



ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
НЕКВАЛИФИРОВАННОЙ
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

ИНФОРМАЦИЯ О СЕРТИФИКАТЕ

S/N: 23D16332126F20AC455A1AC0A6900C67

Владелец: Кулешин Максим Георгиевич

Должность: И.о. ректора

E-mail: kuleshin.mg@sspi.ru

Организация: ГБОУ ВО СГПИ

Дата подписания: 18.05.2023

Действителен: с 04.05.2023 до 04.05.2026

**ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ПО УЧЕБНОЙ ПРАКТИКЕ
И ВОЖАТСКОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ**

1. Перечень компетенций в процессе освоения образовательной программы в рамках учебной практики

Прохождение летней практики направлено на формирование у студентов-практикантов следующих компетенций:

Код компетенции: ОК 1.

Содержание компетенции: *«Понимать сущность и социальную значимость своей будущей профессии, проявлять к ней устойчивый интерес».*

Код компетенции: ОК 3.

Содержание компетенции: *«Оценивать риски и принимать решения в нестандартных ситуациях».*

Код компетенции: ОК 5.

Содержание компетенции: *«Использовать информационно-коммуникационные технологии для совершенствования профессиональной деятельности».*

Код компетенции: ОК 6.

Содержание компетенции: *«Работать в коллективе и команде, взаимодействовать с руководством, коллегами и социальными партнерами».*

Код компетенции: ОК 10.

Содержание компетенции: *«Осуществлять профилактику травматизма, обеспечивать охрану жизни и здоровья детей».*

Код компетенции: ПК 2.1.

Содержание компетенции: *«Определять цели и задачи внеурочной деятельности и общения, планировать внеурочные занятия».*

Код компетенции: ПК 2.2.

Содержание компетенции: *«Проводить внеурочные занятия».*

Код компетенции: ПК 2.5.

Содержание компетенции: *«Вести документацию, обеспечивающую организацию внеурочной деятельности и общения младших школьников».*

Код компетенции: ПК 3.2.

Содержание компетенции: *«Определять цели и задачи, планировать внеклассную работу».*

Код компетенции: ПК 3.3.

Содержание компетенции: *«Проводить внеклассные мероприятия».*

Код компетенции: ПК 3.4.

Содержание компетенции: *«Анализировать процесс и результаты проведения внеклассных мероприятий».*

2. Описание показателей и критериев оценивания компетенций на различных этапах их формирования, описание шкал оценивания

2.1. Критерии определения сформированности компетенций на различных этапах их формирования

Основой критериев для оценивания сформированности компетенции является демонстрируемый обучаемым уровень самостоятельности в применении полученных в ходе изучения учебной дисциплины, знаний, умений и навыков.

Уровни сформированности компетенций		
<i>пороговый</i>	<i>повышенный</i>	<i>продвинутый</i>
Компетенция сформирована. Демонстрируется недостаточный уровень самостоятельности практического навыка.	Компетенция сформирована. Демонстрируется достаточный уровень самостоятельности устойчивого практического навыка.	Компетенция сформирована. Демонстрируется высокий уровень самостоятельности, высокая адаптивность практического навыка.

2.2. Показатели оценивания компетенций и шкалы оценки

Шкала оценивания	Критерии оценивания
«отлично»	- оценка «отлично» выставляется студенту, если дневник практики заполнялся в полном объеме и своевременно, необходимый материал подобран в полном объеме, самостоятельно, методически правильно, все мероприятия подготовлены самостоятельно, методически правильно, наблюдалась систематическая творческая активность
«хорошо»	- оценка «хорошо» выставляется студенту, если дневник практики заполнялся в полном объеме, но не своевременно, материал подобран в малом объеме или с помощью педагогов, мероприятие разработано с недочётами; наблюдалось периодическое проявление творческой активности
«удовлетворительно»	- оценка «удовлетворительно» выставляется студенту, если дневник практики заполнялся не в полном объеме и не своевременно; подобранный материал не соответствует требованиям; мероприятие разработано методически неверно, несамостоятельно; эпизодические проявления творческой активности
«неудовлетворительно»	- оценка «неудовлетворительно» выставляется студенту, если дневник практики не заполнен; мероприятие не разработано; материал не подобран

3. Типовые контрольные задания и иные материалы, необходимые для оценки знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций в процессе освоения образовательной программы

Учебная «Летняя практика» предусматривает следующие виды деятельности:

- изучение специфики проявления возрастных и индивидуальных особенностей воспитанников, состояния их здоровья, условий жизни и воспитания;

- планирование коллективно-творческой деятельности по всем направлениям воспитания (в области развития познавательных интересов детей и подростков, нравственного, эстетического, трудового воспитания, спортивно-оздоровительной работы);

- планирование индивидуальной воспитательной работы с детьми и подростками.

Обязательные задания:

- определение целей и задач оздоровительной и воспитательной работы с детьми и подростками в лагере;

- планирование разнообразной деятельности детей и подростков;

- разработка отрядного мероприятия.

п/п	Разделы (этапы) практики	Содержание разделов (этапов) практики. Виды учебной деятельности на практике, включая самостоятельную работу студентов	Трудоемкость (в часах)	Формы текущего контроля
	Подготовительный	Собеседование с руководителем практики от организации, инструктаж студентов по ознакомлению с требованиями охраны труда, техники безопасности, пожарной безопасности, а также действующими в организации правилами внутреннего трудового распорядка. Ознакомление с приказом о выходе на практику и др. локальными актами	2	Запись в дневнике практики
	Производственный	Сбор, обработка и систематизация статистического и аналитического материала.	22	Запись в дневнике практики.
	Аналитический	Анализ полученной информации, подготовка отчета по практике.	8	Запись в дневнике практики.
	Отчетный	Подготовка и утверждение в пакета отчетной документации о прохождении практики, с последующим предоставлением на кафедру Института.	2	Дневник практики, отчет
	Защита отчета по практике.		2	Дифференцированный зачет
Итого			36	
Вид контроля			Дифференцированный зачет	

Отметка о выполнении индивидуального задания студента фиксируется в дневнике
Паспорт фонда оценочных средств
по учебной практике «Летняя практика»

п/п	Контролируемые разделы	Код контролируемой компетенции (или ее части)	Наименование оценочного средства
	1 этап: ориентационный этап практики	<p>Код компетенции: ОК 1. Содержание компетенции: <i>«Понимать сущность и социальную значимость своей будущей профессии, проявлять к ней устойчивый интерес».</i></p>	Комплект разноуровневых заданий
	2 этап: продуктивный	<p>Код компетенции: ОК 1. Содержание компетенции: <i>«Понимать сущность и социальную значимость своей будущей профессии, проявлять к ней устойчивый интерес».</i></p> <p>Код компетенции: ОК 3. Содержание компетенции: <i>«Оценивать риски и принимать решения в нестандартных ситуациях».</i></p> <p>Код компетенции: ОК 5. Содержание компетенции: <i>«Использовать информационно-коммуникационные технологии для совершенствования профессиональной деятельности».</i></p> <p>Код компетенции: ОК 6. Содержание компетенции: <i>«Работать в коллективе и команде, взаимодействовать с руководством, коллегами и социальными партнерами».</i></p> <p>Код компетенции: ОК 10. Содержание компетенции: <i>«Осуществлять профилактику травматизма, обеспечивать охрану жизни и здоровья детей».</i></p> <p>Код компетенции: ПК 2.1. Содержание компетенции: <i>«Определять цели и задачи внеурочной деятельности и общения, планировать внеурочные занятия».</i></p> <p>Код компетенции: ПК 2.2. Содержание компетенции: <i>«Проводить внеурочные занятия».</i></p>	Комплект разноуровневых заданий

	<p>3 этап: заключительный</p>	<p>Код компетенции: ПК 2.5. Содержание компетенции: <i>«Вести документацию, обеспечивающую организацию внеурочной деятельности и общения младших школьников».</i></p> <p>Код компетенции: ПК 3.2. Содержание компетенции: <i>«Определять цели и задачи, планировать внеклассную работу».</i></p> <p>Код компетенции: ПК 3.3. Содержание компетенции: <i>«Проводить внеклассные мероприятия».</i></p> <p>Код компетенции: ПК 3.4. Содержание компетенции: <i>«Анализировать процесс и результаты проведения внеклассных мероприятий».</i></p>	<p>Комплект разноуровневых заданий</p>
	<p>Итоговая конференция</p>	<p>Код компетенции: ПК 2.5. Содержание компетенции: <i>«Вести документацию, обеспечивающую организацию внеурочной деятельности и общения младших школьников».</i></p>	<p>Комплект разноуровневых заданий</p>

МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ СТАВРОПОЛЬСКОГО КРАЯ
Государственное бюджетное образовательное учреждение высшего
образования
Ставропольский государственный педагогический институт

Комплект разноуровневых задач (заданий)

ЛЕТНЯЯ ПРАКТИКА

(наименование практики)

1 этап – ориентационный этап практики

1 Задачи репродуктивного уровня

Задача (задание) 1 Заполнение дневника учебной практики

2 Задачи реконструктивного уровня

Задача (задание) 1. организационно-педагогическая работа: знакомство с условиями работы, правилами внутреннего распорядка, традициями лагеря.

Задача (задание) 2. изучение специфики проявления возрастных и индивидуальных особенностей воспитанников, состояния их здоровья, условий жизни и воспитания

2 этап - производственный

1 Задачи репродуктивного уровня

Задача (задание) 1 Заполнение дневника учебной практики

2 Задачи реконструктивного уровня

Задача (задание) 1. планирование коллективно-творческой деятельности по направлениям воспитания (в области развития познавательных интересов детей и подростков, нравственного, эстетического, трудового воспитания, спортивно-оздоровительной работы);

Задача (задание) 2. Знакомство с понятием режима, активного отдыха детей, с основами проведения санитарно-гигиенической работы и работы по самообслуживанию

Задача (задание) 3. Планирование индивидуальной воспитательной работы с детьми и подростками

3 этап - заключительный

1 Задачи репродуктивного уровня

Задача (задание) 1. Заполнение дневника учебной практики

Задача (задание) 2. Оформление отчетной документации по практике.

2 Задачи реконструктивного уровня

Задача (задание) 1 Итоговое совещание

Задача (задание) 2. Участие в итоговой конференции (доклады, презентации)

Критерии оценки:

- оценка «отлично» выставляется студенту, если дневник практики заполнялся в полном объеме и своевременно, необходимый материал подобран в полном объеме, самостоятельно, методически правильно, все мероприятия подготовлены самостоятельно, методически правильно, наблюдалась систематическая творческая активность

- оценка «хорошо» выставляется студенту, если дневник практики заполнялся в полном объеме, но не своевременно, материал подобран в малом объеме или с помощью педагогов, мероприятие разработано с недочётами; наблюдалось периодическое проявление творческой активности

- оценка «удовлетворительно» выставляется студенту, если дневник практики заполнялся не в полном объеме и не своевременно; подобранный материал не соответствует требованиям; мероприятие разработано методически неверно, несамостоятельно; эпизодические проявления творческой активности

- оценка «неудовлетворительно» выставляется студенту, если дневник практики не заполнен; мероприятие не разработано; материал не подобран

МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ СТАВРОПОЛЬСКОГО КРАЯ
Государственное бюджетное образовательное учреждение высшего
образования
Ставропольский государственный педагогический институт

ЛЕТНЯЯ ПРАКТИКА

(наименование практики)

СПЛАЧИВАЮЩИЙ ТИМБИЛДИНГ «МЫ-КОМАНДА»

Цель: объединение участников тренинга в команду; получение позитивных навыков взаимодействия в команде; ориентация на командную цель; улучшение взаимоотношений; улучшение коммуникации внутри команды.

Задачи:

- помочь участникам тренинга осознать значимость командной работы для повышения эффективности межличностных взаимоотношений
- дать участникам опыт командного взаимодействия;
- улучшить взаимоотношения в команде и помочь участникам тренинга осознать значимость каждого участника для создания команды;
- дать участникам тренинга положительную обратную связь.

I этап: знакомство.

Упражнение 1. Зашифрованное имя

Цель: знакомство участников тренинга.

Оборудование: карточки-листки, ручки для каждого участника.

Инструкция: Тренер раздает чистые карточки-листки. Предлагает участникам написать в столбик свое имя (обычно короткий вариант) и дописать на каждую букву своего имени – прилагательное, характеризующее автора.

Например,

Л - Легкая

Е - Естественная

Р - Рациональная

А - Активная.

После этого каждый участник представляет себя тренинговой группе.

Рефлексия:

1. Сложно ли было подобрать прилагательные к каждой букве своего имени?
2. Соответствуют подобранные вами прилагательные вашим личностным качествам?

II этап: разминка.

Упражнение 2. Снежки

Цель: разогрев участников тренинговой группы.

Оборудование: 30 листов А4, мел (если тренинг проводится на улице), веревка длиной 7-8 метров (если тренинг проводится в помещении).

Инструкция: тренинговая группа делится на 2 равные части. Каждой команде выдается по 15 листов А4, из которых они делают «снежки» (комочки). После этого, помещение, в котором проводится упражнение, делится на 2 части (натягиваем веревку, или проводим линию мелом). Каждая команда занимает свою сторону. На протяжении 3 минут, команды бросают друг другу «снежки». По истечении времени необходимо посчитать количество «снежков», которые остались на стороне каждой команды. Победит та команда, у которой будет больше «снежков».

Рефлексия:

1. Как вы организовывали работу в своей команде?
2. Кто взял на себя роль лидера в процессе выполнения упражнения?

III этап: работа по теме.

Притча «Вместе мы - сила»

Однажды добрый человек беседовал с Богом и спросил его: «Господи, я бы хотел узнать, что такое Рай и что такое Ад».

Господь подвел его к двум дверям, открыл одну и провел доброго человека внутрь.

Там был громадный круглый стол, на середине которого стояла огромная чаша, наполненная пищей, которая пахла очень вкусно. Добрый человек почувствовал, что у него слюньки потекли.

Люди, сидящие вокруг стола, выглядели голодными и больными. Все они выглядели умирающими от голода. У всех их были ложки с длинными-длинными ручками, прикрепленными к их рукам. Они могли достать чашу, наполненную едой, и набрать пищу, но так как ручки у ложек были слишком длинные, они не могли поднести ложки ко рту. Добрый человек был потрясен видом их несчастья.

Господь сказал: «Ты сейчас только что видел Ад».

Господь и добрый человек затем направились ко второй двери. Господь отворил ее. Сцена, которую увидел добрый человек, была идентичной предыдущей. Тут был такой же огромный круглый стол, та же гигантская чаша, которая заставляла его рот наполняться слюной. Люди, сидящие вокруг стола, держали те же ложки с очень длинными ручками. Только на этот раз они выглядели сытыми, счастливыми и погруженными в приятные разговоры друг с другом. Добрый человек сказал Господу: «Я не понимаю».

«Это просто, - ответил ему Господь, - эти научились кормить друг друга. Другие же думают только о себе. Ад и Рай устроены одинаково. Разница - внутри нас».

ВМЕСТЕ МЫ - СИЛА!!!

Упражнение 3. Волшебная лампа

Цель: упражнение позволяет участникам задуматься о тех изменениях, которые они хотели бы видеть в своей команде.

Оборудование: бумага для записок, карандаши, бумага формата А3.

Инструкция:

1. Группа, сидящая в общем кругу, получает следующую инструкцию: «Представьте себе: вы и ваша команда находят старую лампу, кто-то берет ее в руки, потирает и - сюрприз! - из нее появляется джинн. Теперь вы можете загадать три желания, но, поскольку вы нашли джинна вместе со своей рабочей командой, эти желания должны относиться к рабочей обстановке. Вы можете изменить своего босса, своих коллег,

сделать так, чтобы с вами работала ваша любимая тетя, чтобы коллеги чаще улыбались, чтобы офисный стол стал больше, и т. д. Каждый может загадать свои три желания».

2. Каждый пишет свои три желаемых изменения, относящихся к командной работе.

3. Общегрупповой список фиксируется на доске.

Рефлексия:

1. Можно ли что-то сделать, чтобы эти перемены произошли в реальности? Если нет, то что можно сделать для улучшения ситуации?

Упражнение 4. Кочки

Цель: Упражнение представляет из себя хорошее испытание на сплоченность и терпение команды. При реализации этого упражнения проявляются командные роли участников.

Оборудование: 10-15 листов А4.

Инструкция: Листы бумаги нужно расположить друг от друга на расстоянии одного человеческого шага, но шаг этот должен быть достаточно большим. «Внимание. Перед вами «ядовитое болото». И вам необходимо всей командой его преодолеть. Листы А4 это кочки, по которым вы можете болото пройти. Преодолевая болото вам нужно быть аккуратными. Важно соблюдать следующие правила:

Все участники должны находиться в постоянном контакте друг с другом.

Если контакт разорвался, то участники начинают прохождение болота заново.

Если кто-нибудь касается земли, вся команда начинает тонуть в «болоте» и упражнение также начинается сначала».

Рефлексия:

1. Как вы себя чувствуете?

2. Группа достигла цели? Она может гордиться результатом?

3. Что помогло вам?

4. Что мешало?

5. Какие выводы сделаем из этого упражнения?

IV этап: Завершение тренинга.

Упражнение 5. Приятные моменты

Цель: Завершение тренинга.

Оборудование: не требуется.

Инструкция: Пусть каждый участник закончит фразу: «Когда я буду вспоминать о сегодняшнем дне, то вспомню в первую очередь...» Для этого упражнения можно взяться за руки.

МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ СТАВРОПОЛЬСКОГО КРАЯ
Государственное бюджетное образовательное учреждение высшего
образования
Ставропольский государственный педагогический институт

ЛЕТНЯЯ ПРАКТИКА

(наименование практики)

ПЕДАГОГИЧЕСКАЯ ГОСТИНАЯ «ЦЕННОСТИ В ЖИЗНИ ЧЕЛОВЕКА»

Цель: побудить участников задуматься о собственных жизненных ценностях.

«Эпиграф». Занятие начинается с обсуждения ключевой фразы: «Каждый человек движется по жизни, опираясь на свои ценности».

Работа в тетради. Ведущий зачитывает основные ценности. Участники записывают их в тетради и совместно определяют, как они проявляются.

Например:

Ценности	Проявление ценностей
Слава, успех	Старается выделиться хорошим или плохим
Власть	Командует другими
Деньги	Стремится иметь много денег, дорогих вещей
Дружба	Имеет много друзей
Любовь	Дорожит отношениями с родственниками
Творчество	Любит придумывать, создавать новое
Спорт	Занимается спортом
Искусство	Любит слушать музыку, рисовать и т.п.
Природа	Любит бывать среди природы, путешествовать
Польза	Стремится приносить пользу, радость окружающим
Самосовершенство вание	Стремится развиваться в различных областях

Упражнение 1. Ценности и выбор профессии.

Инструкция: участникам предлагается обсудить, связаны ли ценности с выбором профессии. Если да, то как.

Упражнение 2. Определи ценности

Инструкция: ведущий читает выдержки из записей бесед со взрослыми людьми разных возрастов. Предлагает определить основные ценности этих людей.

«Для меня главное - это мой бизнес. Я очень много работаю, поздно прихожу домой. Мысли о нем приносят мне радость и возбуждение». Мужчина, 36 лет.

«Мне хочется больше гулять и общаться. Хотя я учусь в институте, меня это не очень занимает. Как провести вечер? Вот главный мой вопрос на каждый день». Девушка, 18 лет.

«Здоровье, здоровье - вот что главное. Было бы здоровье, а его как раз и нет». Мужчина, 72 года.

«Странное время. Дети выросли. Муж на работе. Не очень понимаю, чем занять себя. Кажется, я никому в этой жизни не нужна». Женщина, 46 лет.

«Летом - горы, байдарка вместе с женой и сыном. Зимой - лекции в институте, в выходные - лыжи. Когда есть время, то с удовольствием хожу в театр». Мужчина, 29 лет.

Упражнение 3. Переоценка ценностей

Инструкция: ведущий предлагает учащимся подумать, какие события в жизни человека могут подвести его к переоценке ценностей.

«Рассказ про еловую шишечку»

Говорят, что шишки на елке вырастают не каждый год. Но в тот год на елке около старого карьера выросло очень много шишечек, длинненьких, изящных, грациозных. Они весело обсуждали все важные женские вопросы: кто кому нравится сейчас, как красивее причесаться перед субботней дискотеккой? И конечно, как и все женщины, шишечки были ужасно любопытны. Именно любопытство и подвело нашу Шишечку. В тот год было очень много грибов. Но где искать подосиновик, как не в ельнике?

И вот однажды за грибами пришли мужчина и женщина. Все шишки почувствовали, что что-то не так. Это были не просто грибники. Они ласково смотрели друг на друга. Иногда они поднимали головы к небу, как будто пытались рассмотреть его сквозь верхушки елей. Иногда останавливали свои взгляды на елках, как будто пытались запомнить узор из веток.

- Странные люди, - говорили друг другу шишки. - Ведь они пришли за грибами, почему они смотрят на небо, а не на нас?

-А наша Шишечка поинтересовалась: А есть ли у этих странных грибников что-нибудь в корзинках? - и стала крутить головой, заглядывая в них.

Но она была очень резвая шишечка, и крутилась она резво, поэтому свалилась со своей ветки. Куда? Вы правильно догадались, прямо в глаз грибнику, а потом отскочила в траву.

Он схватился за глаз:

- Ойе-ей, как больно!

Шишечка вжалась в одуванчики, только бы он ее не заметил, иначе растопчет. Но грибник оторвал руку от глаза и стал шарить руками в траве.

- Где же она?

Глаз, наверное, сильно болел, потому что грибник не увидел шишку. Но его спутница нашла ее. Грибник не стал топтать шишку. К ее удивлению, он положил Шишечку в карман.

«Бросит в печку», - решила она, но смирилась с этим. Нечего было крутить головой, сама виновата. Еще не то заслужила.

Но дома в печку шишку не бросили. Сначала про нее просто забыли. Выглядывая из кармана, она видела, как грибники что-то едят. А потом грибник достал Шишечку и, к ее превеликому удивлению, приделав ей ножку, поставил на письменный стол.

- Знаешь, милая, - обратился он к женщине, - пусть эта шишечка стоит здесь и напоминает нам о чудесном лесе.

Шишечка от изумления даже приобрела дар речи, хотя обычно от изумления его теряют.

- Ты простил меня? - обратилась она к грибнику. - Но ведь я так виновата перед тобой.

- Я, простил? - удивился мужчина. - У меня нет права ни судить, ни прощать. Я совершил в жизни много ошибок, так же как и все люди. Просто твоя вина кажется тебе неизмеримо большей, чем есть на самом деле. Все люди ошибаются, таков закон жизни человека. Ведь волки не испытывают угрызений совести, убивая других животных. Иначе они не смогли бы жить. Это их закон. А совершать ошибки - закон наш. И еще наш закон - уметь видеть не только ошибки чужие и свои, но и свет вокруг нас. Свет в каждой еловой шишке, и стволике березы, свет в ночном небе и туманном утре. А главное, в каждом, кто окружает тебя. Но не просто видеть, а говорить: «Я вижу, потому что для людей так важно, чтобы окружающие замечали их свет».

Вопросы для обсуждения:

1. Как вы определили для себя основной смысл сказки?
2. Почему мужчина сказал, что у него нет права ни судить, ни прощать?
3. Какие ценности важны для этого человека?

КВЕСТ-ИГРА «ТРОПА БЕЗОПАСНОСТИ»

Ведущий: Уважаемые участники квеста «Тропа безопасности», сегодня командам предстоит проявить свои знания и умения в самых различных областях.

Вы прошли жеребьевку и были распределены по командам. Вам предстоит выполнить задания на 8 станциях, работа на которых будет оцениваться аниматорами. На данном пути помощниками и наставниками для команд станут модераторы.

Ведущий: Чтобы команды лучше познакомилась с модераторами и заявили о себе, сейчас мы проведем конкурс «Приветствие». Команды должны представить свое название, девиз-речевку и «фишку», которыми они будут представлять себя на станциях. Время на подготовку 5 минут.

Подготовка «Приветствия»

Ведущий: Итак, уважаемые участники, время на подготовку истекло. Просим Вас представить свои команды.

Конкурс «Приветствие»

Ведущий: Благодарим команды за представление. Жюри выставляет оценки. Результаты будут объявлены позже.

Команды! Настало время выдвигаться в путь и проявить себя в испытании квестом «Тропа безопасности». У каждой команды свой маршрут! Помните! Главное, это сплоченность Ваших команд, а самое главное знания, которые, я уверена, у Вас блестящие! Вперед друзья! И пусть удача будет на Вашей стороне!

Команды проходят станции квеста «Тропа безопасности»

Цель: командообразования в молодежной среде, формирование безопасной личности и навыков безопасного поведения посредством тимбилдинга

I станция «Скорая помощь» - оказание первой медицинской помощи по остановке кровотечения;

(МАТЕРИАЛЫ – плакат с изображением машины скорой помощи).

Цель: выявление навыков временной остановки наружного кровотечения.

Необходимые материалы: бинты, одноразовые медицинские перчатки, медицинские салфетки, «искусственная кровь» - 2 тубика.

Процедура проведения: Перед командами стоит задача наложить давящую повязку за ограниченное время.

Легенда-инструкция: «Перед Вами пострадавший, имеющий ранение в области плеча. Ваша задача остановить кровотечение, используя предложенные материалы».

После того, как команда завершит наложение давящей повязки, необходимо задать уточняющий вопрос: «Продемонстрируйте и опишите Ваши действия, если после того как Вы наложили повязку, она промокает» (поверх неё наложить ещё несколько плотно свёрнутых салфеток и крепко надавить ладонью поверх повязки).

Оценка результатов: оценивается правильность наложения повязки, время, алгоритм действий, правильный ответ на уточняющий вопрос. Для оценки результатов используется протокол (надеть перчатки – выполнить прямое давление на рану – наложить давящую повязку – закрыть рану несколькими сложенными салфетками или несколькими туго свёрнутыми слоями свёрнутого бинта – туго забинтовать сверху).

II станция «Выход всегда есть!» - как выбраться из горящего дома;

(МАТЕРИАЛЫ – плакат с изображением горящего дома)

Цель: оценить сформированность навыков последовательности действий в случае пожара в квартире.

Необходимые материалы: карточки «Выход из помещения возможен» и «Выход из помещения загрождает сильное задымление и пламя» (Карточки «Выход из помещения возможен»: Вызвать пожарных по телефону 112, Проверить задымление на лестничной площадке, посмотрев в глазок, Сделать мокрую повязку из ткани, Передвигаться на четвереньках, ползти, прижимая голову ближе к полу, Плотно закрывать за собой двери при перемещении, Как можно быстрее пройти задымленное пространство. Карточки «Выход из помещения загрождает сильное задымление и пламя»: Вызвать пожарных по телефону 112, Заткнуть щели в дверном проеме входной двери, вентиляционные отверстия в ванной и туалете мокрыми кусками ткани, Наполнить водой ванну или любую посуду, Постараться привлечь к себе внимание прохожих, высунуть из форточки яркий

кусок ткани и размахивать им, Постараться выбраться на балкон, плотно прикрыв за собой балконную дверь, и кричать, привлекая внимание прохожих).

Процедура проведения: Для выполнения данного задания необходимо поделить участников на две группы «Выход из помещения возможен» и «Выход из помещения заграждает сильное задымление и пламя», раздать участникам соответствующие карточки (см. необходимые материалы). После того как будут сформированы две группы участников, у которых будет по одному набору карточек, следует объяснить задание.

Инструкция: Итак, у каждой из групп есть определенный набор карточек, один из которых рассказывает, как можно безопасно покинуть горящую и/или задымленную квартиру. Другой набор карточек описывает действия в квартире, в которой произошло возгорание, и вы не можете покинуть квартиру, потому что выход вам заграждает сильное задымление и пламя.

Ваша задача – в командах как можно быстрее расположить в правильном порядке действия, которые написаны на ваших карточках, так, чтобы человек, оказавшийся в подобной чрезвычайной ситуации, мог воспользоваться алгоритмом, который вы составите, и безопасно покинуть квартиру или дожждаться спасательных служб.

У вас есть вопросы по заданию? (Вопросы участников). Отлично! Начинаем выполнять задание! Время!

После того, как участники разложили карточки, они должны ответить на проверочные вопросы:

* Для чего нужна мокрая повязка? (для того, чтобы не отравиться токсичными веществами).

* Почему нужно передвигаться ползком? (потому, что внизу меньше скопления дыма).

* Для чего нужно плотно закрывать за собой двери? (уменьшить вероятность распространения огня и дыма).

* Зачем нужно затыкать щели в проеме входной двери, вентиляционные отверстия в ванной и туалете мокрыми кусками ткани? (для того, чтобы постараться ограничить поступление дыма в квартиру).

* Для чего нужно наполнить водой ванну или любую посуду? (для смачивания, при необходимости входных дверей).

* Как можно привлечь внимание прохожих ночью? (подавать сигналы фонариком).

Правильная последовательность действий для карточек «Выход из помещения возможен»:

1. Вызвать пожарных по телефону 112;
2. Проверить задымление на лестничной площадке, посмотрев в глазок;
3. Сделать мокрую повязку из ткани;
4. Передвигаться на четвереньках, ползти, прижимая голову ближе к полу;
5. Плотно закрывать за собой двери при перемещении;
6. Как можно быстрее пройти задымленное пространство.

Правильная последовательность действий для карточек «Выход из помещения заграждает сильное задымление и пламя»:

1. Вызвать пожарных по телефону 112;

2. Заткнуть щели в дверном проеме входной двери, вентиляционные отверстия в ванной и туалете мокрыми кусками ткани;
3. Наполнить водой ванну или любую посуду;
4. Постараться привлечь к себе внимание прохожих, высунуть из форточки яркий кусок ткани и размахивать им;
5. Постараться выбраться на балкон, плотно прикрыв за собой балконную дверь, и кричать, привлекая внимание прохожих.

Примечание: Выстроенные участниками алгоритмы могут немного отличаться от приведенных выше. Главное, чтобы они соответствовали нормам безопасного поведения в подобной ЧС.

Оценка результатов: правильно выстроенные алгоритмы, время выполнения, правильные ответы на проверочные вопросы.

III станция «Наука вокруг нас: H₂O» - как очистить воду; **(МАТЕРИАЛЫ – плакат с изображением химической формулы воды)**

Цель: выявление навыков очистки воды.

Необходимые материалы: обязательные материалы – грязная вода, песок, ткань, пластиковая бутылка, консервная банка, ёмкость (котелок, чайник и т.п.); возможные материалы – дрова, спички. Карточки с различными действиями по очистке воды (фильтрация, кипячение воды 5 минут, кипячение воды 10 минут, вода должна отстояться не менее 30 минут; вода должна отстояться не менее 10 минут).

Процедура проведения: Перед командой ставится задача смоделировать очистку воды из предложенных материалов. Используя карточки составить алгоритм очистки воды.

Легенда-инструкция: Вы заблудились в лесу, вода закончилась. Но вы нашли небольшой водоём (речку, озеро, ручей). Используя предложенные материалы, очистите воду, сделайте её пригодной для питья. Старайтесь работать быстро, на время. Итак, приготовились, начали!

Оценка результатов:

Оценивается правильность действий (создание модели) по очистке воды, время, точность алгоритма.

Простейший фильтр представляет собой пустую консервную банку или пластиковую бутылку с двумя-тремя небольшими отверстиями, пробитыми в днище (пробке) и на две трети заполненную мелким песком, на дно банки или горлышко бутылки предварительно выкладывается кусок материи. Вода заливается сверху и, пройдя сквозь толщу песка, вытекает в отверстия. Для большей надежности процесс фильтровки лучше повторить многократно. Если вода очень загрязнена, песок следует периодически менять на более чистый.

А если банку или пластиковую бутылку заполнить разбитым на мелкие кусочки углем, взятым из прогоревшего костра, то получится более технологичный угольный фильтр. Чистый уголь получается, если дрова прожечь в какой-нибудь емкости на сильном огне. Дрова должны быть лиственных пород, так как хвойные породы придают отфильтрованной воде специфический вкус и запах.

В независимости от применяемого способа фильтрации в обязательном порядке следует прокипятить после этого воду в течение 10 минут. Затем дайте ей отстояться не менее 30 минут и осторожно слить чистую воду не взбаламучивая осадок.

IV станция «Наука вокруг нас: Алессáндро Джузеппе Антóнио Анастáсио Джерола́мо Умберто Во́льта» - электричество;

(МАТЕРИАЛЫ – плакат с изображением А. Вольты)

Цель: оценить сформированность навыков правильного использования электричества в быту.

Необходимые материалы: карточки с изображением бытовых приборов (изображения бытовых приборов, дающих наибольшую нагрузку на сеть: электрическая плита, масляный обогреватель, утюг, стиральная машина, электрочайник, СВЧ-печь; изображения бытовых предметов, дающих наименьшую нагрузку на сеть: компьютер, телевизор, холодильник, настольная лампа). Бланки с вопросами теста.

Процедура проведения: для проведения данного задания команде выдаются карточки (см. необходимые материалы), которые необходимо распределить по группам. Далее предлагается ответить на вопросы в тестовой форме. И заканчивается выполнение задания ответами на уточняющие вопросы.

Инструкция 1: В 2013 году треть всех пожаров произошла из-за ошибок эксплуатации электроприборов. Даже если дело не доходит до пожара, высока вероятность испортить проводку, оставить квартиру без электричества, сжечь сам электроприбор.

Как ни странно, многие люди продолжают бездумно использовать неисправные шнуры, тройники, розетки, регулярно перегружают сеть. Раз за разом, включая приборы в сеть, люди ориентируются не на возможности проводки, а на количество разъемов в «тройнике».

Если мы превышаем максимальную нагрузку, в лучшем случае – срабатывает предохранитель и просто выключается электричество. В худшем – происходит короткое замыкание и проводка вспыхивает.

Итак! Внимание, задание! Как можно скорее разложите карточки на две группы: в первую группу положите картинки, на которых изображены бытовые приборы, дающие наибольшую нагрузку на сеть, а во вторую – картинки, на которых изображены бытовые приборы, дающие наименьшую нагрузку на сеть.

Инструкция 2: После того как команда выделила группы, необходимо ответить на вопрос: «Какие приборы нельзя включать в сеть одновременно?»

Инструкция 3: В сумме электроприборы, включенные в сеть одновременно не должны давать большую нагрузку. Как правило, на самом электроприборе указана нагрузка (Ватт, кВт).

Как можно быстрее ответьте на следующие вопросы, выбрав правильный ответ (подчеркните):

1 вопрос: Чтобы не допустить перегрузки электросети, необходимо учитывать нагрузку на сеть, которую дают электроприборы. В квартире – на одну розетку **МАКСИМАЛЬНАЯ** нагрузка составляет:

1300 Вт (ватт); 1200 Вт (ватт); 1500 Вт (ватт); 1120 Вт (ватт).

2 вопрос: Чтобы не допустить перегрузки электросети, необходимо учитывать нагрузку на сеть, которую дают электроприборы. МАКСИМАЛЬНАЯ нагрузка составляет на квартиру составляет:

5-7 кВт; 3-4 кВт; 1-4 кВт; 8-10 кВт.

Оценка результатов: правильное выделение групп (Из бытовых приборов наибольшую нагрузку на сеть дают приборы с мощностью более 1000 Вт: электрическая плита, масляный обогреватель, утюг, стиральная машина, электрочайник, СВЧ-печь. Из бытовых приборов наименьшую нагрузку на сеть дают: компьютер, телевизор, холодильник, настольная лампа.); быстрота выполнения; правильные ответы на уточняющий вопрос и вопросы теста (Одновременно не рекомендуется включать 2 и более мощных электроприбора: масляный обогреватель/СВЧ-печь/стиральная машина/электрочайник/утюг.).

V станция «Человек есть общественное животное, наделенное разумом»
Аристотель социальный плакат на тему «Общественное здоровье»

Аристотель:

Аристотель, как и Платон, считал государство не просто средством обеспечения безопасности индивидов и регуляции общественной жизни с помощью законов. Высшая цель государства, согласно Аристотелю, состоит в достижении добродетельной жизни, а поскольку добродетель - условие и гарантия счастья, то соответственно жизни счастливой. Не случайно греческий философ определял человека как общественное животное, наделенное разумом. Человек своей природой предназначен к жизни сообща; только в общности люди могут формироваться, воспитываться как нравственные существа. Такое воспитание, однако, может осуществляться лишь в справедливом государстве: с одной стороны, подлинная справедливость, наличие хороших законов и их соблюдение совершенствуют человека и способствуют развитию в нем благородных задатков, а с другой - «целью государства является благая жизнь... само же государство представляет собой общение родов и селений ради достижения совершенного самодовлеющего существования», наилучшей жизни, которая, по Аристотелю, предполагает не просто материальный достаток (Аристотель был сторонником среднего материального достатка, когда в обществе нет ни бедных, ни слишком богатых людей), но в первую очередь соблюдение справедливости. Справедливость венчает все добродетели, к которым Аристотель относил также благоразумие, великодушие, самоограничение, храбрость, щедрость, правдивость, благожелательность.

Предпосылка политических концепций античных философов - признание законности и необходимости рабовладения. И у Платона, и у Аристотеля речь идет о государстве свободных: рабы не считаются гражданами государства. Люди от природы неравны, считает Аристотель: те, кто не в состоянии сам отвечать за свои поступки, не способен стать господином самого себя, не может воспитать в себе умеренность, самоограничение, справедливость и другие добродетели, тот раб по природе и может осуществлять лишь волю другого.

(МАТЕРИАЛЫ – плакат: Аристотель.

Цель: Социальные плакаты направлены на формирование общественного сознания. Актуальность социального плаката заключается в том, что он раскрывает проблематику и указывает на нравственные ценности общества

Необходимые материалы: бумага формата А1 в листах, краски гуашь, кисточки, губки, влажные салфетки

Процедура проведения: Для выполнения данного задания команда должна действовать по определенному алгоритму, но должны быть задействованы все участники команды.

Инструкция: Для выполнения данного задания необходимо участникам сформулировать идею социального плаката, дать ему название (слоган) и найти образное графическое решение. Одним из основных символов в построении целостного композиционного ансамбля, является слоган, который действует на зрителя, не только словом, как сутью проблемы, но и работает как графический образ с психологической составляющей. Социальный плакат должен отражать то, что всегда будет востребовано в обществе, потому что включает в себя глобальные проблемы, которые стоят перед культурно развивающимся обществом. В плакате должны быть характерные качества формирования целостности передачи проблематики. Информирова и призывая людей к солидарности, через остроту слога и образное графическое решение.

Ваша задача: команда должна работать вся, алгоритм: слоган-образное графическое решение- защита идеи лидером.

Оценка результатов: правильно выстроенные алгоритмы, время выполнения, качество выполнения, качество изложения.

VI станция «Знаковая система в жизни человека» Д.И. Менделеев – 1. система Менделеева в жизни человека, знаки на одежде;

(МАТЕРИАЛЫ – плакат: Д.И. Менделеев).

Цель: Социальные плакаты направлены на формирование общественного сознания. Актуальность социального плаката заключается в том, что он раскрывает проблематику и указывает на нравственные ценности общества

Необходимые материалы: карточки с заданием, маркеры.

Процедура проведения: Для выполнения данного задания команда должна посоветоваться и на карточках написать ответ.

Инструкция: Для выполнения данного задания команде выдаются две серии карточек. В первой серии карточек изображены химические элементы, которые наиболее часто встречаются в жизни человека и могут как выступать помощниками, так и быть опасны. Во второй серии карточек изображены условные обозначения на ярлыках одежды и текстильных изделий, содержащие информацию, которая помогает потребителю сохранить вид и цвет текстильных изделий, чтобы одежда носилась дольше. Многим, эти условные значки и пиктограммы на этикетках и ярлычках, непонятны. Давайте разберемся вместе.

Ваша задача: команда должна под каждым знаком дать один ответ.

Оценка результатов: правильность ответов, время выполнения, качество выполнения.

VII станция: «Гринпис» - «Безопасная переработка втор сырь»;

(МАТЕРИАЛЫ – плакат с изображением завода по переработки втор. сырья, фломастеры, цветные карандаши, ватманы)

Цель: сформировать представление о способах бережного отношения к природе.

Необходимые материалы: карточки с изображением втор. сырья (Бумага: офисная бумага, картон, книги, газеты, журналы, бумажная упаковка; Стекло: бутылки, банки, стеклбой; Пластик: пластиковые бутылки, пакеты и прочая упаковка; Металл: алюминиевые банки, лом черных и цветных металлов; Одежда: детская и взрослая одежда, обувь, игрушки; Опасные отходы: ртутные лампы, батарейки, аккумулятор, ртутные приборы и другие опасные отходы; Иное: электронный лом, картриджи для оргтехники, ветошь, бытовая техника). Бланки с вопросами викторины.

Процедура проведения: для проведения данного задания участникам выдаются карточки (см. необходимые материалы), которые необходимо распределить по группам. Для этого предлагается классификация втор. сырья: Бумага; Стекло; Пластик; Металл; Одежда; Опасные отходы; Иное.

Каждой группе участников предлагается бланк с вопросами.

Инструкция 1:

Внимание! Сейчас вам будет предложена классификация втор. сырья. Вам необходимо по очереди соотнести карточку (см. необходимые материалы) определенному виду втор. сырья из классификация. Как можно скорее разложите карточки по классификация втор. сырья.

Инструкция 2:

Сейчас Вам будет дан бланк викторины (см. необходимые материалы), на нем отражено по три вопроса, на которые необходимо ответить членам двух групп, выразив свое мнения по поводу бережного отношения к природе.

Первый вопрос: Раскройте понятие втор. сырье. (Материалы подлежащие повторной переработке.)

Второй вопрос: Чем занимается организация «Гринпис»? (Гринпис - это независимая международная организация, цель которой сохранить природу и мир на планете.)

Третий вопрос-задание: Нарисуйте социальный плакат на тему бережного отношения к природе!

Оценка результатов: Рассмотрения правильности соотнесения карточки (см. необходимые материалы) определенному виду втор. сырья из классификации.

VIII станция: «Психология вокруг нас» - учимся понимать эмоции и управлять эмоциональными переживаниями;

(МАТЕРИАЛЫ – карточки с изображением разных эмоций)

Цель: сформировать представление об эмоциях и рассмотреть способов управления эмоциональными переживаниями.

Необходимые материалы: фото-карточки с изображением разных эмоций (радость, удивление, сожаление, разочарование, подозрительность, грусть, веселье, спокойствие, уверенность, усталость)

Процедура проведения: участники делятся на две команды. Для проведения задания участникам предъявляются карточки (см. необходимые материалы), на которых

изображены разные эмоции. Участникам предлагается угадать эмоцию, изображенную на карточке.

Инструкция: Внимание! Сейчас каждая команда получит по пять карточек с эмоциями. Вам необходимо отгадать какая эмоция изображена на карточке.

Оценка результатов:

Рассмотрения правильности определения эмоционального переживания на изображении фотокарточек.

Ведущий: Рада снова видеть Вас, друзья! Думаю, что во время прохождения заданий на станциях, Вы проявили себя просто прекрасно! Давайте поддержим друг друга громкими, просто оглушительными аплодисментами!

Команды! Вы с честью прошли все станции и справились с заданиями наших аниматоров.

Жюри выставляет оценки и подводит итоги. И в завершении квеста «Тропа безопасности» приглашаю команды-участницы, на объявление результатов.

Ведущий: Прошу председателя жюри объявить результаты!

Жюри объявляет результаты.

Ведущий: Давайте поблагодарим жюри за выставленные оценки и поддержим друг друга дружными аплодисментами!

Благодарим команды за участие. До новых встреч!

Песня «Мы желаем счастья Вам»!

Ведущий: До свидания!

МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ СТАВРОПОЛЬСКОГО КРАЯ
Государственное бюджетное образовательное учреждение высшего
образования
Ставропольский государственный педагогический институт

ЛЕТНЯЯ ПРАКТИКА

(наименование практики)

ДИСКУССИЯ «КАЖДЫЙ ВИДИТ МИР И ЧУВСТВУЕТ ПО-СВОЕМУ»

Цель: подчеркнуть ценности и индивидуальность внутреннего мира каждого человека.

Упражнение 1. Найди слово

Участники должны найти лишнее слово: страх, злость, ненависть (*страх*); страх, беспокойство, злость (*злость*); доброта, спокойствие, доверие (*спокойствие*).

Упражнение 2. Психологические примеры

Участники говорят о том, как они понимают следующие психологические примеры, и по желанию предлагают свой вариант «решения» какого-либо примера (понятно, что вариантов решения может быть несколько).

Зависть + Высокомерие = **Одиночество**;

Доверие + Хорошее Настроение = **Счастье**;

Неуверенность + Тревога = **Злость**.

Упражнение 3. Мысленная картинка

Участники закрывают глаза и слушают медитативную музыку с заданием «нарисовать мысленную картинку». Затем они рассказывают о своих картинках. Ведущий подчеркивает, что каждый имеет право «нарисовать» то, что захочет, каждый имеет право видеть мир по- своему.

Упражнение 4. Если бы я был камнем

Участникам предлагается рассказать, что они могут увидеть вокруг себя, что почувствовать, если превратятся в камень, траву, облако, стул. Делается вывод о том, что из разных позиций один и тот же предмет или явление видятся по-своему.

Сказ про Вольняшку (О. Пасхина)

В одном далеком-далеком городе почти неделю шел дождь. Усталые от непогоды горожане безмолвно шлепали по лужам. Прохожие старательно кутались в порядкем поднадоевшие воротники теплых курток и пальто, натягивали шапки на уши, тщательно пряча порозовевшие от ветра носы за ненадежную преграду огромных шарфов. И только сочная зелень молодой листвы, казалось, не собиралась мириться с проделками природы, прямо выдавая истинное время года - весну.

Вольняшка тоскливо посмотрел вниз, уныло вздохнул и молча плюхнулся в пушистое облако. Ему, непоседливому и юному дождю, сегодня было особенно грустно. А грустно было оттого, что не берут его старшие братья участвовать в забавах и что сидит он теперь в полном одиночестве. Все несчастья приключились потому, что не хватило ему, младшему, большой и темной тучки, такой, как другие получили. А дали ему

вместо грозной тучки облачко - светлое, махонькое. И получается, что не похож он на остальных.

Вольняшка заплакал... А горожане, продолжая сердито ворчать и кутаться от ненастья, сейчас же попрятались под металлические козырьки намокших домов и бесконечные шляпки цветных зонтиков.

Но теплый ветерок тихонько отнес Вольняшку в сторону. И вдруг просветлело небо. И как-то несмело явилось весеннее солнышко, стыдливо прятавшееся в облаках. А откуда-то снизу донесся внезапный веселый смех. Он отвлек Вольняшку от грустных мыслей. Наш юный дождик посмотрел в ту сторону откуда доносился смех. Там были дети, резвившиеся в лучах солнышка и ликовавшие по случаю легкого грибного дождика. И понял Вольняшка, что только его легкое, светлое облако способно всем доставить радость. А грозные тучи — недавняя его мечта — лишь тоску на всех нагоняют. И так стало ему весело, что разразился Вольняшка задорным смехом, подарив детворе первый весенний гром. А на небе от его улыбки засияла радуга.

Вопросы для обсуждения

- Почему грустил Вольняшка?
- Приходили ли вам иногда в голову такие же мысли?
- Отчего стало весело Вольняшке?
- В каких ситуациях можно сказать про человека, что «от его улыбки засияла радуга»?

МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ СТАВРОПОЛЬСКОГО КРАЯ
Государственное бюджетное образовательное учреждение высшего
образования
Ставропольский государственный педагогический институт

ЛЕТНЯЯ ПРАКТИКА

(наименование практики)

ТРЕНИНГ «КОНФЛИКТЫ И ИХ РОЛЬ В НАШЕЙ ЖИЗНИ»

Цель: ознакомление со способами управления внутриличностными и межличностными конфликтами.

Задачи:

- формирование умений эффективного поведения в конфликтных ситуациях;
- обучение выбору эффективных стратегий разрешения межличностных конфликтов, позволяющих не только конструктивно решать возникающие проблемы, но и сохранять отношения людей.

I этап: приветствие.

Упражнение 1. Мы с тобой похожи тем, что...

Цель: узнать друг друга, чем они похожи, для того, что бы уже найти приятелей по интересам.

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

II этап: разминка.

Упражнение 2. Постройтесь по росту!

Цель: преодолеть барьеры в общении между участниками, раскрепостить их.

Инструкция: участники становятся плотным кругом и закрывают глаза. Их задача состоит в том, чтобы построиться в ряд по росту с закрытыми глазами. Когда все участники найдут свое место в строю, надо дать команду открыть глаза и посмотреть, что же получилось. После упражнения можно обсудить, сложно ли было выполнить это задание (как себя чувствовали участники) или нет.

Примечание: Игра имеет несколько вариантов. Можно дать задание построиться по цвету глаз (от самых светлых до самых темных, разумеется, не закрывая глаза), по цвету волос, по теплоте рук и т.д.

Рефлексия:

1. Удалось ли группе сделать это упражнение?

2. Что помогало? Поддерживало?

3. Какие эмоции испытывали во время упражнения?

III этап: работа по теме.

Внутриличностный конфликт один из самых сложных психологических конфликтов, который разыгрывается во внутреннем мире человека. С такими конфликтами человек сталкивается постоянно. Внутриличностные конфликты конструктивного характера являются необходимыми моментами развития личности. Но деструктивные внутриличностные конфликты несут серьезную опасность для личности, от тяжелых переживаний, вызывающих стрессы, до крайней формы своего разрешения – суицида. Поэтому для каждого человека важно знать сущность внутриличностных конфликтов, их причины и способы разрешения.

Для разрешения внутриличностных конфликтов важно:

- 1) установить факт такого конфликта;
- 2) определить тип конфликта и его причину;
- 3) применить соответствующий способ разрешения.

Межличностные конфликты относятся к самым распространенным. Они охватывают практически все сферы человеческих отношений. Управление межличностными конфликтами можно рассматривать в двух аспектах – внутреннем и внешнем. Внутренний аспект предполагает применение технологий эффективного общения и рационального поведения в конфликте. Внешний аспект отражает управленческую деятельность субъекта по отношению к конкретному конфликту. Сферы межличностных конфликтов: коллектив (организация), семья, общество (учреждения социальной сферы, государственные учреждения, улица, общественный транспорт).

Упражнение 3. Что такое конфликт?

Цель: выстроить ассоциативный ряд к слову «конфликт».

Инструкция: тренер пишет на доске или листе бумаги слово КОНФЛИКТ. Предлагает группе по одному перечислить слова, приходящие в голову при мыслях о конфликте – такие как, например, «боль, борьба, энергия, изменение». Когда больше идей нет или лист бумаги заполнен полностью, тренер просматривает вместе с группой составленный список слов. Далее берется два маркера разного цвета (либо используются знаки «+» и «-»). Обращение к группе: «Какие слова являются положительными, какие отрицательными, какие нейтральные?» Возможно, в группе возникнут разногласия, (которые нет необходимости разрешать), по определению отдельных слов в ту или иную категорию.

Упражнение 4. Конфликт внутри меня.

Цель: показать студентам механизмы вовлечения человека в состояние внутриличностного конфликта, ознакомить их со способами предотвращения конфликта и выхода из него, научить их методам стрессоустойчивости.

Участники игры:

- Чиновник.
- Начальник чиновника.
- Представитель общественности.
- Проситель.
- Представитель местной мафии.

- Жена чиновника.
- Совесть чиновника.
- Группа экспертов.

В игре могут принять участие от 7 – 8 до 30 и более человек.

Игровая ситуация

1. Муниципальный отдел по аренде и использованию земли возглавляет некий чиновник. Отдел получил распоряжение соответствующих городских властей, запрещающее использование детских, спортивных, игровых и иных площадок для каких-либо других целей (например, застройки, организации автостоянок и др.). Однако непосредственный начальник чиновника интерпретирует полученное распоряжение по-своему и требует от чиновника дать соответствующие указания на ликвидацию некой детской площадки. Чиновник начинает выполнять указание начальника.

2. В это же время к чиновнику на прием приходят посетители: представитель общественности, который требует соблюдения закона и восстановления детской площадки; проситель, предлагающий взятку за предоставление ему в аренду очищаемой (освобождаемой) территории; представитель местной мафии, угрожающий чиновнику расправой, если искомая территория не будет передана его людям.

3. Окончив рабочий день, чиновник идет домой и с ним происходит следующее: диалог со своей совестью по поводу того, что произошло с ним за день; разговор с женой, которая недовольна его постоянными задержками на работе ("дети без отца; жена без мужа"). В свою очередь, чиновника раздражает то, что его не понимают даже дома, в семье.

Порядок проведения игры:

1. Распределить все перечисленные роли среди студентов (роль чиновника распределяется только по желанию претендента). Назначить группу экспертов.

2. Игра начинается с разговора начальника с чиновником. Дальнейший порядок игры описан в «Игровой ситуации».

3. В ходе игры участники меняются ролями, привлекаются еще не вовлеченные непосредственно игроки.

4. Высказывание экспертов и подведение итогов игры-тренинга.

Упражнение 5. Поделись проблемой.

Цель: самоанализ конфликтных ситуаций.

Инструкция: Группу разбить на пары. Попросить каждую пару, чтобы партнеры рассказали друг другу, что они сделали на этой неделе такое, чем они гордятся. Каждому дать по минуте. Когда оба закончили говорить, попросить их поделиться тем, что вызывает у них конфликт (большой или малый) на данный момент (две минуты на каждого). Затем спросить, хочет ли кто-нибудь из группы рассказать о конфликте, о котором они говорили (не о конфликте их партнера, а о своем), с тем, чтобы группа могла поработать над ним. Выбрать того, кто искренне хотел бы вместе с группой с его/ее проблему.

Если предлагается три – четыре проблемы, тренер может выбрать ту, которая кажется наиболее интересной для остальной части группы.

IV этап: Завершение тренинга.

Упражнение 6. Compliment

Цель: завершение тренинга.

Инструкция: участники тренинга становятся в круг. Каждый из них, по очереди, говорит комплимент всей группе.

ТРЕНИНГ «Я СТАНОВЛЮСЬ УВЕРЕННЕЕ»

Цель: самопознание и терапия, самоисследование, самосовершенствование, личностный и профессиональный рост, познание своего не выявленного потенциала.

Задачи:

- способствовать познанию своих положительных и отрицательных качеств, мешающих принятию себя;
- снятие напряжения, чувства тревоги;
- способствовать развитию умений самоанализа и преодолению психологических барьеров;
- способствовать развитию у студентов личностных тенденций, осознанию мотивационных установок.

I этап: приветствие.

Упражнение 1. Рад тебя видеть

Цель: Развитие доверительного стиля общения, создание позитивных эмоциональных установок на доверительное общение.

Инструкция: Участники садятся в круг и по очереди приветствуют друг друга, обязательно подчеркивая индивидуальность партнера, например: «Я рад тебя видеть, и хочу сказать, что ты выглядишь великолепно» или «Привет, ты, как всегда, энергичен и весел». Можно вспомнить ту индивидуальную черту человека, которую он сам выделил при первом знакомстве. Можно обращаться не только к конкретному человеку, но и ко всем сразу.

Во время этой психологической разминки группа должна настроиться на доверительный стиль общения, продемонстрировать свое доброе отношение друг к другу. Ведущему следует обратить внимание на способы установления контактов и в завершение упражнения разобрать типичные ошибки, допущенные участниками, а также продемонстрировать наиболее продуктивные способы приветствий.

II этап: разминка.

Упражнение 2. Счёт до десяти

Цель: прочувствовать друг друга, понять без слов и мимики.

Инструкция: «Сейчас по сигналу «начали» вы закроете глаза, опустите свои носы вниз и попытаетесь посчитать от одного до десяти. Но хитрость состоит в том, что считать вы будете вместе. Кто-то скажет «один», другой человек скажет «два», третий скажет «три» и так далее. Однако в игре есть одно правило: слово должен произнести только один человек. Если два голоса скажут «четыре», счёт начинается сначала. Попробуйте понять друг друга без слов.

Рефлексия:

1. Что с вами происходило?
2. Если не получилось, то почему?
3. Какую стратегию вы выбрали?

III этап: работа по теме.

Упражнение 3. «Я в будущем»

Инструкция: Каждый участник рисует себя в будущем. Происходит защита участниками своего рисунка.

Упражнение 4. В чем мне повезло в этой жизни

Цель: повышение уровня жизненного оптимизма, создание хорошего настроения на работу.

Инструкция: Участники группы разбиваются по парам. Ведущий предлагает задание: «В течение трех минут расскажите своему партнеру о том, в чем вам повезло в этой жизни. Через три минуты поменяйтесь ролями». После упражнения проводится короткий обмен впечатлениями.

IV этап: Завершение тренинга.

Упражнение 5. Чемодан в дорогу

Цель: завершение тренинга.

Инструкция: Группа садится по кругу. Мы завершаем нашу работу. Сейчас каждый из вас по очереди будет ставить перед собой этот стул (ведущий ставит стул в центр круга). Все участники группы в том порядке, в котором вам будет удобно, будут подходить к вам, садиться на стул и называть одно качество, которое, на их взгляд помогает вам, и одно, которое мешает. При этом надо помнить, сто называть следует те качества, которые проявились в ходе работы группы и поддаются коррекции. После того, как все выскажут свое мнение, следующий участник берет стул и ставит напротив себя. Упражнение повторяется.

Орг. конец:

Спасибо вам большое, что пришли на наш тренинг, надеемся, что он не пройдет бесследно в вашей жизни, надеемся, что что-то вам пригодится и, что над чем-то вы задумались, и будете работать в этом направлении. До свидания.

Участники тренинга уходят из аудитории.