

Министерство образования и науки Челябинской области  
государственное автономное профессиональное образовательное учреждение  
Челябинской области

**«ПОЛИТЕХНИЧЕСКИЙ КОЛЛЕДЖ»**




**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ  
ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ПРОГРАММА  
(общеразвивающая программа)**

**«ПСИХОЛОГИЯ»**

Магнитогорск, 2021г.

РАССМОТРЕНО:  
на заседании предметной (цикловой)  
комиссии Общеобразовательных дисциплин  
Протокол № 2 от «21» сентября 2021 г.  
Руководитель ПЦК

  
\_\_\_\_\_ / А.А. Антонов /  
Подпись

**Разработчики:**

1. Севостьянова Т. Г., преподаватель ГАПОУ ЧО «Политехнический колледж»

- Дополнительная общеобразовательная программа (общеразвивающая) «Психология» разработана в соответствии с требованиями Федерального Закона от 29.12.2012г. № 273 «Об образовании в Российской Федерации», Приказа Минпросвещения России от 09.11.2018 N 196 (ред. от 30.09.2020) "Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам" (Зарегистрировано в Минюсте России 29.11.2018 N 52831) и направлена на создание и обеспечение необходимых условий для расширения и углубления знаний обучающихся о психической деятельности человека; развития качеств личности обучающихся, необходимых для обеспечения эмоционального благополучия, укрепления психического и психологического здоровья, познания себя и других людей, эффективного общения в разных жизненных ситуациях, успешной социальной адаптации в настоящем и будущем.

## СОДЕРЖАНИЕ

<b>1</b>	<b>Общие положения.....</b>	<b>4</b>
1.1	Цель реализации программы.....	4
1.2	Направленность программы .....	4
1.3	Нормативно-правовые основы разработки программы.....	4
1.4	Требования к результатам освоения программы.....	4
1.5	Категория слушателей.....	5
1.6	Трудоемкость обучения.....	5
1.7	Форма обучения.....	5
1.8	Режим занятий .....	5
<b>2</b>	<b>Содержание программы.....</b>	<b>6</b>
2.1	Учебный план .....	6
2.2	Календарный учебный график .....	7
2.3	Рабочая программа.....	8
2.3.1	Структура и содержание учебной программы.....	8
2.3.2	Рабочий тематический план и содержание учебной программы.....	9
<b>3</b>	<b>Условия реализации учебной программы.....</b>	<b>17</b>
3.1	Материально-техническое обеспечение.....	17
3.2	Информационное обеспечение обучения.....	17
3.3	Организация образовательного процесса.....	17
3.4	Кадровое обеспечение образовательного процесса.....	17
<b>4</b>	<b>Оценка качества освоения программы.....</b>	<b>18</b>
	<b>ПРИЛОЖЕНИЕ 1</b>	<b>20</b>

# 1 ОБЩИЕ ПОЛОЖЕНИЯ

## 1.1 ЦЕЛЬ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

Целью реализации дополнительной общеобразовательной программы является:

- создание и обеспечение необходимых условий для расширения и углубления знаний обучающихся о психической деятельности человека; развития качеств личности обучающихся, необходимых для обеспечения эмоционального благополучия, укрепления психического и психологического здоровья, познания себя и других людей, эффективного общения в разных жизненных ситуациях, успешной социальной адаптации в настоящем и будущем.

## 1.2 НАПРАВЛЕННОСТЬ ПРОГРАММЫ – социально-гуманитарная.

## 1.3 НОРМАТИВНО-ПРАВОВЫЕ ОСНОВЫ РАЗРАБОТКИ ПРОГРАММЫ

Нормативную правовую основу разработки дополнительной общеобразовательной программы составляют:

- Федеральный Закон от 29.12.2012г. № 273 «Об образовании в Российской Федерации»;
- Приказ Министерства просвещения России от 09.11.2018 N 196 (ред. от 30.09.2020) "Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам», зарегистрировано в Минюсте России 29.11.2018 N 52831;
- Концепция развития дополнительного образования детей (утверждена распоряжением Правительства Российской Федерации от 04.09.2014 г. № 1726-р;
- Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей (Санитарно-эпидемиологические правила и нормативы СанПиН 2.4.4.3172-14);
- Письмо Министерства образования и науки РФ от 18.11.2015 г. № 09-3242 «О направлении информации» (вместе с «Методическими рекомендациями по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы)»;
- Локальные акты образовательной организации.

## 1.4 ТРЕБОВАНИЯ К РЕЗУЛЬТАТАМ ОСВОЕНИЯ ПРОГРАММЫ

В результате освоения дополнительной общеобразовательной программы, слушатель должен приобрести следующие знания и умения:

слушатель должен **знать:**

- базовые понятия из области общей и социальной психологии, психологии общения, психологии эмоций, конфликтологии, этнопсихологии и психологии познавательных процессов;
- виды конфликтов и пути их преодоления;
- эффективные формы работы в команде;

- методику определения своего темперамента, профессиональной ориентации, конфликтности, толерантности;
  - методику работы с психолого-диагностическим материалом;
  - проблемы современного общества, возможности защитить себя и своих близких;
  - виды социальной активности подростков;
  - методику и технику проведения опроса;
- слушатель должен **уметь**:
- взаимодействовать сообща, совместными усилиями добиваясь определённых результатов и находя новые решения проблем и ситуаций;
  - доверять друг другу и регулировать свое поведение, исходя из правил тренинговой работы;
  - применять на практике индивидуальные и групповые коммуникативные навыки;
  - защищать себя и своё здоровье;
  - высказывать и аргументировать свою позицию, при этом уважая мнение и позицию другого человека;
  - разрабатывать и реализовывать собственный проект;
  - самостоятельно развивать внимание, память, воображение, образное и логическое мышление.

### 1.5 КАТЕГОРИЯ СЛУШАТЕЛЕЙ

К освоению общеобразовательной программы (общеразвивающей программы) допускаются:

- любые лица без предъявления требований к уровню образования;
- обучающиеся ГАПОУ ЧО «Политехнический колледж», осваивающие основные профессиональные образовательные программы СПО.

### 1.6 ТРУДОЕМКОСТЬ ОБУЧЕНИЯ

Количество часов на освоение программы согласно учебному плану составляет **24 академических часов**, в том числе:

- обязательная аудиторная учебная нагрузка – **24 акад. часов**.

### 1.7 ФОРМА ОБУЧЕНИЯ – очная

### 1.8 РЕЖИМ ЗАНЯТИЙ – согласно календарного учебного графика.

## 2 СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

### 2.1. УЧЕБНЫЙ ПЛАН

№	Наименование разделов и тем	Общая трудоемкость, час	Аудиторные занятия, час.				Самостоятельная работа слушателей, час.
			Всего аудиторных часов	Лекции	Лабораторные работы	Практические занятия	
1	2	3	4	5	6	7	8
1	Раздел 1 «Зачем мы здесь собрались?»	1	1	-	-	-	-
2	Раздел 2 «Тренинг формирования эффективной команды»	5	5	-	-	-	-
3	Раздел 3 Тренинг коммуникативных навыков	9	9	-	-	-	-
4	Раздел 4 Тренинг личностного роста	2	2	-	-	-	-
5	Раздел 5 Тренинг «Развитие толерантности»	3	3	-	-	-	-
6	Раздел 6 Профилактика социальных заболеваний	3	3	-	-	-	-
7	Раздел 7 «Чему мы научились?»	1	1	-	-	-	-
<b>Итого</b>		<b>24</b>	<b>24</b>	-	-	-	-

## 2.2 КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК

№ п/п	Наименование разделов, тем	Общая трудоемкость	Всего аудиторных часов	Недели												
				1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	
1	Раздел 1 «Зачем мы здесь собрались?»	1	1	1												
2	Раздел 2 «Тренинг формирования эффективной команды»	5	5	1	2	2										
3	Раздел 3 Тренинг коммуникативных навыков	9	9				2	2	2	2	1					
4	Раздел 4 Тренинг личностного роста	2	2								1	1				
5	Раздел 5 Тренинг «Развитие толерантности»	3	3									1	2			
6	Раздел 6 Профилактика социальных заболеваний	3	3												2	1
7	Раздел 7 «Чему мы научились?»	1	1													1
<b>Итого часов</b>		<b>24</b>	<b>24</b>													
<b>Количество часов в день</b>				<b>2</b>	<b>2</b>	<b>2</b>	<b>2</b>	<b>2</b>	<b>2</b>	<b>2</b>	<b>2</b>	<b>2</b>	<b>2</b>	<b>2</b>	<b>2</b>	<b>2</b>

## 2.3 РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

### 2.3.1 СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ПРОГРАММЫ

#### Объем учебной дисциплины и виды учебной работы

<b>Вид учебной работы</b>	<b>Объем часов</b>
<b>Максимальная учебная нагрузка (всего)</b>	<b>24</b>
<b>Обязательная аудиторная учебная нагрузка (всего)</b>	<b>24</b>
в том числе:	
Теория	24
лабораторные занятия	-
практические занятия	-
контрольные работы	-
<b>Самостоятельная работа обучающегося (всего)</b>	<b>-</b>
в том числе:	-
Виды самостоятельной работы:	-



### 2.3.2 Рабочий тематический план и содержание учебной программы

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала, практические занятия, самостоятельная работа слушателей		Объем часов	Уровень освоения
1	2		3	4
<b>Раздел 1 «Зачем мы здесь собрались?»</b>			<b>1</b>	
Тема 1.1 Вводное занятие	<b>Содержание учебного материала</b>		<b>1</b>	
	1	Содержание программы, правила её реализации. Ожидаемые результаты по окончании обучения. Практическое задание №1: Начальная диагностика.	1	
	<b>Лабораторные работы</b>		-	
	<b>Практические занятия</b>		-	
	<b>Контрольные работы</b>		-	
<b>Самостоятельная работа обучающихся</b>		<b>1</b>		
<b>Раздел 2 «Тренинг формирования эффективной команды»</b>			<b>5</b>	
Тема 2.1 Портрет нашей группы	<b>Содержание учебного материала</b>		<b>1</b>	
	1	Взгляд на свою группу со стороны. Беседа «Какой мы коллектив?» Практическое задание №2: Упражнение с элементами арт-терапии «Портрет нашей группы». Повторная диагностика групповой сплоченности.	1	
	<b>Лабораторные работы</b>		-	
	<b>Практические занятия</b>		-	
	<b>Контрольные работы</b>		-	
<b>Самостоятельная работа обучающихся</b>		-		
Тема 2.2 Формирование чувства «Мы»	<b>Содержание учебного материала</b>		<b>1</b>	
	1	Повышение референтности и социометрического статуса всех членов группы. Практическое задание №3: Игры на снятие барьеров и сближение. Игровая диагностика.	1	

	<b>Лабораторные работы</b>	-	
	<b>Практические занятия</b>	-	
	<b>Контрольные работы</b>	-	
	<b>Самостоятельная работа обучающихся</b>	-	
Тема 2.3 Сплочение и доверие	<b>Содержание учебного материала</b>	<b>1</b>	
	1   Формирование сплочения и доверия в группе. Практическое задание №4: Мини-беседа на тему доверия. Освоение пространства посредством игровых форм.	1	
	<b>Лабораторные работы</b>	-	
	<b>Практические занятия</b>	-	
	<b>Контрольные работы</b>	-	
	<b>Самостоятельная работа обучающихся</b>	-	
Тема 2.4 «Путешествие»	<b>Содержание учебного материала</b>	<b>1</b>	
	1   Повышение взаимного чувства доверия. Разработка общей символики: эмблема, девиз, название. Практическое задание №5: Игры с принятием совместных решений.	1	
	<b>Лабораторные работы</b>	-	
	<b>Практические занятия</b>	-	
	<b>Контрольные работы</b>	-	
	<b>Самостоятельная работа обучающихся</b>	-	
Тема 2.5 «Спасись и выжить»	<b>Содержание учебного материала</b>	<b>1</b>	
	1   Раскрытие и активация творческого потенциала команды, личностного потенциала каждого её члена. Формирование слаженных действий в команде. Практическое задание №6: Беседа на тему «Долго ли ты можешь находиться в одиночестве». Психогимнастические игры. Большая ролевая игра.	1	
	<b>Лабораторные работы</b>	-	
	<b>Практические занятия</b>	-	
	<b>Контрольные работы</b>	-	
	<b>Самостоятельная работа обучающихся</b>	-	
<b>Раздел 3 Тренинг коммуникативных навыков</b>		<b>9</b>	

Тема 3.1 Общение. Умение слушать и слышать собеседника	<b>Содержание учебного материала</b>		<b>1</b>
	1	Теоретические аспекты эффективного общения. Практическое задание №7: Беседа, игры и мини-упражнения. Диагностика готовности слушать и слышать собеседника.	1
	<b>Лабораторные работы</b>		-
	<b>Практические занятия</b>		-
	<b>Контрольные работы</b>		-
	<b>Самостоятельная работа обучающихся</b>		-
Тема 3.2 Средства общения	<b>Содержание учебного материала</b>		<b>1</b>
	1	Классификация средств общения. Практическое задание №8: Формирование и закрепление коммуникативных навыков при помощи упражнений и игр.	1
	<b>Лабораторные работы</b>		-
	<b>Практические занятия</b>		-
	<b>Контрольные работы</b>		-
	<b>Самостоятельная работа обучающихся</b>		-
Тема 3.3 Общение без слов	<b>Содержание учебного материала</b>		<b>1</b>
	1	Понятие невербального общения. Практическое задание №9: Игровые упражнения, направленные на формирование жестикюляции и мимики. Формирование навыков самоконтроля за невербальными проявлениями: жестами, мимикой, позой при разговоре.	1
	<b>Лабораторные работы</b>		-
	<b>Практические занятия</b>		-
	<b>Контрольные работы</b>		-
	<b>Самостоятельная работа обучающихся</b>		-
Тема 3.4 Наши эмоции и чувства	<b>Содержание учебного материала</b>		<b>1</b>
	1	Понятие эмоций и чувств. Роль эмоций и чувств в общении. Практическое задание №10: Упражнения на демонстрацию эмоций и чувств в различных моделях общения. Игры-переживания.	1
	<b>Лабораторные работы</b>		-
	<b>Практические занятия</b>		-
	<b>Контрольные работы</b>		-

	<b>Самостоятельная работа обучающихся</b>		<b>-</b>
Тема 3.5 Проявление эмоций и чувств	<b>Содержание учебного материала</b>		<b>1</b>
	1	Понятие эмпатии. Формирование внимательности к чувствам и эмоциям собеседника. Практическое задание №11: Тренинговая работа в парах и мини-группах: формирование и отработка навыков эмпатии, обучение технике саморегуляции.	1
	<b>Лабораторные работы</b>		<b>-</b>
	<b>Практические занятия</b>		<b>-</b>
	<b>Контрольные работы</b>		<b>-</b>
	<b>Самостоятельная работа обучающихся</b>		<b>-</b>
Тема 3.6 Конфликты и причины их возникновения	<b>Содержание учебного материала</b>		<b>1</b>
	1	Понятие конфликта в психологии. Причины конфликтов. Механизмы возникновения конфликтов. Барьеры и трудности в общении. Практическое задание №12: Самодиагностика степени своей конфликтности. Игровое моделирование конфликтных ситуаций.	1
	<b>Лабораторные работы</b>		<b>-</b>
	<b>Практические занятия</b>		<b>-</b>
	<b>Контрольные работы</b>		<b>-</b>
	<b>Самостоятельная работа обучающихся</b>		<b>-</b>
Тема 3.7 Пути решения конфликтов	<b>Содержание учебного материала</b>		<b>1</b>
	1	Различные подходы разрешения конфликтов в психологии. Практическое задание №13: Отработка теоретических знаний в мини-группах. Выработка подростками собственных решений конфликтных ситуаций. Тренинг бесконфликтного решения.	1
	<b>Лабораторные работы</b>		<b>-</b>
	<b>Практические занятия</b>		<b>-</b>
	<b>Контрольные работы</b>		<b>-</b>
	<b>Самостоятельная работа обучающихся</b>		<b>-</b>
Тема 3.8 Навыки публичных выступлений	<b>Содержание учебного материала</b>		<b>1</b>
	1	Особенности подготовки и проведения публичных выступлений. Практические советы при выступлениях на «большую аудиторию». Практическое задание №14: Релаксационные упражнения. Упражнения на	1

		саморегуляцию (как справиться с волнением).	
		<b>Лабораторные работы</b>	-
		<b>Практические занятия</b>	-
		<b>Контрольные работы</b>	-
		<b>Самостоятельная работа обучающихся</b>	-
Тема 3.9 Отработка навыков публичного выступления		<b>Содержание учебного материала</b>	<b>1</b>
	1	Моделирование публичного выступления. Практическое задание №15: Видеозапись выступления (с согласия обучающегося). Подготовка презентации. Самостоятельный анализ обучающимся своего вербального и невербального поведения по видеоматериалам. Коррекция ошибок в мини-группах.	1
		<b>Лабораторные работы</b>	-
		<b>Практические занятия</b>	-
		<b>Контрольные работы</b>	-
		<b>Самостоятельная работа обучающихся</b>	-
<b>Раздел 4 Тренинг личностного роста</b>			<b>2</b>
Тема 4.1 Тренинг креативности		<b>Содержание учебного материала</b>	<b>1</b>
	1	Понятие креативности. Первичные и вторичные способности. Практическое задание №16: Выполнение задач на сообразительность. Самооценка творческих способностей.	1
		<b>Лабораторные работы</b>	-
		<b>Практические занятия</b>	-
		<b>Контрольные работы</b>	-
		<b>Самостоятельная работа обучающихся</b>	-
Тема 4.2 Развитие мышления, памяти, внимания		<b>Содержание учебного материала</b>	<b>1</b>
	1	Когнитивные процессы и их особенности. Тест IQ. Практическое задание №17: Самодиагностика интеллектуального уровня. Упражнения на развитие мышления, памяти, внимания. Формирование навыков самостоятельного совершенствования когнитивных способностей.	1
		<b>Лабораторные работы</b>	-
	<b>Практические занятия</b>	-	

	<b>Контрольные работы</b>	-
	<b>Самостоятельная работа обучающихся</b>	-
<b>Раздел 5 Тренинг «Развитие толерантности»</b>		<b>3</b>
Тема 5.1 Толерантная личность	<b>Содержание учебного материала</b>	<b>1</b>
	1   Понятие толерантности. Понятие толерантной личности. Понятие интолерантной личности. Особенности и различия толерантной и интолерантной личности. Практическое задание №18: Упражнение на определение степени своей толерантности.	1
	<b>Лабораторные работы</b>	-
	<b>Практические занятия</b>	-
	<b>Контрольные работы</b>	-
	<b>Самостоятельная работа обучающихся</b>	-
Тема 5.2 Знакомство со стереотипами	<b>Содержание учебного материала</b>	<b>1</b>
	1   Понятие стереотипа. Виды и функции стереотипа. Популярные стереотипы. Механизмы возникновения стереотипов. Практическое задание №19: Игровой тренинг.	1
	<b>Лабораторные работы</b>	-
	<b>Практические занятия</b>	-
	<b>Контрольные работы</b>	-
	<b>Самостоятельная работа обучающихся</b>	-
Тема 5.3 Быть принятым другими – не значит быть как все	<b>Содержание учебного материала</b>	<b>1</b>
	1   Формирование положительной самооценки подростков. Развитие позитивного отношения к уникальности каждого человека. Практическое задание №20: Игровой тренинг.	1
	<b>Лабораторные работы</b>	-
	<b>Практические занятия</b>	-
	<b>Контрольные работы</b>	-
	<b>Самостоятельная работа обучающихся</b>	-
<b>Раздел 6 Профилактика</b>		<b>3</b>

<b>социальных заболеваний</b>			
Тема 6.1 Профилактика ВИЧ/СПИДа	<b>Содержание учебного материала</b>		<b>1</b>
	1	Проблема ВИЧ/СПИДа в современном обществе. Информация о развитии, путях заражения и возможностях предотвращения болезни. Меры самозащиты. Практическое задание №21: Профилактический тренинг.	1
	<b>Лабораторные работы</b>		-
	<b>Практические занятия</b>		-
	<b>Контрольные работы</b>		-
	<b>Самостоятельная работа обучающихся</b>		-
Тема 6.2 Профилактический семинар «Жизнь без наркотиков – реальная возможность»	<b>Содержание учебного материала</b>		<b>1</b>
	1	Мифы, связанные с наркоманией. Комплекс социальных, образовательных, медицинских и психологических мер, направленных на предупреждение возникновения какого-либо негативного явления. Пропаганда здорового образа жизни. Практическое задание №22: Освоение правил действия в случае столкновения с проблемой наркомании.	1
	<b>Лабораторные работы</b>		-
	<b>Практические занятия</b>		-
	<b>Контрольные работы</b>		-
	<b>Самостоятельная работа обучающихся</b>		-
Тема 6.3 Аукцион ценностей	<b>Содержание учебного материала</b>		<b>1</b>
	1	Понятие ценности. Понятие выбора. Практическое задание №23: Формирование навыков выбора. Тренинг.	1
	<b>Лабораторные работы</b>		-
	<b>Практические занятия</b>		-
	<b>Контрольные работы</b>		-
<b>Самостоятельная работа обучающихся</b>		-	
<b>Раздел 7 «Чему мы научились?»</b>			<b>1</b>
Тема 7.1	<b>Содержание учебного материала</b>		<b>1</b>

Итоговое занятие	1	Выставка с результатами проведенного опроса. Коллективное подведение итогов. Практическое задание №24: Заключительная диагностика.	1	
	<b>Лабораторные работы</b>		-	
	<b>Практические занятия</b>		-	
	<b>Контрольные работы</b>		-	
	<b>Самостоятельная работа обучающихся</b>		-	
<b>Всего:</b>			<b>24</b>	



### **3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ УЧЕБНОЙ ПРОГРАММЫ**

#### **3.1. Материально-техническое обеспечение**

Реализация дополнительной общеобразовательной программы осуществляется в учебном кабинете.

Оборудование учебного кабинета:

- рабочее место преподавателя;
- места по числу слушателей;
- комплект учебно-методической документации.

Технические средства обучения:

компьютер, средства отображения информации, проектор, экран, монитор, лицензионное программное обеспечение.

#### **3.2. Информационное обеспечение обучения**

##### **Основные источники:**

1. Бобченко Т. Г. Психологические тренинги. Основы тренинговой работы. Учебное пособие. — М.: Юрайт. 2020. 132 с.
2. Еромасова А. А. Общая психология. Методы активного обучения. Учебное пособие для вузов. — М.: Юрайт. 2019. 182 с.
3. Леонтьева В. Л. Психология. Учебное пособие для СПО. — М.: Юрайт. 2019. 152 с.
4. Немов Р. С. Общая психология. Учебник и практикум для СПО. В 3-х томах. Том 2. В 4-х книгах. Книга 4. Речь. Психические состояния. — М.: Юрайт. 2019. 244 с.

##### **Дополнительные источники:**

1. Психология. Учебник и практикум для СПО / под общ. ред. А. С. Обухова. — М.: Юрайт. 2019. 404 с.

#### **3.3 Организация образовательного процесса**

Организация учебного процесса при освоении программы осуществляется согласно рабочему учебному плану и графику учебного процесса.

#### **3.4 Кадровое обеспечение образовательного процесса**

Реализация программы обеспечивается педагогическими работниками образовательной организации.

#### 4. ОЦЕНКА КАЧЕСТВА ОСВОЕНИЯ ПРОГРАММЫ

Контроль и оценка результатов освоения дополнительной общеобразовательной (общеразвивающей) программы осуществляется посредством проведения текущего контроля, который осуществляется в процессе оценки устных ответов, практических заданий; анализа наблюдений при проведении психологических игр и упражнений, тренингов и психологических диагностик. По окончании курса слушателям выдается сертификат.

Результаты обучения (освоенные умения, усвоенные знания)	Формы и методы контроля и оценки результатов обучения
<b>Умения:</b>	
– взаимодействовать сообща, совместными усилиями добиваясь определённых результатов и находя новые решения проблем и ситуаций;	– оценка устных ответов; – оценка выполнения практических заданий; – анализ наблюдений при проведении психологических игр; – анализ проведения тренингов и диагностики.
– доверять друг другу и регулировать свое поведение, исходя из правил тренинговой работы;	– оценка устных ответов; – оценка выполнения практических заданий; – анализ наблюдений при проведении психологических упражнений; – анализ проведения тренингов и диагностики.
– применять на практике индивидуальные и групповые коммуникативные навыки;	– оценка устных ответов; – оценка выполнения практических заданий; – анализ наблюдений при проведении психологических игр и упражнений; – анализ проведения тренингов и диагностики;
– защищать себя и своё здоровье;	– оценка устных ответов; – оценка выполнения практических заданий; – анализ наблюдений при проведении психологических упражнений;
– высказывать и аргументировать свою позицию, при этом уважая мнение и позицию другого человека;	– оценка устных ответов; – оценка выполнения практических заданий; – анализ наблюдений при проведении упражнений;
– разрабатывать и реализовывать собственный проект;	– оценка устных ответов; – оценка выполнения практических заданий;
– самостоятельно развивать внимание, память, воображение, образное и логическое мышление.	– оценка устных ответов; – оценка выполнения практических заданий; – анализ наблюдений при проведении психологических игр; – анализ проведения тренингов и диагностики.
<b>Знания:</b>	

<ul style="list-style-type: none"> <li>- базовые понятия из области общей и социальной психологии, психологии общения, психологии эмоций, конфликтологии, этнопсихологии и психологии познавательных процессов;</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- оценка устных ответов;</li> <li>- оценка выполнения практических заданий;</li> <li>- анализ наблюдений при проведении групповых дискуссий и бесед;</li> <li>- анализ проведения тренингов;</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>- виды конфликтов и пути их преодоления;</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- оценка устных ответов;</li> <li>- оценка выполнения практических заданий;</li> <li>- анализ наблюдений при проведении психологических игр и упражнений;</li> <li>- анализ проведения тренингов;</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>- эффективные формы работы в команде;</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- оценка устных ответов;</li> <li>- оценка выполнения практических заданий;</li> <li>- анализ наблюдений при проведении элементов арт-терапии;</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>- методику определения своего темперамента, профессиональной ориентации, конфликтности, толерантности;</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- оценка устных ответов;</li> <li>- оценка выполнения практических заданий;</li> <li>- анализ проведения тренингов;</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>- методику работы с психолого-диагностическим материалом;</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- оценка устных ответов;</li> <li>- оценка выполнения практических заданий;</li> <li>- анализ проведения психологической диагностики;</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>- проблемы современного общества, возможности защитить себя и своих близких;</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- оценка устных ответов;</li> <li>- оценка выполнения практических заданий;</li> <li>- анализ проведения тренингов;</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>- виды социальной активности подростков;</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- оценка устных ответов;</li> <li>- оценка выполнения практических заданий;</li> <li>- анализ проведения анкетирования и психологических диагностик;</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>- методику и технику проведения опроса;</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- оценка устных ответов;</li> <li>- оценка выполнения практических заданий;</li> <li>- анализ проведения психологических диагностик;</li> </ul>

## **Психологические игры и упражнения.**

### *1. Упражнения на работу с именем.*

Используется на любом тренинге, когда участники знакомятся друг с другом.

Ритуал приветствия - игры по типу:

«Имя + мой любимый фильм»,

«Имя + то, куда мечтаю поехать»,

«Имя + самое запоминающееся событие каникул» и т.д.

Это служит напоминанием, как важно обращаться друг к другу по именам, а также это даёт определённый настрой на работу и «включение в круг».

Ритуал прощания – «Дерево настроения», помогает наглядно проследить настроение участников.

*2. Игры-разминки* – используются для того, чтобы подравнять функциональное состояние собравшейся группы. Эти игры позволяют ввести участников группы в тренинговую атмосферу, помочь им почувствовать атмосферу группы, расшевелить одних, несколько поубавить пыл других, поднять общий тонус всей группы и каждого её участника, например, «Рукопожатие», «Ловля моли», «Ветер дует», «Изобрази предмет», «Принцесса, Самурай, Дракон», игры с мячом и т.д.).

### *3. Большие ролевые игры.*

Это одна из важнейших составляющих тренинга с подростками, в течение которых они моделируют своё будущее, примеряют на себя новые роли, проживают в психологически защищенной, комфортной обстановке то, что чуть позже им придется прожить в социуме, учатся вербализировать свои переживания, принимать переживания других.

Примеры ролевых игр: «У дверей девушки», «Треугольник», «Наш двор», «Суд над стереотипом», «Как привлечь внимание» и т.д.).

### *4. Упражнения на новый сенсорный опыт*

Задания ставят подростка в ситуацию, в которой он заведомо вынужден столкнуться с относительно новым для него сенсорным опытом, причём в достаточно психологически комфортной, не опасной для него ситуации. Приобретённый опыт побуждает обучающегося поделиться с группой своими ощущениями и переживаниями, сравнить свои впечатления с впечатлениями и ощущениями других членов группы после получения от них обратной связи, например, упражнения «Слепой и поводырь», «Опознать на ощупь», «Поднять и покрутить» и т.д.

### *5. Упражнения на «границы психологического пространства».*

Это задания на демонстрацию психологических пространств и на манипуляцию с психологическими пространствами, например: показать, что такое зона психологического комфорта, а также игры-манипуляции. Пример таких игр: «Путаница», «Рекорд группы», «Пространство» и т.д.

### *6. Упражнения на «пространственное взаимодействие».*

Это игровые упражнения, в которых все участники тренинга активно взаимодействуют друг с другом, выполняя некоторую общую игровую задачу (такие упражнения используются обычно в тренинге командообразования, например, «Паутина», «Болото», «Переправа», «Телеграмма» и т.д.)

### *7. Упражнения на отработку различных навыков.*

Подростки отрабатывают навыки и умения, которые они получили на занятии.

### *8. Упражнения на речевые действия.*

Большинство упражнений этого типа из тренинга общения. Например, «Комплименты», «Госты», «Обвинения», «Речевые ассоциации» и т.д.

### *9. Упражнения на обратную связь.*

Обратная связь всегда присутствует, когда в тренинге формируются некоторые новые способы деятельности и когда внутри тренинга с её помощью увеличивается

продуктивность общения и оказывается межличностное влияние. Обратная связь в тренингах выступает как средство контроля и самоконтроля за выполнением действий на каждом этапе формирования некоторых новых способов деятельности. Оценивается не вся деятельность, а каждое действие. Эффективно использование в тренинге упражнений «Горячий стул», «Лучи солнца», «Линеечка» и т.д. Получение обратной связи происходит и путём задавания вопросов о пережитых чувствах и эмоциях после выполнения тех или иных. Из ответов часто делаются выводы об основных содержательных компонентах занятия, подкреплённых теоретической информацией. Также возможно на занятиях использование своеобразных отчётов обучающихся: сжатых или развёрнутых.

#### 10. *Арт-терапия.*

Создание творческого продукта в виде рисунка, коллажа, портрета группы.