе было всего три кружка, я бы выбрал:

а) технический

б) музыкальный

в) спортивный

**13.** В школе следует обратить особое внимание**:**

а) на улучшение взаимопонимания между учителями и учениками

б) на поддержание здоровья учащихся, занятия спортом

в) на укрепление дисциплины

**14.** Я с большим удовольствием смотрю:

а) научно-популярные фильмы

б) программы о культуре и искусстве

в) спортивные программы

**15**. Мне хотелось бы работать:

а) с детьми или сверстниками

б) с машинами, механизмами

в) с объектами природы

**16.** Школа в первую очередь должна:

а) учить общению с другими людьми

б) давать знания

обучать навыкам работы

**17.** Главное в жизни:

а) иметь возможность заниматься творчеством

б) вести здоровый образ жизни

в) тщательно планировать свои дела

**18.** Государство должно в первую очередь заботиться:

а) о защите интересов и прав граждан

б) о достижениях в области науки и техники

в) о материальном благополучии граждан

**19**. Мне больше всего нравятся уроки:

а) труда

б) физкультуры

в) математики

**20.** Мне интереснее было бы:

а) заниматься сбытом товаров

б) изготавливать изделия

в) планировать производство товаров

**21.** Я предпочитаю читать статьи:

а) о выдающихся учёных и их открытиях

б) об интересных изобретениях

в) о жизни и творчестве писателей, художников, музыкантов

**22.** В свободное время я люблю:

а) читать, думать, рассуждать

б) что-нибудь мастерить, шить, ухаживать за животными, растениями

в) ходить на выставки, концерты, в музеи

**23.** Большой интерес у меня вызовет сообщение:

а) о научном открытии

б) о художественной выставке

в) об экономической ситуации

**24.**Я предпочту работать:

а) в помещении, где много людей

б) в необычных условиях

в) в обычном кабинете

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 1 | А |  |  | Б |  | В |
| 2 |  | А |  | Б | В |  |
| 3 | А | Б |  | В |  |  |
| 4 |  |  | А |  | Б | В |
| 5 | А | Б | В |  |  |  |
| 6 | А | Б |  |  |  | В |
| 7 |  | А | Б | В |  |  |
| 8 | А |  |  |  | Б | В |
| 9 |  | А |  | Б | В |  |
| 10 |  |  |  | А | Б | В |
| 11 | А | Б | В |  |  |  |
| 12 |  |  | А | Б | В |  |
| 13 | А |  |  |  | Б | В |
| 14 |  | А |  | Б | В |  |
| 15 | А |  | Б |  | В |  |
| 16 | А |  | Б |  |  | В |
| 17 |  |  |  | А | Б | В |
| 18 | А | Б | В |  |  |  |
| 19 |  |  | А |  | Б | В |
| 20 | А |  | Б |  |  | В |
| 21 |  | А | Б | В |  |  |
| 22 |  | А | Б | В |  |  |
| 23 |  | А |  | Б |  | В |
| 24 | А |  |  |  | Б | В |
| **Сумма баллов** | **I** | **II** | **III** | **IV** | **V** | **VI** |

*Обработка.* Подсчитайте число обведённых букв в каждом из шести столбцов и запишите эти шесть чисел в пустых клетках нижней строчки.

10 - 12 баллов – ярко выраженная профессиональная склонность.

7 - 9 баллов – склонность к определённому виду деятельности.

4 - 6 баллов – слабо выраженная профессиональная склонность.

0 - 3 балла – профессиональная склонность не выражена.

Шесть столбцов – это шесть видов деятельности.

**I** – склонность к работе с людьми. Профессии, связанные с обучением, воспитанием, обслуживанием (бытовым, медицинским, справочно-информационным), управлением, воспитанием и обучением. Людей, успешных в профессиях этой группы, отличает общительность, способность находить общий язык с людьми, понимать их настроение, намерения, помнить их особенности.

**II**– склонность к исследовательской (интеллектуальной) работе. Профессии, связанные с научной, исследовательской деятельностью. Учёные отличаются рациональностью, независимостью и оригинальностью суждений, аналитическим складом ума.

**III**– склонность к практической деятельности. Круг этих профессий очень широк: производство и обработка металла; монтаж, ремонт и обслуживание механизмов, зданий, конструкций; обработка и использование различных материалов; управление транспортом; изготовление изделий.

**IV** – склонность к эстетическим видам деятельности. Профессии творческого характера, связанные с изобразительной, музыкальной, литературно-художественной, актёрско-сценической деятельностью. Людей творческих профессий часто отличают оригинальность и независимость.

**V** – склонность к экстремальным видам деятельности. Профессии, связанные с занятием спортом, путешествиями, экспедиционной работой, охранной и оперативно-розыскной деятельностью, службой в армии, предъявляют особые требования к физической подготовке, здоровью, характеру.

**VI** – склонность к планово-экономическим видам деятельности. Профессии, связанные с расчётами и планированием (бухгалтер, экономист); делопроизводством, анализом текстов и их преобразованием (редактор, переводчик, лингвист); схематическим изображением объектов (чертёжник, топограф). Эти профессии требуют от человека собранности и аккуратности.

***Игра «Поиск выгоды»***

1. Участники делятся на 2-3 группы. Каждая группа выбирает профессию (профессия должна быть из числа востребованных на современном рынке труда в данном регионе, например, менеджер т. д.). Далее каждой группе даётся задание представить себя в ней, свои возможности, условия работы, трудовой коллектив, перспективы, выгоды и т. д.
2. После того, как все представили себе кто, кем, где и как трудится, участникам предлагается придумать и указать: какие потребности (физические, в безопасности, социальные, эгоистические, для самоактуализации) каждый участник может удовлетворить в выбранной профессии?

Потребность:

- каким способом удовлетворяется?

- в рамках функционала профессии или по собственной инициативе?

3. Каждая группа проводит презентацию выбранной профессии, перечисляя те выгоды, которые она может предоставить. Система оценивания следующая:

* Физические потребности – удовлетворение каждой оценивается в **1 балл**.
* Потребность в безопасности = **+ 2 балла**.
* Социальные потребности = + **3 балла**.
* Эгоистические потребности = + **4 балла**.
* Потребности в самоактуализации = + **5 баллов**.
* Личная инициатива = + **2 балла**.
* Принятие на себя ответственности за предпринятую инициативу = + **2 балла**.
* Неумение доказать реальность и реалистичность замыслов = -**2 балла**.
* Несоответствие личных инициатив целям организации = -**3 балла.**

1. Подведение итогов игры с поздравлениями победителей.

***Упражнение «Кто есть кто?»***

Смысл игрового упражнения - дать возможность участникам соотнести свой образ с различными профессиями на основании знания учащихся друг о друге.

Игра проводится в круге, но возможен вариант проведения ее в классе, В игре могут участвовать от 6-8 до 12-15человек. Время на первое проигрывание 5-7 минут. Процедура игрового упражнения следующая;

*Инструкция:* 1. "Сейчас я буду называть профессии, каждый в течение нескольких секунд должен посмотреть на своих товарищей и определить, кому эта профессия подойдет, в наибольшей степени. Далее я хлопну в ладоши и все по команде одновременно должны показать рукой (или ручкой) на выбран­ного человека (наиболее подходящего для названной профессии)".

Еще перед началом самой игры ведущий может спросить у участников группы, какие профессии для них наиболее интересны и выписать эти профес­сии (примерно 10-15 штук) на доске, называя впоследствии профессии из этого перечня. Это исключит случаи, когда названная профессия будет никому не ин­тересна, а может даже и неприятна.

Если игроков немного (6-8 человек), то показывать можно, но не одной рукой, а двумя (одной рукой - на одного человека, другой - на другого). Для большего количества участников лучше вес это проделывать одной рукой, ина­че будет путаница.

2. Показав рукой на своего товарища, все должны на время замереть, а ведущий сам по очереди подсчитывает, сколько рук показывает на каждого че­ловека, т.е. чей образ, по мнению большинства игроков, в наибольшей степени соответствует данной профессии. Следует заметить, что в свое время проводи­лись эксперименты (В.Н. Шубкин и др.), показывающие, что прогнозы школь­ников относительно профессионального будущего своих одноклассников не­редко оказываются более точными, чем прогнозы их учителей и родителей. Это означает, что доверять мнению одноклассников о профессиональных перспек­тивах своих товарищей все-таки можно и нужно. Конечно, и сами игроки мо­гут сосчитать, сколько рук на них указывают, но по опыту проведения игры, часто оказывается, что без помощи ведущего многие сбиваются.

Если упражнение проводится в классе и учащиеся сидят на своих местах за партами, то все основные правила сохраняются, а ведущий должен быть го­тов к несколько большим эмоциям игроков. Однако, при таком варианте игры, школьникам намного проще сосчитать самим, сколько товарищей на них пока­зывают, ведь в отличие от игры в круге, где вес сидят плотно друг с другом, в классе больше простора и меньше ошибок с показыванием и обращением друг к другу.

В целом, данное игровое упражнение достаточно простое и с интересом воспринимается участниками.

***Ориентировочный тест «Темперамент»***

Выявление структуры темперамента с помощью опросника В.М.Русалова..

Опросник Структуры Темперамента *(ОСТ)* используется для диагностики свойств «предметно-деятельностного» и «коммуникативного» аспектов темперамента.

ОСТ имеет 105 вопросов. Каждый относится к одной из 9 шкал. 8 шкал содержат по 12 вопросов, а 9-я шкала (социальной желательности ответов) – 9 вопросов.

ОСТ содержит следующие шкалы:

**1.*Предметная эргичность****–* включает в себя вопросы об уровне потребности в освоении предметного мира, стремлении к умственному и физическому труду.

Высокие значения (ВЗ) (9–12 баллов) по этой шкале означают высокую потребность в освоении предметного мира, жажду деятельности, стремление к напряженному умственному и физическому труду, легкость умственного пробуждения.

Низкие значения (НЗ) (3–4 балла) означают пассивность, низкий уровень тонуса и активации, нежелание умственного напряжения низкую вовлеченность в процесс деятельности.

**2.*Социальная эргичность*** *–* содержит вопросы об уровне потребности в социальных контактах, о стремлении к лидерству.

ВЗ – коммуникативная эргичность, потребность в социальном контакте, жажда освоения социальных форм деятельности, стремление к лидерству, общительность, стремление к занятию высокого ранга, освоение мира через коммуникацию.

НЗ – незначительная потребность в социальных контактах, уход от социально-активных форм поведения, замкнутость, социальная пассивность.

**3. *Пластичность*** *–* содержит вопросы о степени легкости или трудности переключения с одного предмета на другой.

ВЗ – легкость переключения с одного вида деятельности на другой, быстрый переход с одних форм мышления на другие в процессе взаимодействия с предметной средой, стремление к разнообразию форм предметной деятельности.

НЗ – склонность к монотонной работе, боязнь и избегание разнообразных форм поведения, вязкость, консервативные формы деятельности.

**4. *Социальная пластичность****–* содержит вопросы, направленные на выяснение степени легкости или трудности переключения в процессе общения от одного человека к другому,   
склонности к разнообразию коммуникативных программ.

ВЗ – широкий набор коммуникативных программ, автоматическое включение в социальные связи, легкость вступления в социальные контакты, легкость переключения в процессе общения, наличие большого количества коммуникативных заготовок, коммуникативная импульсивность.

НЗ – трудность в подборе форм социального взаимодействия, низкий уровень готовности к вступлению в социальные контакты, стремление к поддержанию монотонных контактов.

**5. *Темп или Скорость*** *–* включает вопросы о быстроте  
моторно-двигательных актов при выполнении предметной деятельности.

ВЗ – высокий темп поведения, высокая скорость выполнения операций при осуществлении предметной деятельности, моторно-двигательная быстрота, высокая психическая скорость при выполнении конкретных заданий.

НЗ – замедленность действий, низкая скорость моторно-двигательных операций.

**6. *Социальный темп*** *–* включает вопросы, направленные  
на выявление скоростных характеристик речедвигательных актов в  
процессе общения.

ВЗ – речедвигательная быстрота, быстрота говорения, высокие скорости и возможности речедвигательного аппарата.

НЗ – слабо развита речедвигательная система, речевая медлительность, медленная вербализация.

**7. *Эмоциональность*** *–* включает в себя вопросы, оценивающие эмоциональность, чувствительность, чувствительность к не  
удачам в работе.

ВЗ – высокая чувствительность к расхождению между задуманным и ожидаемым, планируемым и результатами реального действия, ощущения неуверенности, тревоги, неполноценности, высокое беспокойство по поводу работы, чувствительность к неудачам

НЗ – незначительное эмоциональное реагирование при неудачах, нечувствительность к неуспеху дела, спокойствие, уверенность в себе.

**8. *Социальная эмоциональность* -** включает вопросы, касающиеся эмоциональной чувствительности в коммуникативной сфере.

ВЗ – высокая эмоциональность в коммуникативной сфере, высокая чувствительность к неудачам в общении.

НЗ – низкая эмоциональность в коммуникативной сфере, нечувствительность к оценкам товарищей, отсутствие чувствительности к неудачам в общении, уверенность в себе и ситуациях общения.

**9. *«К» – контрольная шкала***(шкала социальной желательности ответов) включает вопросы на откровенность и искренность высказываний.

ВЗ – неадекватная оценка своего поведения, желание выглядеть лучше, чем есть на самом деле.

НЗ – адекватное восприятие своего поведения.

*Процедура проведения методики.*

Каждому ребенку предлагается текст опросника и бланк для ответов Испытуемый должен читать вопросы по порядку, стараясь ничего не пропускать и не возвращаться к уже пройденному. Свои ответы он помечает знаком «+» в соответствующих графах «да» или «нет» на бланке ответов.

Процедура опроса занимает от 1ч 30 мин до 2 ч на один класс, раздача вопросника и бланков для ответов – 3-7 мин, чтение инструкции – 6 мин; ответы на уточняющие вопросы – 7-10 мин, волнение бланков – 1 ч – 1ч 30 мин на один класс.

Обработка данных опросника

Обработка данных по ОСТу проводится путем сравнения отве-108 испытуемого с «ключевыми». Каждое совпадение ответа испытуемого с ключевым оценивается в один балл. Количество баллов суммируется по каждой шкале.

Результаты испытуемых, получивших высокий балл (7 и более) 0 Контрольной шкале, не подлежат рассмотрению.

***КЛЮЧИ к ОСТ***

**1. ШКАЛА - ЭРГИЧНОСТЬ**

Ответ «да»– вопросы 4, 8, 15, 22, 42, 50, 58, 64, 96.

«нет» – вопросы 27, 83, 103.

**2. ШКАЛА - СОЦИАЛЬНАЯ ЭРГИЧНОСТЬ**

«да» -11, 30, 57, 62, 67, 78, 86.

«нет» - 3, 34, 74, 90, 105.

**3. ШКАЛА - ПЛАСТИЧНОСТЬ**

«да» - 20, 25, 35, 38, 47, 66, 71, 76, 101, 104.

«нет» – 54, 59.

**4. ШКАЛА - СОЦИАЛЬНАЯ ПЛАСТИЧНОСТЬ**

«да» - 2, 9, 18, 26, 45, 68, 85, 99.

«нет» -31, 81, 87, 93.

**5. ШКАЛА - ТЕМП**

«да» - 1, 13, 19, 33, 46, 49, 55, 77.

«нет» – 29, 43, 70, 94,

**6. ШКАЛА - СОЦИАЛЬНЫЙ ТЕМП**

«да» -24, 37, 39, 51, 42, 92.

«нет» - 5, 10, 16, 56, 96, 102.

**7. ШКАЛА - ЭМОЦИОНАЛЬНОСТЬ**

«да» - 14, 17, 28, 40, 60, 61, 69, 79, 88, 91, 95, 97.

**8. ШКАЛА - СОЦИАЛЬНАЯ ЭМОЦИОНАЛЬНОСТЬ**

«да» - 6, 7, 21, 36, 41, 48, 53, 63, 75, 80, 84, 100.

**9. ШКАЛА-«К»**

«да» - 32, 52, 89.

«нет» - 12, 23, 44, 65, 73, 82.

*Текст опросника ОСТ :*

1. Проворный ли ты человек?

2. Готов ли ты обычно, не раздумывая, включиться в разговор?

3. Нравится ли тебе быть одному больше, чем в компании?

4. Испытываешь ли ты постоянную жажду знаний?

5. Ты предпочитаешь говорить медленно и неторопливо?

6. Задевают ли тебя замечания других людей?

7. Трудно ли тебе заснуть из-за того, что ты повздорил с друзьями?

8. Хочется ли тебе заняться каким-либо ответственным делом в свободное от занятий время?

9. В разговоре с товарищами твоя речь часто опережает твою мысль?

10. Раздражает ли тебя быстрая речь собеседника?

11. Трудно ли тебе долго не общаться с людьми?

12. Ты когда-нибудь опаздывал на урок?

13. Нравится ли тебе быстро ходить и бегать?

14. Сильно ли ты переживаешь, когда учитель ставит плохие отметки в дневник?

15. Легко ли тебе выполнять школьное задание, требующее длительного внимания и большой сосредоточенности?

16. Утомительно ли тебе быстро говорить?

17. Часто ли ты испытываешь чувство тревоги, что выучил урок недостаточно глубоко?

18. Легко ли твои мысли переходят с одной темы на другую во время разговора?

19. Нравятся ли тебе игры, требующие большой скорости и ловкости?

20. Склонен ли ты искать новые варианты решения задач?

21. Испытываешь ли ты чувство беспокойства, что тебя неправильно поняли в разговоре?

22. Охотно ли ты выполняешь сложное общественное поручение?

23. Бывает ли, что ты говоришь о вещах, в которых не разбираешься?

24. Легко ли ты воспринимаешь быструю речь?

25. Легко ли тебе делать одновременно много дел?

26. Часто ли бывает, что ты сказал что-то своим друзьям, не подумав?

27. Обычно ты предпочитаешь выполнять общественное поручение, не требующее от тебя много энергии?

28. Сильно ли ты переживаешь, когда обнаруживаешь ошибки в работе?

29. Любишь ли ты медленную, сидячую работу?

30. Легко ли тебе общаться с людьми?

31. Обычно ты предпочитаешь подумать, взвесить и лишь потом высказываться на уроке?

32. Все твои привычки хороши?

33.Быстры ли твои движения?

34. Обычно ты молчишь и не вступаешь в разговор, когда находишься в обществе малознакомых людей?

35. Легко ли тебе перейти от игры к выполнению уроков?

36. Глубоко ли ты переживаешь плохое к тебе отношение людей?

37. Разговорчивый ли ты человек?

38. Легко ли тебе выполнять поручения, требующие мгновенных реакций?

39. Ты обычно говоришь свободно, без запинок?

40. Волнуешься ли ты, что не сможешь выполнить порученное задание?

41. Сильно ли ты расстраиваешься, когда близкие друзья указывают на твои недостатки?

42. Испытываешь ли ты повышенную тягу к приобретению знаний на уроках?

43. Считаешь ли ты свои движения медленными и неторопливыми?

44. Бывают ли у тебя мысли, которые ты бы хотел скрыть от других?

45. Легко ли тебе сходу, без особых раздумий, задавать вопросы?

46. Доставляют ли тебе удовольствия быстрые движения?

47. Легко ли тебе переключиться на новое дело?

48. Стесняешься ли ты в присутствии незнакомых людей?

49. Быстро ли ты выполняешь данное тебе поручение?

50. Легко ли тебе выполнять сложные, ответственные дела самостоятельно?

51. Можешь ли ты говорить быстро и разборчиво?

52. Если ты обещал что-то сделать, всегда ли ты выполняешь свое обещание, независимо от того, можешь ты это или нет?

53. Считаешь ли ты, что твои друзья обходятся с тобой хуже, чем следовало бы?

54. Обычно ты предпочитаешь делать одно дело?

55. Любишь ли ты быстрые игры?

56. Много ли в твоей речи пауз?

57. Легко ли тебе внести оживление в большую компанию?

58. Чувствуешь ли ты себя настолько сильным и энергичным, что тебя всегда тянет заниматься каким-нибудь трудным делом?

59. Трудно ли тебе переключаться с одного задания на другое?

60. Бывает ли, что надолго портится настроение из-за того, что получил двойку?

61. Тяжело ли тебе заснуть из-за того, что не ладятся дела, связанные с учебой?

62. Любишь ли ты бывать в большой компании?

63. Волнуешься ли ты, выясняя отношения с друзьями?

64. Испытываешь ли ты сильную потребность в учебе?

65. Злишься ли ты иногда по пустякам?

66. Склонен ли ты делать много дел одновременно?

67. Держишься ли ты свободно в большой компании?

68. Часто ли ты высказываешь свое первое впечатление, не подумав?

69. Беспокоит ли тебя чувство неуверенности, когда ты готовишь уроки?

70. Медленны ли твои движения, когда ты что-либо мастеришь?

71. Легко ли ты переключаешься с одного дела на другое?

72. Быстро ли ты читаешь вслух?

73. Ты иногда сплетничаешь?

74. Молчалив ли ты, находясь в кругу незнакомых людей?

75. Нуждаешься ли ты в людях, которые бы тебя ободрили и утешили в трудную минуту?

76. Охотно ли ты выполняешь множество поручений одновременно?

77. Любишь ли ты выполнять дела в быстром темпе?

78. В свободное время тебя тянет пообщаться с людьми?

79. Бывает ли у тебя бессонница при неудачах в школе?

80. Долго ли ты переживаешь ссору с товарищами?

81. Долго ли ты готовишься перед тем, как высказать свое мнение?

82. Есть ли в твоем классе ученики, которые тебе очень не нравятся?

83. Обычно ты предпочитаешь легкую работу?

84. Сильно ли ты переживаешь после ссоры с друзьями?

86. Испытываешь ли ты большое желание к общению с людьми?

87. Склонен ли ты сначала подумать, а потом говорить?

88. Часто ли ты волнуешься по поводу своих школьных успехов?

89. Всегда ли ты платил бы за проезд, если бы не опасался проверки?

90. Держишься ли ты скованно в компаниях ребят?

91. Склонен ли ты преувеличивать в своем воображении неудачи, связанные с учебой?

93. Легко ли тебе удержаться от высказывания неожиданной мысли?

94. Обычно ты работаешь неторопливо и медленно?

95. Переживаешь ли ты из-за малейших неудач в учебе?

96. Ты предпочитаешь медленный, спокойный разговор?

97. Сильно ли ты волнуешься из-за ошибок, которые были допущены при выполнении контрольной работы?

98. Легко ли тебе выполнять работу, требующую много времени?

99. Легко ли тебе, не долго думая, обратиться с просьбой к взрослому человеку?

100. Беспокоит ли тебя чувство неуверенности в себе при общении с другими людьми?

101. Охотно ли ты берешься за выполнение новых поручений?

102. Устаешь ли ты, когда говоришь быстро?

103. Ты предпочитаешь работать с прохладцей, без особого напряжения?

104. Легко ли тебе заниматься одновременно в нескольких кружках?

105. Любишь ли ты подолгу оставаться один?

***Упражнение «Презентация индивидуальности»***

Участники по очереди называют свои имена и присущие им личностные качества, название которых начинается с одной из букв собственного имени. *Вариант:* назвать два качества, одно из которых помогает, другое мешает в жизни.

***Тест «Как вы относитесь к своему времени»?***

Учащимся предлагается рассказать о своем режиме дня и ответить на во­прос: «Какие мероприятия в вашем дневном распорядке направлены на укреп­ление собственного здоровья».

Умение правильно организовать свой образ жизни позволяет снизить риск эмоциональных срывов, снимать напряжение, рационально расходовать свою энергию, не нанося вред физическому и психическому здоровью. Пред­ложенная методика поможет получить необходимую информацию о вашем об­разе жизни.

*Выполните тест:*

*1.Для того чтобы встать утром, вы:*

A. заводите будильник -3

Б. доверяете своему внутреннему голосу -2

B. полагаетесь на своих родных и близких -1

*2. Проснувшись утром, вы:*

A. сразу вскакиваете с постели и собираетесь в школу -2

Б. встаете, не суетясь, делаете разминку, затем собираетесь в школу -3

B. зная, что в запасе есть несколько минут, нежитесь в постели -1

*3. За завтраком вы:*

A. быстро пьете чай или кофе с бутербродами -2

Б. кушаете полноценный завтрак -3

B. не завтракаете -1

*4. Вы предпочитаете следующее начало дня:*

A. приход в школу в одно и тоже время -3

Б. опоздание -1

B. как получится -2

*5. Во время школьного обеда вы:*

A. успеваете пообедать до звонка -1

Б. успеваете пообедать и вовремя успеть на урок -2

B. успеваете пообедать и пообщаться во время обеда с друзьями -3

*6. Часто ли вам удается посмеяться, над друзьями?*

A. каждый день -1

Б. иногда -2

B. редко -3

*7. Вы в конфликтной ситуации:*

А. упорно отстаиваете свою позицию -1

Б. уходите от участия в конфликте -2

В. четко излагаете свою позицию и прекращаете обсуждение -3

*8. После уроков вы:*

A. задерживаетесь в школе всегда минут на 20 -3

Б. примерно около часа -2

B. можете задержаться достаточно долго -1

*9. Свободное время вы обычно:*

A. проводите с друзьями -2

Б. отдаете своим увлечениям-3

B. проводите так, как получается -1

*10. Встреча с друзьями означает для вас:*

A. возможность отвлечься от забот-3

Б. потерю времени -2

B. проблемы и испорченное настроение -1

*11. Вы ложитесь спать:*

A. примерно в одно и тоже время -2

Б. когда как, в зависимости от настроения и школьных уроков -1

B. после окончания всех дел -3

*12. Как вы проводите свои каникулы:*

A. всегда интересно-3

Б. как решат мои родители -1

B. как получается -2

*13. Говоря о спорте, вы ограничиваетесь:*

A. ролью болельщика -2

Б. делаете постоянно зарядку -3

B. не считаете спорт для себя жизненно важным -1

*14. За последние две недели вы много:*

A. двигались -3

Б. занимались спортом -2

B. занимались физическим трудом -1

*15. Встречаясь с друзьями, вы обычно:*

A. обсуждаете свои проблемы -2

Б. занимаетесь спортом -3

B. отправляетесь в поход -1

*16. Вы всегда в любом вопросе хотите:*

A. добиться своего любой ценой -1

Б. преуспеть, благодаря своим усилиям -3

B. занимать выжидательную позицию -2

***Результаты теста:***

***Преобладающий балл «3».***

Если в ваших ответах преобладает балльная оценка «три», это говорит о том, что вы достаточно бережно относитесь к своему времени и дорожите им. Вы стараетесь рационально распределить время между своими учебными заня­тиями, увлечениями и друзьями. При этом стараетесь сделать так, чтобы ваше общение с близкими и друзьями было неформально и приносило удовлетворе­ние не только вам, но и окружающим людям. Вы считаете, что встреча с друзь­ями - это не повод для того, чтобы жаловаться на плохое отношение к вам дру­гих людей и обсуждать свои проблемы, а возможность с удовольствием провес­ти время, рассказать о своих успехах, научиться чему-либо, порадоваться достижениям других.

Вы на верном пути не только в умении распоряжаться своим временем, но и в достижении поставленных целей.

Ваш опыт может помочь другим рационально распорядиться временем и улучшить свои жизненные достижения.

***Преобладающий балл «2».***

Если в ваших ответах преобладает балл «два» - это тоже не случайно и говорит о том, что вам свойственно безучастное отношение к вашей соб­ственной жизни. Создается впечатление, что вы никак не решаетесь начать от­носится к себе и своим временным затратам уважительно и разумно.

В ваших поступках много безответственности, но иногда вы понимаете, Что делаете неверно, спохватываетесь, хотя вашей энергии хватает ненадолго.

Поэтому у вас в жизни много поражений, которые связаны не только с определенными обстоятельствами, но в большей степени с вашей не­организованностью и безволием.

***Преобладающий балл «1».***

Если в ваших ответах преобладает балл «один», то по вы контролируете время, а время контролирует вас.

Вас мало интересуют временные категория, Вы живете так, как вам хо­чется. Вас совершенно не интересует, какими потерями это может обернуться в будущем. Однако вам несвойственно винить в своих проблемах себя, вы лю­бите, чтобы ваши друзья и приятели вам сочувствовали и жалели вас.

Это даст вам пищу для того, чтобы продолжать ничего не делать.

Вы стараетесь не думать о будущем, потому что оно страшит вас. В своих неудачах и проблемах вы предпочитаете обвинять других, хотя в глубинных лабиринтах своей души осознаете, что виноваты сами.

***Тест «Ваш творческий потенциал»***

*Работа в группах:* Учащиеся работают в группах и рисуют портрет творческой личности, отмечая, какие качества характеризуют такого человека. Группы презентуют свои решения.

1.Учащиеся записывают в тетради портрет творческой личности и отмечают те качества, которые присущи им. Творческого человека характери­зуют:

- любознательность

- жажда познания

- интерес

- оригинальность и нестандартность мышления

- интеллектуальная одаренность

- бесстрашие и уверенность в себе

- воля и стремление к победе

- работоспособность

- самокритичность

- энергичность и упорство в достижении цели

- умение отстаивать собственные убеждения

2.Картинная галерея примеров творческого самоутверждения

На доске портреты людей, фамилии и имена которых закрыты от учащих­ся. Школьники должны узнать человека, о котором пойдет речь. Можно от­крыть картинную галерею примеров творческого самоутверждения, подготов­ленных самими учащимися.

***Игра «Строительство своей жизни»***

*Условия игры:* Каждый человек, проживая свою жизнь, тратит ее с учетом своей инди­видуальности, своих интересов и возможностей. Можно сказать, что, проживая свою жизнь, человек ее творит и созидает.

На время игры вы получаете 10 возможностей, с помощью которых вы можете творить свою будущую жизнь.

Когда мы начнем игру, перед вами встанет выбор: как «потратить» ту или иную возможность или как ее «сэкономить». Вы вправе выбрать любую из двух представленных возможностей, но две сразу иметь нельзя.

Возможности выписаны на доске и закрыты для всеобщего обозрения. Каждый раз открывается лишь одна пара возможностей, затем другая и так

далее. Выбранные возможности ребята записывают в тетрадь, а затем анализи­руют. Выбирая себе партнера для совместного анализа полученных результа­тов.

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **1а** | самая большая популярность в кругу друзей и знакомых в тече­ние 2-х лет | **1б** | один настоящий друг |
| **2а** | изменение любой части внешно­сти | **2б** | возможность всю жизнь быть довольным собой |
| **За** | здоровая семья | **Зб** | всемирная слава |
| **4а** | хорошее образование | **4б** | предприятие, приносящее боль­шую прибыль |
| **5а** | взлеты и падения, разочарования и надежды | **5б** | жизнь без внутренних потрясе­ний |
| **6а** | полностью оплаченный отдых в любой точке земного шара в те­чение месяца для вас и вашего друга | **6б** | полная гармония того, что юно­ша или девушка, о которых вы мечтаете, в будущем станут ва­шим мужем или женой |
| **7а** | хорошая просторная квартира или дом | **7б** | новый спортивный автомобиль |
| **8а** | пять лет ничем не нарушаемого  физического наслаждения | **8б** | уважение и любовь к вам тех, ко­го вы цените больше всего |
| **9а** | чистая совесть | **9б** | умение добиваться всего, чего вы бы пожелали |
| **10а** | чудо, совершаемое для человека,  которого вы любите | **10б** | построение заново любого собы­тия прошлого |
| **11а** | семь дополнительных лет жизни | **11б** | безболезненная смерть в тот миг, когда придет время умирать |

Попробуйте нарисовать словесный портрет внутренних и внешних ка­честв человека, судьбу которого вы только что творили.

***Творческое упражнение «Оформление витрин»***

Учащиеся делятся на группы, затем определяются, какую вывеску они будут изготавливать.

ВЫВЕСКИ:

-над входом в магазин, где продается хлеб

-над входом в магазин, где продают сладости

-там, где продают книги

-там, где можно чистить одежду

-там, где делают фото

-там, где чистят одежду

-там, где стирают белье

-там, где покупают очки

-там, где лечат людей

-там, где лечат зубы

-там, заверяют документы

-там, где решают имущественные и личные споры

-там, где решают вопросы ремонта в домах

-там, где слушают музыку; и т.д.

Для изготовления вывески учащиеся используют любые материалы. По окончании занятия каждая группа презентует свою вывеску.

***Упражнение «Разведчик»***

Выбирается один из участников «разведчик». Ведущий произносит: «Замерли!» — и вся группа неподвижно застывает. Каждый старается запом­нить свою позу, а «разведчик» старается запомнить всех. Внимательно изучив позы и внешний вид участников, «разведчик» закрывает глаза (или выходит из комнаты). В это время участники делают несколько изменений в своей одежде, позах, обстановке. После того как изменения сделаны, «разведчик» открывает глаза, его задача - обнаружить все перемены.

***Упражнение «Поиск аналогов»***

Называется какой-либо предмет или явление, например, «вертолет». Не­обходимо выписать как можно больше его аналогов, т.е. других предметов, сходных с ним но различным существенным признакам. Следует также систе­матизировать эти аналоги по группам в зависимости от того, с учетом какого свойства заданного предмета они подбирались.

*Например*, могут быть названы «птица» и «бабочка» (летают и садятся), «автобус» и «поезд» (транспортные средства), «штопор» и «вертолет» (важные детали вращаются).

Побеждает тот, кто назвал наибольшее количество групп аналогов.

Упражнение направлено на выделение свойств, умение клас­сифицировать предметы по признакам.

***Упражнение «Поиск противоположных предметов»***

Называется какой-либо предмет, например, «дом». Надо назвать как

южно больше других предметов противоположных данному. При этом следует ориентироваться на различные признаки предмета и систематизировать его противоположности (антиподы) по группам.

*Например*, в данном случае могут быть названы: «сарай» (про­тивоположность по размеру и степени комфорта): «поле» (открытое или закры­тое пространство), «вокзал» (чужое или свое помещение) и т.д.

Побеждает тот, кто указал наибольшее количество групп про­тивоположных предметов, четко аргументировав свои ответы.

Упражнение направлено на сравнение предметов, поиск свойств предме­та.

***Упражнение «Информированность»***

*Инструкция:*Ответьте письменно на следующие вопросы. Постарайтесь отвечать конкретно, желательно с пояснениями для более точного понимания ответа.

|  |  |
| --- | --- |
| **Вопросы** | **Да/нет** |
| Определен ли круг профессий, относительно которых вы можете утверждать, что они соответствуют вашим желаниям? |  |
| Определен ли круг профессий, относительно которых вы можете утверждать, что они соответствуют вашим способностям? |  |
| Определен ли круг профессий, относительно которых вы можете утверждать, что они соответствуют и вашим желаниям и вашим способностям? |  |

О профессиях и содержании труда:

**1.** Насколько профессии, которые вы избрали как возможные для себя, распространены на рынке труда?

**2.** Какие из этих профессий распространены наиболее широко, а какие наименее распространены?

**3.** Популярны ли они?

**4.** Это новые профессии или традиционны для нашего рынка труда?

**5.** Что конкретно делает работник, выполняющий профессиональные обязанности по избранным вами профессиям, и каково содержание его труда?

**6.** Какой уровень квалификации и образования необходим для выполне­ния этой работы?

**7.** Какая дополнительная информация о профессиях и содержании труда вам нужна?

О возможностях трудоустройства:

**1.** Много ли рабочих мест, где необходимы избранные вами профессии?

**2.** Велика ли конкуренция за эти рабочие места?

**3.** Много ли безработных, которые имеют эту профессию?

**4.** Каковы требования работодателей к претендентам на рабочие места по этим

профессиям?

-образование?

-опыт работы?

-возраст?

-какие-то особые требования?

-что-то еще?

**5**. Где можно получить информацию о возможностях трудоустройства по избранным вами профессиям?

О перспективах:

**1.**Насколько выбранные вами профессии перспективны, т.е. будут ли они распространенны и популярны через 10-15 лет?

**2.** Увеличиться ли конкуренция за рабочие места по этим профессиям?

**3.**Какие возможности открываются перед вами лично, если вы будете ра­ботать по интересующим вас профессиям?

-материальное благополучие?

-карьера?

-спокойствие и стабильная жизнь?

-познание чего-то нового?

-известность и популярность?

-уверенность в завтрашнем дне?

-общение с интересными людьми?

-что-то еще?

О предприятиях (организациях, фирмах):

**1.** Известны ли вам предприятия, на которых используются работники избранных вами профессий?

**2.** Сколько таких предприятий вы можете назвать прямо сейчас?

3. На каких еще предприятиях могут потребоваться работники, обла­дающие избранными вами профессиями?

**4.** Известно ли вам, где имеются свободные места для работников, обла­дающих избранными вами профессиями?

**5.** Известно ли вам о режиме и характере труда на этих предприятиях? Кратко опишите их.

**6.** Известны ли вам требования, которые предъявляются к работникам этих предприятий? Перечислите их.

О положительных примерах:

**1.** Известны ли вам люди, достигшие успеха в тех профессиях, о которых вы мечтаете?

**2**. Откуда вы о них узнали?

**3**. Каков их уровень профессиональной квалификации, образования?

**4.** Каков их жизненный путь, как они пришли к успеху'?

**5**. Можете ли вы воспользоваться их жизненным опытом, их примером?

**6.** Что вам нужно, чтобы достичь такого же успеха?

***Практическая работа***

***«Классификация профессий на рынке труда Иркутской области»***

Учащиеся работают в группах по 3-5 человек, заполняя один из разделов типологии профессий.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Типы профессий** | **Классы профессий** | |
| **А. Исполнительские** | **Б. Творческие** |
| 1. Человек-человек |  |  |
| 2. Человек-техника |  |  |
| 3.Человек-знаковая сис­тема |  |  |
| 4.Человек-художественный образ |  |  |
| 5. Человек-природа |  |  |

По окончании работы ребята презентуют свои решения и об одной из про феерий рассказывают более подробно. Отвечают на вопрос: «Какие профессии будут наиболее востребованы в ближайшие 5-10 лет?»

***Характерологическая анкета (бланк методики)***

*Инструкция:*Ответьте, пожалуйста, на приведенные ниже вопросы. Если вы отвечаете "да", поставьте ( + ) в клеточку напротив вопроса. Если отвечаете "нет", поставь­те ( - ). Помните, что правильных или неправильных вариантов ответов здесь нет. Отвечайте так, как считаете нужным.

1

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| У вас чаще весёлое и беззаботное настроение? |  | Х 3 |
| Предприимчивы ли вы? |  |  |
| Трудно ли вам долго усидеть на одном месте? |  |  |
| Как вы думаете, получится ли из вас ведущий (конферансье) в юмористическом спектакле? |  |  |
| Можно ли сказать, что при неудаче вы теряете чувство юмора? |  |  |
| Вам травится работа, требующая энергичной организаторской деятельности? |  |  |
| Вы подвижный человек? |  |  |
| Легко ли вам удаётся поднять настроение друзей в компании? |  |  |

2

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Бывает ли так, что вы находитесь беспричинно в таком ворчливом настроении, что с вами лучше не разговаривать? |  | X 3 |
| Часто ли у вас бывает чувство сильного внутреннего беспокойст­ва, ощущения возможной беды, неприятности? |  |  |
| Быстро ли вы начинаете сердиться или впадать в гнев? |  |  |
| Убегали ли вы в детстве из дома? |  |  |
| Вы можете ударить обидчика, если он вас оскорбит? |  |  |
| Бывают ли у вас головные боли? |  |  |
| Вас часто тянет путешествовать? |  |  |
| Вы становитесь менее сдержанным и чувствуете себя более сво­бодно, если примете алкоголь? |  |  |
| **3** | | |
| Вы чувствительны к оскорблениям? |  | Х 2 |
| Вам трудно быстро забыть, если вас кто-нибудь обидит? |  |  |
| Стремитесь ли вы всегда считаться в числе лучших? |  |  |
| Если по отношению к вам несправедливо поступили, энергично ли вы отстаиваете свои интересы? |  |  |
| Вы обычно высказываете свое мнение людям достаточно откро­венно, прямо и недвусмысленно? |  |  |
| Склонны ли вы выступать в защиту лиц по отношению к которым несправедливо поступают? |  |  |
| Вы не склонны предпринимать первые шаги к примирению, если нас кто-нибудь обидел? |  |  |
| Настойчиво ли вы добиваетесь намеченной цели, если на пути к ней приходится преодолевать массу препятствий? |  |  |
| В школе вам не нравилось подсказывать своим товарищам или |  |  |
| У вас чаше веселое и беззаботное настроение? |  | Х З |
| Предприимчивы ли вы? |  |  |
| Трудно ли вам долго усидеть на одном месте? |  |  |
| Как вы думаете, получится ли из вас ведущий (конферансье) в юмористическом спектакле? |  |  |
| Можно ли сказать, что при неудаче вы не теряете чувство юмора? |  |  |
| Вам нравится работа, требующая энергичной организаторской деятельности? |  |  |
| Вы подвижный человек? |  |  |
| Легко ли вам удается поднять настроение друзей в компании? |  |  |
| давать списывать? |  |  |
| Вы очень переживаете из-за несправедливости? |  |  |
| Долго ли вы переживаете обиду? |  |  |
| Относитесь ли вы к людям скорее с недоверием и осторожностью, чем с доверчивостью? |  |  |

**4**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Являетесь ли вы обычно центром внимания в обществе, компа­нии? |  | Х 2 |
| Любят ли вас ваши знакомые? |  |  |
| Была ли у вас хотя бы один раз истерика или нервный срыв? |  |  |
| Всегда ли вы стремитесь быть достаточно сильным человеком? |  |  |
| В школе вы охотно декламировали стихи'? |  |  |
| Бывает ли так, что после конфликта, обиды вы были до того рас­строены, что идти излома казалось просто невыносимым? |  |  |
| Легко ли вам докладывать (выступать на сцене) перед большим количеством людей? |  |  |
| Легко ли вы привыкаете к новым ситуациям? |  |  |
| Можете ли вы быть приветливым даже с тем, кого вы явно не це­ните, не любите, не уважаете? |  |  |
| Вы охотно участвовали в кружке художественной самодеятельно­сти (театр, танцы и т. п.). А может, вы участвуете и сейчас? |  |  |
| Способны ли вы отвлечься от грудных проблем, требующих ре­шения? |  |  |
| Если бы вам необходимо было играть на сцене, вы смогли бы так войти в роль, чтобы позабыть о том, что это только игра? |  |  |

**5**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Стремитесь ли вы во всем и всюду соблюдать порядок? |  | Х2 |
| Сделав что-то, вы сомневаетесь, псе ли сделанное правильно, и не успокаиваетесь до тех пор, пока не убедитесь еще раз в том, что нее сделано правильно? |  |  |
| Опуская письмо и почтовый ящик, проверяете ли вы, проводя ру­кой по щели ящика, что письмо полностью упало в ящик? |  |  |
| Предпочитаете ли вы работу такую, где требования к качеству выполнения высоки, но не обязательно действовать быстро? |  |  |
| Раздражает ли вас, если дома занавесь или скатерть висят неров­но, и вы сразу же стремитесь поправить их? |  |  |
| Трудно ли вам работать с высокой личной ответственностью? |  |  |
| Тщательно ли вы следите за тем, чтобы каждая вещь в вашей квартире была только на одном и том же месте? |  |  |
| Возвращаетесь ли вы, чтобы убедиться, что оставили дом или ра­бочее место в таком состоянии, что там ничего не случится? |  |  |
| Часто ли бывает вам трудно уснуть из-за того, что проблемы прожитого дня или будущего все время крутятся в ваших мыслях? |  |  |
| Бывает ли, что вы остерегаетесь того, что броситесь под колеса проходящего поезда, или, стоя у окна многоэтажного дома, осте­регаетесь того, что можете выпасть из окна? |  |  |
| Уходя из дома или ложась спать, проверяете ли вы, закрыт ли газ, погашен ли свет, заперты ли двери? |  |  |
| Часто ли, будучи школьником, вы переписывали страницу с ва­шей тетради, если случайно ставили на ней кляксу? |  |  |

**6**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Вы серьезный человек? |  | Х З |
| У вас часто несколько подавленное настроение? |  |  |
| Трудно ли вам быть абсолютно беззаботно веселым? |  |  |
| Кажется ли вам жизнь трудной? |  |  |
| У вас очень велика потребность общения с другими людьми? |  |  |
| Вы редко смеетесь? |  |  |
| Вы оцениваете жизнь пессимистически, без ожидания радости? |  |  |
| В беседе вы скупы на слова? |  |  |

*Описание типов характера:*

Мы подробно остановимся на шести довольно часто встречающихся ти­пах характера людей. Для обозначения этих типов мы воспользуемся метафо­рами, выражающими сходство характера человека с теми или иными видами рек.

|  |  |
| --- | --- |
| **Тип 1** | **"Порожистая горная речка — быстрая и шумная''** |
| Представители данного типа ха­рактера | обычно находятся в приподнятом настроении, оптими­стически относятся к своему будущему, часто переоцени­вают свои возможности, имеют большое количество пла­нов, широкие интересы, легко увлекаются новым и легко отвлекаются от ставшего уже привычным |
| Стремятся | к активной деятельности и переменам |
| Испытывают стресс в ситуациях | — однообразия.  - ограничения свободы, принуждения и запретов |
| Реагируют на стресс | вытеснением из сознания источников тревоги, игнориро­ванием препятствий, стремлением не замечать затрудне­ний и отрицательных сигналов, свидетельствующих о не­благополучии |
| Часто испытывают чувства | радости |
| Могут восприни­маться окружаю­щими как | веселые, разговорчивые, беззаботные и беспечные |
| Могут испытывать затруднения при | систематичном, планомерном и последовательном пове­дении, направленном на достижение цели |
| Способны | — постоянно действовать,  — легко приспосабливаться к быстро меняющимся усло­виям,  — поддерживать контакты с широким кругом людей |
| Рекомендуемые ти­пы профессий | "человек" и "художественный образ" |
| не рекомендуемые типы профессий | "знаковая система" и "природа" |
|  | |
| **Тип 2** | **«Стремительный, смывающий все на своем пути бур­ный поток»** |
| Представители данного типа ха­рактера | характеризуются большой силой влечений и чувств, мо­гут непосредственно разряжать свое напряжение на ок­ружающих, не всегда учитывают интересы других людей, часто совершают импульсивные действия |

|  |  |
| --- | --- |
| Стремятся | к немедленному удовлетворению своих потребностей |
| Испытывают стресс в ситуациях | — препятствий,  — ожидания |
| Реагируют на стресс | агрессией, направленной на других людей, игнорирова­нием общепринятых правил и норм поведения |
| Часто испытывают чувства | раздражения, гнева |
| Могут восприни­маться окружаю­щими как | вспыльчивые, нетерпеливые |
| Могут испытывать затруднения при | контроле за своим поведением и сдерживании своих эмоций |
| Способны | — действовать быстро, не раздумывая,  — разрушать препятствия, нападать на врага, противо­стоять противнику,  — соперничать с другими людьми |
| Рекомендуемые ти­пы профессий | "природа" и "художественный образ" |
| не рекомендуемые типы профессий | "человек" и "знаковая система" |
|  | |
| **Тип 3** | **"Широкая могучая полноводная река"** |
| Представители данного типа ха­рактера | отличаются длительностью переживаний, медленным угасанием эмоций, склонностью к накоплению напряже­ния, чувствительны к несправедливости, остро реагируют на ущемление своих прав, подозрительно относятся к другим |
| Стремятся | к постоянству, превосходству и повышению своего поло­жения |
| Испытывают стресс в ситуациях | — быстрых изменений,  — унижения собственного достоинства |
| Реагируют на стресс | критическим отношением к окружающим, обвинением других людей, предъявлением требований по отношению к ним |
| Часто испытывают чувства | обиды |
| Могут восприни­маться окружаю­щими как | упрямые, мелочные, самолюбивые |
| Могут испытывать затруднения при | — обращать внимание на детали, не упуская из виду ни­каких мелочей, |
| Способны | — не доверять первому встречному |
| Рекомендуемые ти­пы профессий | " техника" и " природа" |
| Не рекомендуемые типы профессий | "человек" |

|  |  |
| --- | --- |
| **Тип 4** | **"Извилистая речка с крутыми берегами"** |
| Представители данного типа ха­рактера | характеризуются быстро меняющимся настроением, лег­костью возникновения и прекращения чувств, зависимо­стью поведения от сиюминутного настроения и ситуации |
| Стремятся | к вниманию окружающих |
| Испытывают стресс в ситуациях | безразличного отношения со стороны других людей |
| Реагируют на стресс | демонстративным поведением, рассчитанным на внешний эффект, стремлением произвести впечатление, склонно­стью к притворству |
| Часто испытывают чувства | обиды |
| Могут восприни­маться окружаю­щими как | артистичные, тщеславные, капризные |
| Могут испытывать затруднения при | необходимости устойчивой деятельности |
| Способны | — нравиться окружающим, производить благоприятное впечатление,  — быстро ориентироваться в людях, легко вступать в контакт, приспосабливаться к окружающим |
| Рекомендуемые ти­пы профессий | "человек" и "художественный образ" |
| не рекомендуемые типы профессий | "знаковая система" и "природа" |
|  | |
| **Тип 5** | **"Разветвленная река с большим количеством прото­ков и островов"** |
| Представители данного типа ха­рактера | отличаются неуверенностью в своих возможностях, коле­баниями при выборе решения, сомнениями в его пра­вильности, стремлением его перепроверять, опасениями по поводу возможных последствий 4 |
| Стремятся | к безопасности и защите |
| Испытывают стресс в ситуациях | —угрозы,  —неопределенности, непредсказуемости и неупорядо­ченности |
| Реагируют на стресс | ориентацией поведения на избежание неудач, стремлени­ем тщательно планировать свои действия, контролиро­вать и корректировать их, склонностью держаться знако­мых людей и привычных ситуаций |
| Часто испытывают чувства | беспокойства, тревоги, страха |
| Могут восприни­маться окружаю­щими как | нерешительные, мнительные, аккуратные, предусмотри­тельные, осторожные |
| Могут испытывать затруднения | в условиях недостатка времени или информа­ции |
| Способны | —предварительно все обдумывать, прежде чем начать действовать,  — соблюдать порядок и точность, сдерживать свои чув­ства,  — выполнять однообразную деятельность |
| Рекомендуемые ти­пы профессий | "знаковая система", "техника" и "природа" |
| не рекомендуемые типы профессий | не выявлены |
|  | |
| **Тип 6** | **"Очень глубокая река с медленным течением"** |
| Представители данного типа ха­рактера | склонны к пониженному настроению, пессимистически оценивают свои перспективы, предъявляют к себе завы­шенные требования, недооценивают свою значимость и полезность, склонны к глубоким привязанностям, преда­ны своим близким и своему делу |
| Стремятся | быть нужными кому-либо |
| Испытывают стресс в ситуациях | — одиночества, разрыва, утраты, собственной ненужно­сти |
| Реагируют на стресс | агрессией, направленной на самого себя, критикой и об­винением себя даже в случае незначительных ошибок и неудач, подавленным состоянием |
| Часто испытывают чувства | печали, вины |
| Могут восприни­маться окружаю­щими как | молчаливые, серьезные, надежные, добросовестные |
| Могут испытывать затруднения при | при ошибках и неудачах |
| Способны | — принимать ответственность на себя,  — оказывать помощь другим даже в ущерб своим собст­венным интересам |
| Рекомендуемые ти­пы профессий | "техника", "знаковая система", "природа" |
| не рекомендуемые типы профессий | "человек" |

*Интерпретация и выводы:* Как определить, к какому типу характера вы принадлежите'?

Чтобы оценить степень выраженности черт каждого из шести типов ха­рактера, вам необходимо вновь обратиться к характерологической анкете. Во­просы этой анкеты объединены в 6 групп по 8 или 12 вопросов. Каждая группа вопросов соответствует одному из 6 типов характера, с которыми мы познако­мились. В каждой группе необходимо подсчитать количество вопросов, на ко­торые вы ответили "да", умножить это количество на коэффициент "2" или "3", указанный для этой группы в самом правом столбце, и полученный результат записать в клетке ниже соответствующего коэффициента. В результате по каж­дому типу вы получите оценку от 2 до 24 баллов.

В том случае, если вы получили оценку по какому-либо типу, равную 12 баллам и более, то черты этого типа у вас достаточно сильно выражены. Если вы получили оценку более 12 баллов только по одному типу, то он и является для вас наиболее характерным. Если вы набрали более 12 баллов по двум или нескольким типам сразу, то ваш тип будет определяться максимальной, наибо­лее высокой оценкой, но только в том случае, если разница оценок между ти­пами составляет более 3 баллов. Если же разница между типами незначительна, то можно предположить, что вам присущи черты, характерные для каждого из этих типов. В этом случае ваш тип является сложным, смешанным, объеди­няющим черты сразу двух или нескольких типов характера. Наконец, если ни по одному типу вы не набрали более 12 баллов то определить тип вашего ха­рактера затруднительно, поскольку ни одна из черт не является достаточно сильно выраженной.

А что делать в том случае, если результаты анкеты указывают на то, что вы принадлежите к одному тип у характера, а вам кажется, что для вас характе­рен другой тип? Никаких проблем. Кто знает вас лучше, чем вы сами? Шести­десяти вопросов анкеты может оказаться недостаточным для точного определе­ния вашего типа характера. И если вы уверенно узнали себя в одном из шести описаний, то, скорее всего, так оно и есть. Характерологическая анкета носит вспомогательный характер для определения типа личности человека. Поэтому вы можете смело пользоваться описаниями типов для оценки своего характера напрямую.

Знать тип своего характера может быть полезно. Во-первых, мы можем лучше себя понять. Мы можем выяснить, что те или иные особенности нашего поведения и переживаний не случайны, они связаны с нашим характером. Во-вторых, мы можем сказать, какие трудности для нас могут быть характерны в большей степени, и как нам их лучше преодолевать. В-третьих, мы можем уз­нать, какие профессии для нас больше всего подходят.

Воля как черта характера заключается в умении преодолевать труд­ности при достижении поставленной цели. Для волевого человека нетрудно справиться со своими «хочу» или «не хочу». В его сознании возникают мысли: «надо», «я должен», «необходимо», которые и побеждают отрицательные эмо­ции.

**Воля** - это власть человека над самим собой: способность управлять, ре­гулировать свою деятельность, сознательно строить свою жизнь. Оцените, на­сколько развита ваша сила воли.

***Игровой тренинг «Дорога в горы».***

Твой друг живет в горах. Сегодня - выходной день, он пригласил тебя и твоих друзей в гости. Вы решили, что будет полезно прогуляться. К тому же в тех местах, где вы живете, очень жарко и хотелось бы побыть гам, где прохлад­но. Вы садитесь в машину, заезжаете за друзьями и вместе отправляетесь в путь.

*ПЕРВАЯ ОСТАНОВКА****.***

Часть дороги очень плохая, впереди - большая яма, полная воды.

Варианты выбора:

**1**. Вам удается объехать яму, и вы продолжаете путь.

**2**. Вы застряли в яме. Выбраться без посторонней помощи невозможно. Придется ждать, пока кто-нибудь вытащит.

*ВТОРАЯ ОСТАНОВКА****.***

Встречная машина вытащила вас. И вы на автостраде. На часах - полдень. Друзья просят прибавить скорости, в машине очень жарко. Вам хочется приба­вить скорость и показать возможности машины.

Варианты выбора.

**1.** Вы отказываетесь от этой идеи, опасаясь дорожных неприятностей.

**2.** Вы поддаетесь на уговоры друзей и жмете на газ. Но на дороге - работ­ник автоинспекции и вас штрафуют за превышение скорости.

*ТРЕТЬЯ ОСТАНОВКА.*

У вас совершенно испортилось настроение, а дорога становится все кру­че.

Друзья шутят, смеются, требуют увеличить скорость. Общение с друзья­ми раздражает. У вас возникают неприятные ощущения.

Варианты выбора:

**1.** Вы открываете окно, включаете радио, и все проходит.

**2.** Вы останавливаете машину, выходите на обочину, ищете уголок, чтобы полежать и успокоиться.

*ЧЕТВЕРТАЯ ОСТАНОВКА.*

Раздражение прошло, стало легче. Вы отправляетесь в путь, горная доро­га, свежий воздух, хорошая музыка, шутки друзей и вдруг - хлопок: прокол шины.

Варианты выбора:

**1.** Призвав на помощь друзей, вы меняете колесо и продолжаете путь.

**2.** Вы в ярости. Настроение безнадежно испорчено. Вы пинаете машину и ушибаете ногу. Пока боль не утихнет, вы не можете отправляться в путь.

*ПЯТАЯ ОСТАНОВКА.*

Дорога становится все круче. Много времени потеряно, хочется достичь цели быстрее, и немного отдохнуть.

Варианты выбора:

1. Вы обсуждаете с друзьями, как можно изменить план прогулки не в ущерб самой прогулке, себе и друзьям.

2. Вы решаете ехать быстрее, но ГАИ не дремлет... Штраф, неприятные объяснения, ссора с друзьями.

***Рефлексия игры***

1. Дорога, по которой вы ехали, напоминает нашу жизнь?

2. Можно ли прожить жизнь без препятствий и неудач?

3. Как к ним относится?

4. Каким образом данная игра относиться к теме нашего разговора?

***Тест «Ваша коммуникабельность»***

На каждый из 16 приведенных ниже вопросов выберите один из альтер­нативных ответов: «Да», «Иногда», «Нет».

**1.** Вам предстоит деловая встреча. Выбивает ли Вас из колеи ее ожида­ние'?

**2**. Не откладываете ли Вы визит к врачу до тех пор, пока не станет не­вмоготу?

**3.** Вызывает ли у Вас смятение и неудовлетворение поручение выступить с докладом, сообщением, информацией на уроке, собрании или тому подобном мероприятии

**4.** Вам предлагают съездить в другой населенный пункт город или село, где Вы никогда не были. Приложите ли Вы максимум усилий, чтобы избежать этой поездки?

**5.** Любите ли Вы делиться своими переживаниями с кем бы то ни было?

**6.** Раздражаетесь ли Вы, когда незнакомый человек на улице обращается к Вам с просьбой показать ему дорогу, назвать время, ответить на какой-либо еще вопрос?

**7.** Верите ли Вы, что существует проблема «отцов и детей» и что людям разных поколений трудно понимать друг друга?

**8.** Постесняетесь ли Вы напомнить знакомому, что он забыл отдать Вам долг, который занял несколько месяцев тому назад?

**9.** В ресторане или столовой Вам подали явно недоброкачественное блю­до. Промолчите ли Вы, лишь рассерженно отодвинув тарелку?

**10.**Оказавшись один на один с незнакомым человеком, Вы не вступите с ним в беседу и будете тяготиться, если первым заговорит он. Так ли это?

**11.** Вас приводит в ужас любая длинная очередь, где бы она ни была: в магазине, кассе кинотеатра и т.п. Предпочтете ли Вы отказаться от своего на­мерения, нежели стать в хвост и томиться в ожидании?

**12.**Боитесь ли Вы участвовать в какой-либо комиссии по рассмотрению конфликтных ситуаций?

**13.**Есть ли у Вас сугубо индивидуальные критерии оценки произведений литературы, искусства, культуры, и никаких, чужих мнений Вы не принимаете?

**14.**Услыхав где-нибудь в кулуарах высказывание явно ошибочной точки зрения по хорошо известному Вам вопросу, предпочтете ли Вы промолчать и не вступать в спор?

**15.**Вызывает ли у Вас досаду чья-либо просьба разобраться в том или ином вопросе или учебной теме?

**16.**Охотнее ли Вы излагаете свою точку зрения (мнение) в письменном виде, чем в устной форме?

*Ключ для подсчета баллов:*

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Ответы** | **Номер высказываний** | | | | | | | | | | | | | | | | **Количество ответов** | **Баллы** |
|  | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 | 15 | 16 |  |  |
| Да |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Иногда |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Нет |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Сумма баллов: | | | | | | | | | | | | | | | | | |  |

***За каждый ответ*** «Да» - 2 балла

***За каждый ответ*** «Нет» - 0 баллов

***За каждый ответ*** «Иногда» - 1 балл

*Интерпретация результатов тестирования:*

Если Вы набрали 30-32 балла -

Вы явно некоммуникабельны, и это Ваша беда, так как страдаете от это­го больше всего Вы сами, но и близким Вам людям нелегко. На Вас трудно по­ложиться в деле, которое требует групповых усилий. Постарайтесь стать общи­тельнее, контролируйте себя.

Если Вы набрали 23-29 баллов -

Вы замкнуты, неразговорчивы, предпочитаете одиночество, поэтому у Вас, наверное, мало друзей. Новая работа и необходимость новых контактор если и не ввергает Вас в панику, то надолго выводит из равновесия. Вы знаете эту особенность Вашего характера и бываете недовольны собой, Но не ограни­чивайтесь только недовольством. В Вашей власти переломить эти особенности Вашего характера. Разве не бывает, что при какой-нибудь сильной увлеченно­сти Вы приобретаете вдруг полную коммуникабельность? Стоит, только встряхнуться.

Если Вы набрали 19-24 баллов -

Вы в известной степени общительны и в незнакомой обстановке чувст­вуете себя вполне уверенно. Новые проблемы Вас не пугают. И все же с новы­ми людьми Вы сходитесь с оглядкой, в споры и дискуссии вступаете неохотно. В Ваших высказываниях порой много сарказма без всякого на то основания. Эти недостатки исправимы.

Если Вы набрали 14-18 баллов -

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

Если Вы набрали 9-13 баллов -

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

Если Вы набрали 4-8 баллов -

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

Если Вы набрали 0-3 балла -

Ваша коммуникабельность носит болезненный характер. Вы говорливы, многословны, вмешиваетесь в дела, которые не имеют к Вам никакого отноше­ния. Беретесь судить о проблемах, в которых совершенно некомпетентны. Вольно или невольно Вы бываете причиной разных конфликтов в Вашем окру­жении. Вспыльчивы, обидчивы, нередко бываете необъективны. Серьезная ра­бота не для Вас. И в школе, и дома людям повсюду трудно с вами. Вам бы по­работать над собой и своим характером. Прежде всего, воспитайте в себе тер­пимость и сдержанность, уважительное отношение к людям, наконец, подумайте и о своем здоровье - такой стиль жизни не проходит бесследно.

***Тренинг эффективного общения***

***Упражнение «Слепой и поводырь».***

Один ученик выполняет роль слепого человека, второй - роль его пово­дыря. «Слепой» должен выполнять команды поводыря, без которых он не мо­жет идти по комнате. «Поводырь» должен быть точен в своих командах, про­явить внимательность и тактичность, уважение к человеку, который беспомо­щен.

Учащиеся анализируют каждую игру и определяют, кто был убеди­тельнее в выполнении своих ролей в играх. Для этого они начинают свои ответ следующими предложениями:

1) Мне было легко, потому что...

2) Мне было трудно, потому что...

3) Убедительнее всех был …, потому что...

***Тренинг эффективного общения***

***«Упражнение «Телефонный разговор»***

Учащиеся садятся по кругу. По желанию ребята приглашаются к во­ображаемому телефону. Прежде, чем они начнут говорить, им необходимо из волшебной телефонной книги вытянуть номер телефона, по которому им нужно звонить. На карточке написаны не номера телефонов, а люди, которым нужно срочно позвонить.

Остальные учащиеся не знают, кому будет звонить ученик. Ученик не произносит ничего вслух. Ему разрешается жестикулировать, сидеть, ходить. Задача остальных - догадаться по жестам, мимике, поведению, кому звонит ученик.

Предполагаемое телефонное общение:

* мама
* друг
* младший брат, сестра
* старший брат, сестра
* учитель
* директор школы
* классный руководитель
* бабушка, дедушка
* тренер
* руководитель кружка или секции и т. д.

***Упражнение «Без маски»***

Учащиеся садятся в круг. Учитель сообщает:

«Перед вами в центре круга стопка карточек. Вы будете по очереди брать по одной карточке и сразу, без всякой предварительной подготовки, продол­жать фразу, начало которой написано в этой карточке.

Ваше высказывание должно быть предельно искренним и откровенным и относиться к теме прослушанного курса. Это могут быть ваши личные пережи­вания, отношение к содержанию курса, собственные взгляды на проблему про­фессионального самоопределения. Члены группы будут внимательно слушан, нас, и если они почувствуют, что вы неискренни и неоткровенны, вам придется еще раз взять карточку, но уже с другим текстом, и попробовать ответить».

*Примерное содержание карточек:*

«Мне особенно понравилось...»

«Я для себя определился в ...»

«Верю, что...»

«В будущем я...»

«Мне очень трудно...»

«Я считаю, что я способен...»

«В достижении поставленной цели мне помогут...»

«На занятиях курса я узнал о себе...»

«Чтобы сделать в жизни карьеру мне надо...»

«Конкретные шаги по достижению поставленной цели ...»

«Мои лучшие качества...»

«Поработать над собой мне надо в направлении...» «Особенно м

***Упражнение «Сбор чемодана в дорогу»***

Учащиеся на листах бумаги записывают фразу «Я возьму с собой в доро­гу...». Ограничивать направления размышлений не стоит, но, тем не менее, ре­бята понимают, что в дорогу с собой надо взять все то, что есть лучшее в каж­дом из них, что подчеркивает их индивидуальность («я умею делать, я знаю, я смогу, у меня получается лучше всех и т.д.).

Учитель говорит, что «звездная карта» каждого показывает у всех мно­го возможностей, много того, что делает каждого из нас уникальным, и того, что для всех нас - общее. Поэтому мы нужны друг другу, и каждый человек может добиться в жизни успеха и сделать так, чтобы другим рядом с ним было веселее и радостнее жить.

Учитель подчеркивает, что умение найти хорошее в каждом человеке также необходимо взять с собой в дорогу и предлагает ребятам бланки «теле­грамм» с проставленным именем адресата (метод случайного выбора). Надо написать однокласснику, самое хорошее, что можно о нем сказать.

Происходит торжественная раздача «телеграмм». Содержание «теле­грамм» обсуждается по желанию адресатов.

*В заключении учитель от себя добавляет каждому в его багаж:*

***МУЖЕСТВА***  (изменить то, что можно изменить в себе);

***СМИРЕНИЯ***  (принять то, что изменить в себе невозможно);

***РАЗУМА***  (чтобы отличить одно от другого).

Приложение 7

**Дидактические материалы к разделу «Труд в моей жизни»**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **№** | **Содержание курса** | **Кол-во часов** | | |
| всего | теория | практика |
|  | **«Мое жилище»** | **10** |  |  |
| 1. | Интерьер жилища |  | 1 |  |
| 2. | Характеристика и использование строительных материалов для ремонта дома |  | 1 | 2 |
| 3. | Составление сметы расходов |  | 1 |  |
| 4. | Ремонт в доме |  |  | 5 |
|  | **«Цветы в нашем доме»** | **10** |  |  |
| 1. | Биологические основы цветоводства |  | 1 |  |
| 2. | Строение цветочно-декоративных и овощных растений |  | 1 | 1 |
| 3. | Размножение декоративных растений |  | 1 | 1 |
| 4. | Растения открытого грунта |  | 1 | 1 |
| 5. | Химические вещества в растениеводстве |  | 1 |  |
| 6. | Аранжировка букетов и цветочных композиций |  | 1 | 1 |
|  | **«Готовим сами»** | **12** |  |  |
| 1. | Техника безопасности при кулинарных работах. Основы рационального питания |  | 1 | 1 |
| 2. | Сервировка стола |  |  | 1 |
| 3. | Холодные закуски |  |  | 1 |
| 4. | Блюда из мяса |  |  | 1 |
| 5. | Блюда из рыбы |  |  | 1 |
| 6. | Виды теста. Выпечка |  |  | 1 |
| 7. | Блины, блинчики, оладьи |  |  | 1 |
| 8. | Сладкие блюда, десерты |  |  | 1 |
| 9. | Домашние заготовки |  |  | 1 |
| 10. | Особенности и блюда национальной русской кухни |  | 1 | 1 |
| **IV** | **«Овощеводство»** | **10** |  |  |
| 1 | Особенности выращивания овощных и плодово-ягодных растений в Восточной Сибири. |  | 2 | 2 |
| 2 | . Климатические, почвенные и биологические факторы произрастания различных культур. Растения открытого и защищенного грунта. |  | 1 | 2 |
| 3 | Сбор урожая и способы его хранения. |  | 1 | 2 |
|  | **Итого** | **42** | **15** | **27** |

**«Мое жилище»**

1. *Пословицы о доме и домашнем хозяйстве.*

«Дом вести - не лапти плести»

«Мой дом - моя крепость».

«Дома и стены помогают»

«Домом жить - не разиня рот ходить».

«Не дом хозяина красит, а хозяин дом».

«Домой и кони веселей бегут».

«Хорошему хозяину и дом мал».

«Домой придешь, хлеб-соль найдешь».

«Хозяин лежит - весь дом лежит. Хозяин с постели – весь дом на ногах».

«В своем дому, что хочу, ворочу»

«Всякий дом хозяином держится».

«Дом невелик, да лежать не велит».

«Дома и солома съедома».

2. *Загадки*

Что в избе не видно? ( тепло)

Маленький, пузатенький весь дом стережет, (замок)

Каждый ходит по мне летом и зимой, а ездить нельзя.

(лестница)

Дедушка старый - весь белый; лето придет не - не глядят на него, зима настанет - обнимают его (печь)

Четыре уха, два брюха, (подушка)

И языка нет, а правду скажет (зеркало)

В лесу родился, в лесу вырос, в дом пришел, всех вокруг себя собрал (стол)

В лесу родился, в лесу вырос, в дом пришел, всех вокруг себя собрал, (стол)

3.Игра «Найди слова»

КРПСТО**ИНТЕРЬЕР**ПВФ**ПОЛ**Ц

КУЦШ**ДИЗАЙН**ЛДН**СВЕТ**ЖДЛШ

ПРОВ**ЦВЕТ**ЖД**СТИЛЬ**РПННГЗЖ

ФВ**МОДА**РОБОИВЖД**МЕБЕЛЬ**Г

ЛД**ШТОРА**ХЗЩ**ФАКТУРА**ВЛДПН

1. Конкурс. «Радуга в доме»

Учитель: Нам необходимо выбрать цветовую гамму помещения. Цвет активно воздействует на эмоции человека. Цветом можно выделить или, наоборот, нейтрализовать отдельные элементы интерьера, создать мягкий фон для других элементов. Назовите основные свойства цвета? Как правильно подобрать краску для пола, стен, потолка? В зависимости от чего подбирается цветовая гамма помещения?

**Задание командам**. Командам выдаются одинаковые карточки-задания с черно-белым изображением комнаты. Задача заключается в нахождении цветового решения с учетом ориентации окон на одну из сторон света и назначением помещения. После окончания работы представители защищают свои проект.

**«Цветы в нашем доме»**

1. Игра «Юные флористы»

Назовите виды комнатных растений

Назовите приемы ухода за комнатными растениями

Назовите способы размещений растений в интерьере

**Задание командам:** Вам даны набор цветов и «окно»,

расставить цветы в интерьере, объяснить, как называется этот способ размещения цветов.

Наглядный материал: «Окно» - эскиз комнаты с большим

окном, выполненный в перспективе на большом, картоне,

(картон покрыт обоями).

Набор цветов ~ нарисованные и вырезанные композиции

комнатных цветов, одиночные растения, садики и т.д.).

**«Готовим сами»**

1.Конкурс «Веселые поварята»

Командам предлагаются следующие вопросы:

Из каких продуктов готовят салат «Оливье»?

Из каких продуктов готовят Винегрет?

Из каких продуктов готовят Фруктовый салат?

Из каких продуктов готовят салат «Сельдь под шубой»?

Предложенный наглядный материал (в виде табличек) классифицировать по вопросам.

Картофель вареный «В мундире»

Морковь варенная «В мундире»

Яйца сваренные «Вкрутую»

Колбаса молочная

Лук репчатый

Горошек консервированный

Майонез

Свекла варенная «В мундире»

Морковь варенная «В мундире»

Картофель вареный «В мундире»

Капуста квашеная

Горошек консервированный

Огурцы маринованные

Огурцы свежие или маринованные

Уксус столовый

Масло подсолнечное

Яблоки

Апельсины

Бананы

Киви

Граната зерна

Груши

Йогурт

Персики консервированные

Сахар

Картофель вареный «В мундире»

Майонез

Свекла варенная «В мундире»

Морковь варенная «В мундире»

Яйца сваренные «Вкрутую»

Сельдь соленая

Лук репчатый

2. Викторина «Смак»

1. Изготовление какого продукта никогда не удается с первой попытки? (Блины: «первый блин комом».)

2.Что можно изготовить из молока? (Кефир, сметана, творог, масло.)

3.Какие орехи человек с давних пор с удоволь­ствием употребляет в пищу? (Фундук, фисташки, мин­даль, арахис, грецкие, кокосовые, кедровые.)

4.Какие растения люди используют в качестве при­правы? (Перец, корица, имбирь, тмин, гвоздика, лавр.)

5. Итальянский город, подаривший миру пиццу. (Не­аполь.)

6.Какой овощ пришел в Европу из Перу? (Карто­фель.)

7. Как называется горячий напиток, который долгое время заменял россиянам и чай и кофе? (Сбитень.)

1. Какое растение добавляется в кофе? (Цикорий.)
2. Отваром какого растения останавливают кровоте­чение, его еще заваривают как чай? (Крапива.)

10.Как называется полный набор столовой или чай­ной посуды? (Сервиз.)

11.Как называется кушанье из мелких кусочков мяса с приправой? (Рагу.)

12.Однолетнее травянистое огородное растение, употребляемое в качестве приправы. (Укроп.)

13.За разглашение секрета приготовления этого ла­комства кондитеру английского короля Карла грозила смертная казнь. Что это за блюдо? (Мороженое.)

14. Как именуется приспособление на кухне для варки, жарки и выпечки? (Плита.)

15. Назовите самый популярный вид холодной закуски. (Бутерброд.)

16.Середка во дворе, Голова на столе, Ноги на поле. (Хлеб.)

17.Назовите овощ, который выращивают .на Руси с давних пор, а его название происходит от латинского слова «голова». (Капуста.)

18.О каком продукте идет речь: «Не печено, не ва­рено, а завтрак на столе»? (Молоко.)

19 Любимое национальное белорусское блюдо из сырой картошки. (драники.)

20.Что за блюдо можно приготовить из вареного картофеля, моркови, свеклы, капусты, огурцов, лука и подсолнечного масла? (Винегрет.)

21.В воде родится, а воды боится? (Соль.)

22.Какие корнеплоды употребляются в пищу? (Кар­тофель, морковь, свекла.)

23. Назовите самоё любимое угощение во время  
древнерусского праздника Масленица. (Блины.)

3. Игра «Гигиена питания» (по типу телевизионной передачи «Своя игра»)

Хлеб - батюшка, а водица - матушка. (Поговорка).

Цели:

расширение и закрепление знаний о гигиене питания;

пропаганда здорового образа жизни;

создание условий для формирования умения работать в группе.

Правила игры

1. Правила сходны с правилами одноименной телеви­зионной игры.
2. В игре принимают участие три команды.
3. Право первого хода разыгрывается по жребию, за­тем команда называет вопрос, на который хочет отве­тить. В дальнейшем отвечает команда, капитан которой первым поднимает руку.
4. При правильном ответе на вопрос на счет команды поступает соответствующее цене вопроса количество баллов; при неправильном - команда штрафуется на со­ответствующее количество баллов, а право ответить на этот вопрос переходит к соперникам.
5. В игре встречаются следующие сектора:

* «Счастливый случай». Команда получает число бал­лов, указанных в данном вопросе.
* «Несчастный случай». Команда штрафуется на ука­занное число баллов.
* «Своя игра». Команда имеет право увеличить или уменьшить число баллов за данный вопрос.
* «Вопрос-аукцион». Одна команда может перекупить у другой вопрос, назначив более высокую цену.
* «Ва-банк». В случае игры ва-банк при неправильном ответе на счету команды остается ноль баллов, при правиль­ном - сумма баллов на счету удваивается. Другие команды могут перекупить этот вопрос только своим «ва-банком».

6. У ведущего должны быть два помощника: «таймер» -следит за временем, «компьютер» - подсчитывает баллы каждой команды.

7.Для игры надо заготовить фишки с надписями (10, 20,30,40,50,60,70,80,100) и фишки без надписи (для аук­циона).

8.Сумма баллов выбранного вопроса стирается из таблицы.

**I.Синий раунд.**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Загадки** | **10** | **20** | **30** | **40** | **50** |
| **Азбука кулинарии** | **10** | **20** | **30** | **40** | **50** |
| **Ядовитые грибы** | **10** | **20** | **30** | **40** | **50** |
| **Ядовитые растения** | **10** | **20** | **30** | **40** | **50** |

Тема «Загадки». Вопросы:

10 баллов. Сладкий камень в воде тает. (Сахар.)

20 баллов. Жидко, а не вода, бело, а не снег. (Молоко.)

30 баллов. В доме еда, а дверь заперта. (Яйцо.)

50 баллов. «Кот в мешке». Тема «Аптека на грядке». 20 баллов. Эти растения с характерным резким запахом являются хорошим средством в профилактике простуд­ных заболеваний. (Лук и чеснок.)

Тема «Азбука кулинарии». Вопросы.

10 баллов. «Счастливый случай».

20 баллов. Молодая хозяйка долила выкипевший мяс­ной бульон водой. Правильно ли она поступила? (Нет. Бульон доливать водой не рекомендуется.)

30 баллов. Какова продолжительность варки картофе­ля средней величины? (25-30 минут.)

40 баллов. «Своя игра». Когда нужно класть соль при варке мяса? (Через 15 минут после закипания.)

50 баллов. Как называется жарка в большом количе­стве жира? (Фритюр.)

Тема «Ядовитые грибы». Вопросы:

10 баллов. «Счастливый случай».

20 баллов. Этот гриб получил свое название за спо­собность убивать насекомых, однако он может отравить и человека. (Мухомор.)

30 баллов. Наиболее ядовитым грибом в Беларуси считается... (бледная поганка).

40 баллов. При отравлении этими грибами, растущи­ми на пнях, у человека возникают симптомы гастроэнте­рита. (Ложные опята.)

50 баллов. «Кот в мешке». Тема «Загадки о грибах». 20 баллов. Стоит старичок - красный колпачок. (Подосиновик.)

Тема «Ядовитые растения». Вопросы:

10 баллов. По легенде, Сократ был отравлен этим ра­стением семейства зонтичных. (Цикута.)

20 баллов. Почему при нелепом высказывании гово­рят: «Ты что, белены объелся?» (Отравление семенами белены негативно воздействует на нервную систему.)

30 баллов. Несмотря на то, что название этого расте­ния с итальянского переводится как «красивая госпожа», оно очень ядовито. (Беладонна.)

40 баллов. У этого представителя пасленовых ядови­ты все органы, при отравлении им наступают галлюци­нации («одурманивание») и даже кома. (Дурман обыкно­венный.)

50 баллов. Красивая ягода, похожая на глаз птицы, вызы­вает тяжелое отравление и даже смерть. (Вороний глаз.)

Тайм-аут.

**II. Красный раунд**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Инфекционные болезни ,передающиеся через пищу | 20 | 40 | 60 | 80 | 100 |
| Питание и болезни | 20 | 40 | 60 | 80 | 100 |
| Правила хранения продуктов и блюд | 20 | 40 | 60 | 80 | 100 |

Тема «Инфекционные болезни, передающиеся через еду»

20 баллов. Самое простое правило избежать «болез­ней грязных рук» - это... (мытье рук перед едой).

40 баллов. Именно такой водой рекомендуется мыть овощи и фрукты. (Кипяченой водой.)

60 баллов. Почему не следует покупать еду у продав­цов, торгующих «с рук»? (При приготовлении ее возмож­ны нарушения санитарных правил, что может привести к пищевым отравлениям и кишечным заболеваниям.)

80 баллов «несчастный случай».

100 баллов. «Кот в мешке». Тема «Целительные ато­мы». 20 баллов. Недостаток этого элемента в организме способствует возникновению кариеса зубов. (Фтор.)

Тема «Правила хранения продуктов и блюд».

20 баллов. «Несчастный случай».

40 баллов. Почему нельзя употреблять в пищу несве­жее мясо и рыбу? (Под действием микробов начинается гниение белков.)

60 баллов. В салатах, сыром фарше, твороге микроор­ганизмы развиваются особенно быстро, поэтому срок хранения их составляет. (3-4 часа).

80 баллов. «Счастливый случай».

100 баллов. Хозяйка нарезала сырое мясо, помыла разделочную доску и нарезала на ней хлеб. Правильно ли она поступила? (Нет. Для хлеба и сырых продуктов надо использовать различные разделочные доски.)

Тема «Питание и болезни».

20 баллов. «Несчастный случай».

40 баллов. Правильный режим питания для школьни­ков предусматривает прием пищи не реже, чем через каждые 3-4 часа, но не чаще, чем... (через 1-2 часа).

60 баллов. При недостатке в организме этого элемен­та наступает малокровие (анемия). Назовите элемент. (Железо.)

80 баллов. Что такое «голодная секреция» и к каким последствиям для организма она приводит? (При нере­гулярном питании выделяется желудочный сок с повы­шенной кислотностью, что приводит к заболеванию яз­вой желудка. )#

100 баллов. «Своя игра». Недостаток в организме фермента лактозы приводит к появлению аллергии на этот продукт. (молоко).

**III. Подведение итогов. Награждение**

**Список литературы, которая может быть использована**

**при подготовке занятий блока.**

1. Арефьев И.П. Занимательные уроки технологии для девочек. 5,6,7,8,9 классы. Пособия для учителей. - М.: Школьная пресса, 2005.
2. Базанова Т.А. Учу школьников оформлять интерьер.//Школа и производство. - 2001. - №7. - с.61.
3. Лонтковская Р. Уют и комфорт в вашей квартире. М.: Мир книги, 2003.-352с.
4. Обучение технологии в средней школе: 5-11 кл.

Метод.пособие. - М.: Гуманит.изд.центр ВЛАДОС, 2003. -208с.

1. Технология: Конспекты уроков, элективные курсы: 5-9 классы /Сост. Л.В. Барылкина, СЕ. Соколова. - М.: 5 за знания, 2006. - 208 с. (методическая библиотека).
2. Технология: Учебник для учащихся 5 класса общеобраз.учреждений. - 2-е изд., / Под ред. В.Д. Симоненко. - М.: Вентана - Графф, 2004. - 192.)
3. Технология: Учебник для учащихся 5 класса общеобразоват. школы. /Под ред. В.Д. Симоненко. - М.: «Вентана - Графф, 1997. - 256с.
4. Технология: Учебник для учащихся 6 класса общеобразоват. школы. / В.Д. Симоненко, Ю.В. Крупская, О.А. Кожина и др.; под ред В.Д. Симоненко - М.: «Вентана- Графф, 2000. - 240с.

9.Технология: Учебник для учащихся 7 класса общеобразоват. школы. / В.Д. Симоненко, О.В. Табарчак, Н.В. Синица и др.; Под ред В.Д. Симоненко - М.: «Вентана-Графф, 1999.-24 .

10.1000+1 совет по уходу за комнатными растениями./ Авт. – сост. Е. Манжос. – М, 1999. – 432 с.

11.Аксёнов Е.С., Аксёнова Н.А. Декоративные растения. Т. II. (Травянистые растения).

12.Вакуленко В.В., Лайцева Е.Н., Клевенская Т.М и др. Справочник цветовода. М. Колос, 1996.

13.Д-р Д.Т. Хессайон. Всё о комнатных растениях ExpertBooks 1998.

14.Капранова Н.Н. Комнатные растения в интерьере. – М.: Изд – во МГУ, 1989. – 190с.

15.Верзилин. Путешествие с домашними растениями. – Л, 1951

16.Тавлинова Г.К. Цветы в комнате и на балконе. – Л.: Колос. Ленингр. Отделение, 1982. – 192 с.

17. Цветы круглый год. - СПб.: Дельта - С.П.: 1999.-192с., ил.

18.Чуб В.В., Лезина К.Д. Комнатные растения. – М, 1999 – 336 с.

19. Энциклопедия Природы России. М.: 1997. –608с.; 48c. цв.илл.

20. Ботаника: Книга для учителя. – М.: Издательство “Первое сентября”, 2002.