

**Отдел образования Администрации Шатровского муниципального округа  
Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования  
«Шатровский Дом детства и юношества»**

**ПРИНЯТА** на заседании  
методического совета  
МБУ ДО «Шатровский ДДО»  
Протокол № \_\_\_\_\_  
От «\_\_» \_\_\_\_\_ 20\_\_ г.

**УТВЕРЖДАЮ**  
Директор  
МБУ ДО «Шатровский ДДО»  
\_\_\_\_\_ Л.Н. Чуварина  
Приказ № 55 от «22» сентября 2024 г.



**Дополнительная общеобразовательная (общеразвивающая) программа  
социально-гуманитарной направленности  
«Уроки общения»**

срок реализации - 1 год  
возраст учащихся 7-15 лет

Автор - составитель:  
**Патракеева Галина Ильинична,**  
педагог дополнительного образования

с. Шатрово, 2024

## СОДЕРЖАНИЕ

<b>ПАСПОРТ</b> программы	3
<b>Раздел 1. КОМПЛЕКС ОСНОВНЫХ ХАРАКТЕРИСТИК ПРОГРАММЫ</b>	
1.1 Пояснительная записка	4
1.2 Цель и задачи программы Планируемые результаты	7
1.3 Рабочая программа	
1.3.1 Учебный план	9
1.3.2 Содержание программы	9
1.3.3 Тематическое планирование	12
<b>Раздел 2. КОМПЛЕКС ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИХ УСЛОВИЙ</b>	
2.1 Календарный учебный график	16
2.2 Формы текущего контроля/аттестации	16
2.3 Материально-техническое обеспечение	16
2.4 Информационное обеспечение	17
2.5 Кадровое обеспечение	17
2.6 Методические материалы	17
2.7 Оценочные материалы	18
2.8 Список литературы	18
Приложения	20

## ПАСПОРТ ПРОГРАММЫ

Ф.И.О. автора	Патракеева Галина Ильинична
Учреждение	МБУ ДО «Шатровский ДДЮ»
Наименование программы	«Уроки общения»
Детское объединение	Творческое объединение «Уроки общения»
Тип программы	дополнительная общеобразовательная (общеразвивающая) программа
Направленность программы	Социально-гуманитарная
Вид программы	модифицированная
Возраст учащихся	7-15 лет
Срок обучения	1 год
Объем часов по годам обучения	72 ч.
Уровни освоения программы	Стартовый (ознакомительный)
Цель программы	Формирование у обучающихся коммуникативной компетентности, личностных качеств, общекультурных ценностей как основы взаимоотношений с людьми.
С какого года реализуется	С сентября 2022 г.

# 1. КОМПЛЕКС ОСНОВНЫХ ХАРАКТЕРИСТИК ПРОГРАММЫ

## 1.1. Пояснительная записка

- Программа разработана в соответствии с нормативно-правовой базой:
- Федерального закона «Об образовании в РФ» от 29.12.2012 г. № 273 - ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (с изм. и доп., вступ. в силу с 01.03.2022);
  - Стратегией развития воспитания в Российской Федерации до 2025 года, утвержденная распоряжением Правительства РФ от 29.05.2015 г. № 996-р.;
  - Концепцией развития дополнительного образования детей до 2030 года, утвержденная Распоряжением Правительства РФ от 31 марта 2022 года № 678-р.;
  - Приказом Министерства просвещения РФ от 27 июля 2022 г. N 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
  - Планом работы по реализации Концепции развития дополнительного образования детей 1 этап (2022-2024 годы) в Курганской области (утв. заместителем Губернатора Курганской области по социальной политике 25 июля 2022 года);
  - Федерального проекта «Успех каждого ребенка» - ПРИЛОЖЕНИЕ к протоколу заседания проектного комитета по национальному проекту «Образование» от 07 декабря 2018 г. № 3;
  - Распоряжения Правительства Российской Федерации от 6 июля 2018 г. N 1375, об утверждении Плана основных мероприятий до 2020 года, проводимых в рамках Десятилетия детства;
  - Санитарными правилами СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи» (постановление Главного государственного санитарного врача РФ «от 28.09.2020 № 28);
  - Приказом Министерства труда и социальной защиты РФ от 22 сентября 2021 г. № 652н «Об утверждении профессионального стандарта «Педагог дополнительного образования детей и взрослых»;
  - Методическими рекомендациями по разработке дополнительных общеразвивающих программ в Курганской области (письмо Департамента образования и науки Курганской области от 26.10.2021 г. исх. № 08-05794/21 «О структурной модели дополнительной общеобразовательной (общеразвивающей) программы»);
  - Уставом МБУ ДО «Шатровский ДДЮ»;

При разработке Программы учитывались требования Положения о дополнительных общеобразовательных (общеразвивающих) программах МБУ ДО «Шатровский ДДЮ».

Программа «Уроки общения» относится к **социально-гуманитарной направленности**, направлена на формирование и развитие коммуникативной

компетентности обучающихся и включает в себя комплекс мероприятий, направленных на формирование и развитие эмоционального мира обучающегося, на формирование грамотного восприятия жизненных проблем, ценностей, смысла жизни, на стимулирование самопознания обучающимися своих склонностей, способностей; на развитие навыков целеполагания, планирования и самопрезентации.

### **Актуальность программы**

Актуальность программы складывается из потребности современного общества в высоко - культурном и образованном подрастающем поколении. В современном мире невозможно общаться, не используя правила этикета, вежливости нажитого веками.

Педагогическая целесообразность программы в том, что она направлена на поддержку становления и развития высоконравственного, творческого, компетентного гражданина России.

*Новизна программы* - это эмоциональная насыщенность занятий, насыщенность играми, проблемными ситуациями из жизни.

Данная программа обеспечивает реализацию одного из направлений духовно-нравственного воспитания и развития: воспитание нравственных чувств и этического сознания.

*Отличительной особенностью* программы является возможность применять знания из разных предметных областей, которые воплощают идею развития системного мышления у каждого обучающегося, так как системный анализ — это целенаправленная деятельность человека, на основе которой обеспечивается представление объекта в виде системы.

**Адресат программы:** программа предназначена для работы с детьми младшего и среднего школьного возраста (7-15 лет).

*Младший школьный возраст* – период накопления, впитывания знаний, период приобретения знаний по преимуществу. В этом возрасте подражание многим высказываниям и действиям является значимым условием интеллектуального развития. Особая внушаемость, впечатлительность, направленность умственной активности младших школьников на повторение, внутреннее принятие, создание подходящих условий для развития и обогащения психики. Данные свойства, в большинстве случаев, являются положительной своей стороной, и в этом исключительное своеобразие этого возраста. Следовательно, поступление в школу способствует формированию потребности в признании и познании, к развитию чувства личности.

*Средний школьный возраст* – это возраст от 11 до 14 лет

Средний школьный возраст называют еще подростковым возрастом. В отличие от младшего школьного возраста, подростковый возраст характеризуется бурным физическим и половым созреванием и такой же

бурной системой взаимоотношений в социуме. Это возраст очередного кризиса в жизни ребенка.

Подростков характеризуют ряд противоречий в их характере и пубертатный период. Противоречия можно увидеть во всем — поведении, оценке событий и явлений, в оценке сверстников, взрослых, самооценке, проявлении чувств, стремлений, побуждений.

Психическое развитие подростков характеризуется усилением такого новообразования, как самосознание. Личность ориентирована на собственную оценку и отстаивает свое право на это.

Коммуникативное развитие подростка продолжается по тем же линиям совершенствования видов речевой деятельности (речевых действий), что и у младших школьников. Оно осуществляется по линии расширения средств и способов речевой деятельности. Устная речь является по-прежнему ведущим видом речевой деятельности.

В этом возрасте у человека складывается умение рассуждать гипотетико-дедуктивно, самостоятельно творчески мыслить, делать обобщения и выводы, вскрывать причинно-следственные связи, строить доказательства, спорить.

**Доступность** дополнительной общеразвивающей программы «Уроки общения» обеспечивается тем, что в детское объединение могут записаться все желающие без какого-либо отбора.

Комплектование групп осуществляется без конкурсных процедур только на основании личной заинтересованности детей. Зачисление проводится на основании заявления от родителей (законных представителей). Занятия групповые. Состав учебной группы - постоянный. Программа может реализоваться в группах обучающихся одного возраста или разных возрастных категорий (разновозрастные группы).

Количество детей в группе 12-15 человек.

Для поддержки талантливых обучающихся предусматривается разработка и реализация индивидуального образовательного маршрута, индивидуального учебного плана (**Приложение 1**).

Сроки реализации программы- 1 год.

*Режим занятий:*

Программа реализуется в объёме 72 часов;

Количество занятий в неделю – 2 часа;

Длительность одного занятия – 40 минут, перерыв 10 минут.

Форма обучения - очная. Возможно дистанционное обучение (длительный карантин, самоизоляция и др.).

Программа может быть реализована с использованием дистанционных образовательных технологий. В процессе дистанционного обучения наиболее востребованными формами взаимодействия с участниками образовательного процесса являются следующие: видео-занятия для учащихся, онлайн-занятия. Для взаимодействия с родителями обучающихся ВКонтакте создана группа «Уроки общения».

Программа вариативная, возможны изменения в содержании до 20 %.

## **1.2 Цели и задачи программы. Планируемые результаты.**

**Цель:** формирование у обучающихся коммуникативной компетентности, личностных качеств, общекультурных ценностей как основы взаимоотношений с людьми.

### **Задачи программы:**

#### **Обучающие:**

- формировать и развивать коммуникативные умения: умение общаться и взаимодействовать в коллективе, работать в парах, группах; уважать мнение других, развивать способности к эмпатии, сопереживанию.
- формировать ценностное отношение к нормам и правилам нравственного поведения.
- расширить словарный запас.

#### **Развивающие:**

- развивать систему самосознания и самооценки, рефлексивных способностей, формирование адекватного отношения к себе и другим;
- стимулировать развитие внимания, памяти, мышления, воображения;
- развить навыки общения в различных ситуациях, умения противостоять отрицательным воздействиям среды;
- развить способности открыто выражать и отстаивать свою нравственно оправданную позицию, проявлять критичность к собственным намерениям, мыслям и поступкам.

#### **Воспитывающие:**

- содействовать в воспитании личности ребёнка посредством межличностного общения;
- воспитывать сознательное овладения обучающимися речевыми средствами общения;
- формировать умение и навыки практического владения выразительными (неречевыми) средствами общения: жестами, мимикой, пантомимикой, интонацией;
- воспитывать интерес к окружающим людям.

## **1.3. Планируемые результаты**

### **По окончании обучения:**

обучающиеся овладеют навыками эффективного общения. На занятиях у ребят есть возможность получить конкретные знания, осознать и решить свои личные проблемы, а также выработать адекватную самооценку и скорректировать свое поведение.

### **Ребенок научится:**

владеть навыками общения, рефлексии, умением общаться по принятым в группе правилам, умением выразить свою мысль, умением слушать, предотвращать конфликты, осознавать и выражать свои чувства и потребности, повышение уверенности в себе в общении с другими людьми.

### **Метапредметные результаты:**

В результате реализации программы будут формироваться личностные, регулятивные, познавательные и коммуникативные универсальные учебные действия.

#### **Личностные универсальные учебные действия:**

- позитивное отношение к базовым ценностям;
- овладение навыками саморефлексии и самоанализа;
- гармоничные отношения с окружающими;
- ориентация в системе моральных норм и ценностей, их присвоение;
- потребность в самовыражении через слово.

#### **Познавательные универсальные учебные действия:**

- поиск и выделение необходимой информации, ее структурирование, критическая оценка и интерпретация;
- определение способов, действий для решения выявленной проблемы.

#### **Коммуникативные универсальные учебные действия:**

- адекватно использовать речевые средства для решения различных коммуникативных задач; владеть монологической и диалогической формами речи, различными видами монолога и диалога;
- излагать содержание прочитанного (прослушанного) текста подробно, сжато, выборочно;
- строить рассуждения;
- выступать перед аудиторией сверстников с сообщениями;
- осознавать важность коммуникативных умений в жизни человека;
- высказывать и обосновывать свою точку зрения.

#### **Регулятивные универсальные учебные действия:**

- формирование постановки цели и ее достижение, развитие самоконтроля, оценивания (включая адекватное восприятие предложений и оценки другими людьми), коррекция.

## **1.3 Рабочая программа**

### **1.3.1 Учебный план**

Таблица 1

<b>№</b>	<b>Количество часов</b>	<b>Формы</b>
----------	-------------------------	--------------



n/n	Название разделов	Теория	Практика	Всего	контроля
1	Вводное занятие	1	1	2	наблюдение
2	Предварительная диагностика обучающихся 7-15 лет	-	4	4	Тесты
3	Самопознание	4	10	14	Наблюдение
4	Позитивное общение	4	10	14	Наблюдение
5	Проблемы общения	4	10	14	Наблюдение
6	Культура поведения	6	10	16	Наблюдение
7	Повторная диагностика обучающихся 7-15 лет	1	3	4	Тесты
8	Итоговое занятие Промежуточная аттестация	-	4	4	Викторина, тест
	<b>Итого</b>	<b>20</b>	<b>52</b>	<b>72</b>	

### 1.3.2 Содержание программы

#### 1. Вводное занятие. Знакомство (2 часа)

**Теория.** Цели и задачи программы. Знакомство с детьми, с особенностями занятий в группе и правилами поведения на них. Правила техники безопасности.

**Практика.** Групповые правила. «Снежный ком» (разминочное упражнение). «Глаза в глаза». «Кто как выглядит». «Согнать со стула», «Броуновское движение» (упражнение для изучения межличностных ролей).

#### 2. Предварительная диагностика познавательных способностей детей 7-15 лет (4 часа)

**Практика.** Интеллектуальная готовность ребёнка к обучению (индивидуальная работа);

-Тест «Коэффициент моей общительности»;

#### 3. «Самопознание» (14 часов)

**Теория.** Дать понятия, что такое «достоинства», «самопознание», «общение». Пояснение заданий и способов их выполнения.

**Практика.** Ввести в понятие самопознания. Определить самооценку: Мой жизненный девиз; Кто я? Какой я? (молекула ролей); Моя самооценка.

Учить воспитанников навыкам самоанализа. Предоставить им возможность определить в себе достоинства и недостатки; правильно соотнести свои потребности со способностями и возможностями: Мои недостатки; Что думают обо мне другие?; Мои чувства и эмоции; Хорошие и плохие привычки.

Учить определять и развивать наиболее эффективные средства общения. Углубить знания и понимание таких качеств, как толерантность, дружба, лидерство, сотрудничество.

Творческое выступление - самопрезентация «Инвентаризация достижений».

#### **4. «Позитивное общение» (14 часов)**

**Теория.** Беседы с обучающимися. Дать понятия, что такое «ссора», «конфликт», «поведение», «эмоции». Что такое барьеры общения. Объяснение материала для правильного выполнения заданий.

**Практика.** Отработка навыков конфликтного общения. Практикум. Общение в экстремальных ситуациях. Психологическое «айкидо». Анализ особенностей поведения людей, имеющих разные типы темперамента, в конкретных ситуациях. Самонаблюдение за динамикой настроения. Психогимнастика ума. Гимнастика для глаз. Упражнение «Чувства». Утверждения, направленные на угасание тенденции к саморазрушению. Упражнения «Тренировка здорового мышления». «Свет нашего сердца». «Рост». «Интервью». «Созвучие». Диалог «Поведение в конфликтной ситуации». «Продолжи искренне». «Искажение информации». Упражнения на позитивное отстаивание своих взглядов. Правила обратной связи в общении. «Круг любви»

#### **5. «Проблемы общения» (14 часов)**

**Теория.** Дать понятия, что такое «проблема», «обида», «критика», «привычка», «вежливость». Объяснение материала для правильного выполнения заданий. Беседы с обучающимися, обсуждение психологических ситуаций.

**Практика.** Игра-шутка «Пойми меня»; игра «Диалог со своим мозгом»; Рисуем обиду. Наблюдение за окружающими (и за собой). Что людей больше всего обижает? Подумайте, почему. Игра с мячом «Что звучит обидно?»; упражнение на Я - сообщение; упражнение «Скажи комплимент»; упражнение «Обмен комплиментами»; релаксация «Вверх по радуге»; составляем «Азбуку перемен»; «Нарисуем жизнь»; игра «Я бросаю тебе мяч».

#### **6. «Культура поведения» (16 часов)**

**Теория.** Объяснение материала для правильного выполнения заданий. Беседы с обучающимися. Дать понятия «вежливость», «привычка», «хорошее поведение». Дать понятия «диалог», «общение», «уважение». Содержание понятий «разговор», «спор», «ссора».

**Практика.** Практикум по телефонному этикету. Речевое поведение: беседа по телефону, реплики начала разговора. Жанр телефонных разговоров. Правила поведения на отдыхе. Что необходимо взять с собой. Как вести себя в другой стране. Умение обратиться к незнакомому человеку на улице с вопросом, просьбой. Формы привлечения внимания, типовые вопросы, формы извинения, просьбы, благодарности. Опасные взрослые. Действия в опасных ситуациях. Научись говорить громко: «Я вас не знаю!». Поведение во дворе в подъезде. Правила поведения во время знакомства. Представление людей друг другу. Дарение подарков Прощание с гостями. Умение вовремя уйти. Сюжетно-ролевая игра «Мы на дне рождения». Правила поведения за столом. Практическое занятие. Дарим и принимаем подарки. Дарим цветы. Подарки по случаю. Как оформить подарки.

#### **7. Повторная диагностика познавательных способностей детей (4 часа)**

**Практика.** Тест «Диагностика предрасположенности личности к конфликтному поведению К. Томаса».

#### **8. Итоговое занятие. Промежуточная аттестация (4 часа)**

**Практика.** Викторина «Итоги наших встреч».

Диагностика групповой сплоченности: Социометрия Дж. Морено.

### 1.3.3 Тематическое планирование

Таблица 2

№ п/п	Название раздела	Дата проведения занятия	Кол-во часов	Тема занятия	Форма занятия	Форма текущего контроля
1-2	Вводное занятие		2	Вводное занятие. Знакомство.	Беседа, инструктаж.	Наблюдение
3-6.	Предварительная диагностика обучающихся 7-15 лет		4	Предварительная диагностика обучающихся 7-15 лет	Практикум	Тест
7-8	Самопознание		2	Что такое самопознание?	Беседа	наблюдение
9-10			2	Кто я? Какой я?	Беседа, игра	наблюдение
11-12			2	Мои достоинства и недостатки	Беседа, практикум	наблюдение
13-14			2	Мой жизненный девиз	Беседа	наблюдение
15-16			2	Мои чувства и эмоции	Беседа, тренинг	наблюдение
17-18			2	Хорошие и плохие привычки	Беседа, диспут	наблюдение
19-20			2	Моя самооценка	Творческая работа	Самопрезентация
21-22		Позитивное общение		2	Цели (задачи) общения	Беседа
23-24			2	Как люди общаются	Беседа, практикум	наблюдение

25-26		2	Общение в быту	Практикум	наблюдение
27-28		2	Общение в официальной обстановке	Практикум	наблюдение
29-30		2	Общение для контакта и сообщения информации	Беседа, практикум	наблюдение
31-32		2	Барьеры в общении	Беседа, практикум	наблюдение
33-34		2	Общение в экстремальных ситуациях	Беседа, практикум	наблюдение
35-36	Проблемы общения	2	Конфликтные ситуации в общении	Беседа, игра	наблюдение
37-38		2	Правила обратной связи в общении	Игра	наблюдение
39-40		2	Упражнения на позитивное отстаивание своих интересов	Практикум	наблюдение
41-42		2	Действия в опасных ситуациях	Беседа, практикум	наблюдение
43-44		2	Упражнения на Я-сообщение	Практикум	наблюдение
45-46		2	Коммуникативные промахи	Беседа, игра	наблюдение
47-48		2	Богатство твоей речи	Беседа, игра	наблюдение
49-50		Культура поведения	2	Вежливая речь	Беседа
51-52	2		Способы выражения приветствия, прощания, благодарности.	Практикум	наблюдение

53-54		2	Обращение к знакомым и незнакомым людям	Практикум	наблюдение
55-56		2	Способы выражения извинения, просьбы. Вежливый отказ.	Беседа, практикум	наблюдение
57-58		2	Одобрение, похвала	Игра, практикум	наблюдение
59-60		2	Приглашение, поздравление	Практикум	наблюдение
61-62		2	Способы выражения согласия, вежливое возражение в споре	Беседа, практикум	наблюдение
63-64		2	Утешение, сочувствие	Игра, практикум	наблюдение
65-68	Повторная диагностика обучающихся 7-15 лет	4	Повторная диагностика обучающихся 7-15 лет	Практикум	тест
69-70	Итоговое занятие. Промежуточная аттестация	2	Итоговое занятие	Практикум	Викторина «Итоги наших встреч»
71-72		2	Промежуточная аттестация	Практикум	тест

## Раздел 2. КОМПЛЕКС ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИХ УСЛОВИЙ

### 2.1 Календарный учебный график

Таблица 3

Количество учебных недель	36 недель
Первое полугодие	02.09 – 28.12.2024 г. 17 учебных недель
Зимние каникулы	29.12.2024г.- 08.01.2025 г.
Второе полугодие	09.01.-30.05.2025 г. 19 учебных недель
Промежуточная аттестация	май 2025 г.

### 2.2 Формы текущего контроля/промежуточной аттестации

Текущий контроль заключается в наблюдении за выполнением практических работ. Текущий контроль проводится в ходе каждого занятия с целью определения усвоения знаний и умений по данной теме.

Формы текущего контроля успеваемости: педагогическое наблюдение, устный опрос, беседы, выполнение практических заданий, тренинги, тесты.

Подведение промежуточных результатов осуществляется через проверку теоретических знаний и практических навыков, полученных на занятиях. Промежуточная аттестация проводится по завершению обучения по программе.

*Формы подведения итогов реализации дополнительной образовательной (общеразвивающей) программы:*

- Диагностика групповой сплоченности: социометрия Дж. Морено.

### 2.3 Материально-техническое обеспечение

Занятия проводятся на базе общеобразовательной школы, и предусматривают реализацию программы в сетевой форме (Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 № 273-ФЗ ст. 15 (ред. от 01.03.2020) - использование ресурсов школы.

**Для успешной реализации программы необходимо:**

- учебный кабинет для практических занятий, соответствующий санитарно- гигиеническим нормам;
- столы с оборудованными рабочими местами для детей и педагога;
- стенды для хранения учебной литературы и наглядных пособий;
- компьютер;
- мультимедийный проектор;
- экран.

### **Материалы, инструменты, приспособления.**

Перечень оборудования, инструментов и материалов:

1. Цветные карандаши
2. Фломастеры

3. Бумага для черчения
4. Ватман

## 2.4 Информационное обеспечение

- Компьютер;
- Мультимедиа;
- Интернет-источники:
  1. <http://www.orator.ru/archiv.html> -сайт «Мастерство общения»
  2. <https://www.b17.ru/?exit=1> -сайт профессиональных психологов
  3. <https://psiobsheniya.3dn.ru> -сайт «Психология общения»

## 2.5 Кадровое обеспечение

Педагог дополнительного образования, руководитель творческого объединения «Уроки общения», должен соответствовать требованиям Профессионального стандарта «Педагог дополнительного образования детей и взрослых», а также владеть теоретическими и практическими знаниями в области психологии.

## 2.6 Методические материалы

Реализация программы предполагает сочетание коллективной, групповой и индивидуальной работы.

На занятиях учебных групп могут использоваться различные методы и приемы обучения. Учебное занятие может проводиться как с использованием одного метода обучения, так и с помощью комбинирования нескольких методов и приемов. Целесообразность и выбор применения того или иного метода зависит от образовательных задач, которые ставит педагог.

Эффективность занятий в значительной степени определяется применением разнообразных методов обучения.

### Методы обучения:

- словесные (рассказ, беседа, объяснение, убеждение);
- наглядные (демонстрация выполнения заданий, просмотр презентаций);
- практические (выполнение упражнений, разбор ситуаций, тренинги);
- аналитические (наблюдение, сравнение, анализ, самоанализ, самоконтроль);
- эвристические (выполнение творческих заданий);
- игровые методы.

**Форма организации образовательного процесса:** учебное занятие.

Формы организации занятий: беседы, практические занятия (упражнения, тренинги, игры), тестирование, викторины, презентация, самостоятельная работа.



### **Алгоритм учебного занятия:**

- Организационный момент. Создание интереса и эмоционального настроя (используются сюрпризные моменты, стихи, загадки, песни, появление сказочного персонажа, нуждающегося в помощи).
- Психологический настрой.
- Сообщение темы и цели занятия.
- Знакомство с новой темой.
- Физкультминутка.
- Закрепление материала. Практическая работа: выполнение упражнений, игры, тренинги, создание творческих работ; направление действий обучающихся, нуждающихся в поддержке и помощи.
- Анализ работы. Анализ ситуаций, выполненных работ.
- Итог занятия.
- Рефлексия.

### **Педагогические технологии:**

- группового обучения;
- развивающего обучения;
- игровой деятельности;
- коллективной творческой деятельности;
- здоровьесберегающие;
- коммуникативного общения.

## **2.7 Оценочные материалы**

### **Комплекс диагностических и измерительных материалов (Приложение 2)**

- Тест «Коэффициент моей общительности» В.Ф. Ряховского;
- Диагностика групповой сплоченности: социометрия Дж. Морено;
- Тест «Диагностика предрасположенности личности к конфликтному поведению К. Томаса».

## **2.8 Список литературы**

### **для педагога:**

1. Игры для интенсивного обучения /под ред. В.В.Петрусинского.- М.: Прометей, 1991.
2. Лидерс А.Г. Психологический тренинг с подростками.- М.: Академия, 2001.
3. Слободяник Н.П. Психологическая помощь школьникам с проблемами в обучении.- М.: Айрис пресс, 2003.
4. Микляева А.В. Я – подросток. Программа уроков психологии. – СПб.:Речь, 2006.

5. Анн Л.Ф. Психологический тренинг с подростками. – СПб:Питер, 2004.
6. Жизненные навыки. Тренинговые занятия с младшими подростками (5 – 6 клас)/под ред. С.В. Кривцовой.

**для обучающихся:**

1. Авдеева Н.Н. Общение со взрослым и истоки самосознания ребенка // Творчество и педагогика: Материалы Всесоюзной научно-практической конференции «Детство и творчество». – М., 1988.
2. Практика сказкотерапии / под ред. Н.А. Сакович. - СПб. : 2007. – 224 с.
3. Иванова Е.Н. Эффективное общение и конфликты, СПб., 1997.
4. Азовкина А.Н., Пособие для учащихся “Общение” Иркутск. 2002
5. Н.А.Лемяскина «Культура общения», книга для учащихся/Воронеж, 2003.- 123с.
6. Ключников С. Искусство управления собой. - Спб., Питер, 2005.
7. Ладыженская Т.А. Детская риторика в рассказах и рисунках.- М. Ювента, 2014.
8. Осипова А.А. Манипуляции в общении: умей сказать «нет!». – Ростов-на-Дону, Феникс, 2005.
9. Грецев А.Г. Тренинг общения для подростков. –СПб.:Питер,2005 – 160с.:ил.
10. Гришина Н.В. Давайте договоримся: Практическое пособие для тех, кому приходится разрешать конфликты. – СПб.: “Сова”, 1993.
11. Энкельман Н.Б. Начни с себя. Советы 13-16-летним: Пер. с нем.– М.: Культура и спорт, ЮНИТИ;1996.-213с.

**Индивидуальный образовательный маршрут  
для одарённых детей**

**Карта одаренного обучающегося:**

1. Фамилия, имя, отчество обучающегося
2. Состав семьи, ее структура:
3. Жилищно-бытовые условия:
4. Взаимоотношение в семье:
5. Культурный уровень семьи:
6. Воспитательный потенциал семьи:
7. Характер ребенка:
8. Качества личности:
9. Положение ребенка в коллективе:
10. Учебная деятельность (успеваемость)
11. Посещаемость занятий:
12. Участие в делах коллектива:

**1. Пояснительная записка**

На современном этапе обновления образовательного процесса в организации дополнительного образования характерной чертой является ориентация на максимальную индивидуализацию развития ребёнка под руководством педагога дополнительного образования. Реализация данного подхода осуществляется посредством разработки индивидуальных образовательных маршрутов.

Представленный индивидуальный образовательный маршрут ориентирован на выявление и развитие интеллектуально-творческого и коммуникативного потенциала обучающихся творческого объединения «Уроки общения». И в качестве «поля» для деятельности выбрано направление работы – ораторское мастерство.

**Цель:** создание условий для творческого и социального развития одарённых детей через совершенствование ораторского мастерства.

**Задачи:**

**Предметные:**

- совершенствовать навыки устной связной речи, монологической и диалогической;
- овладеть навыками организации дыхания, комплексом упражнений артикуляционной гимнастики и дикции;
- формировать умения и навыки уверенного поведения при публичных выступлениях;
- развить ораторские, организаторские и актерские способности и навыки.

**Личностные:**

- воспитывать прилежание, трудолюбие, целеустремленность, внимательное отношение к окружающим, бережное отношение к слову;
- расширить словарный литературный запас и совершенствовать связную речь;
- воспитывать культуру общения, поведения на сцене, в том числе со зрителями.

### **Метапредметные:**

- содействовать развитию творческой самореализации через совершенствование ораторского мастерства.

**Методы работы:** словесные, наглядные, творческие работы.

**Формы проведения занятий:** привлечение к участию в конкурсах; теоретические (беседы, обсуждения); творческие задания; практические упражнения и игры; выступление перед сверстниками.

Форма организации образовательного процесса – групповая и индивидуальная.

Педагогом используется метод педагогического наблюдения, позволяющий более точно отследить личностное развитие ребенка и скорректировать индивидуальную работу с обучающимися.

### **Ожидаемые результаты индивидуального образовательного маршрута.**

В результате освоения индивидуального образовательного маршрута обучающийся **должен знать:**

- основные термины и понятия техники речи;
- правила орфоэпии и законов логического построения речи;
- термины и понятия пластики и артистической игры.

#### **должен уметь:**

- владеть навыками организации дыхания, комплексом упражнений артикуляционной гимнастики и дикции;
- двигаться в заданном темпе и ритме, координировать свои движения в пространстве и в соответствии с действиями партнеров, создавать пластические образы;
- владеть навыками правдивого сценического существования;

**Личностное развитие ребенка:** формировать навык ораторского мастерства для личностного и творческого совершенствования.

## **2. Содержание работы с одаренными детьми**

1. Диагностика обучающихся – методика оценки общей одаренности.

2. Работа на занятиях:

- использование системы заданий повышенной сложности: спектр заданий (тестов), позволяющий при работе делать их выбор, исходя из конкретной учебной ситуации и учитывая особенности ребенка, уровень его знаний;
- задания на развитие творческого мышления – выполнение творческих работ;

- чтение и анализ художественных произведений;
- инсценирование и выразительное чтение художественных произведений;
- публичные выступления.

3. Работа по подготовке к конкурсам, с учетом интересов обучающихся.

4. Работа с родителями - индивидуальные встречи.

### Критерии эффективности:

Высокий уровень познавательного интереса к содержанию программы.

Творческая самореализация обучающихся.

Предпосылки к успешной социализации в обществе посредством совершенствования ораторского мастерства.

### 3. Учебно-тематический план

№	Наименование разделов	Общее количество часов	В том числе:	
			Теория	Практика
I	Вводное занятие	1	0	1
II	Культура и техника речи	10	2	8
III	Актёрское мастерство	9	3	6
IV	Мастерство ведущего	8	2	6
V	Подготовка и участие в творческих конкурсах	6	1	5
VI	Итоговое занятие	2	1	1
	Всего:	36	9	27

### 4. Содержание программы

#### 1. Вводное занятие (1 час практики).

**Практика.** Цель и задачи индивидуального образовательного маршрута. Диагностика способностей и интересов обучающихся.

#### 2. Культура и техника речи. (10 часов)

##### Тема 1. Разогревающий массаж (1 час практики)

**Практика:** «Разогревающий массаж» позволяет подготовить речевой аппарат и позволяет снять общую зажатость мышц речевого аппарата. Упражнения: «Потолок-пол», «Метроном», «Черепашка», «Индийский танец», «Пиджак», «Верёвка» и т.д.

##### Тема 2. Речевое дыхание (1 час – теории, 1 час – практики)

**Теория:** Речевое дыхание основа речеголового звучания. Это один из самых существенных элементов искусства речи. Три вида выдыхания.

**Практика:** Упражнения «Насос», «Погончики», «Кошка», «Большой маятник», «Китайский болванчик» и т.д.

##### Тема 3. Артикуляция (1 час практики)

**Практика:** Артикуляция позволяет развить мышцы губ, челюсти и языка. Упражнения: «Назойливый комар», «Улыбка-хоботок», «Часы», «Шторки» и т.д.

#### **Тема 4. Рождение звука (1 час практики)**

**Практика:** Рождение звука позволяет голосу звучать свободно с мягкой атакой. Упражнения: «Больной зуб», «Капризуля», «Колокольчики», «Бамбук», «Корни» и т.д.

#### **Тема 5. Дикция и скороговорка (1 час – теории, 1 час – практики)**

**Теория:** Дикция и скороговорка тренирует чёткое произношение звуков и расширяет образный строй речи. Позволяет отработать звуки на материале скороговорок, долгоговорок, стихов.

**Практика:** Упражнения в четкости произнесения согласных звуков, упражнения со скороговорками.

#### **Тема 6. Интонация (1 час практики)**

**Практика:** Интонация позволяет выражать разнообразные чувства человека. Упражнения: «В саду росли яблоки», «Ступени» и т.д.

#### **Тема 7. Диалог и монолог (2 часа практики)**

**Практика:** Чтение диалога и монолога.

### **3. Актёрское мастерство (9 часов)**

#### **Тема 1. Работа актера над собой (1 час – теории, 1 час – практики)**

**Теория:** Понятие о внимании. Понятие о сценическом оправдании. Творческое оправдание и фантазия. Три элемента сценической задачи.

**Практика:** Тренинги и упражнения с приемами релаксации, на развитие сценического внимания: «Сосулька», «Снежинки», «Холодно жарко» и др. Значение фантазии в работе актера.

#### **Тема 2. Работа актера над образом (0,5 часа – теории, 1 час практики)**

**Теория:** Понятие сценический образ. Создание сценического образа. Разнообразные формы воплощения театрального образа.

**Практика:** Этюды на тему: «Я – предмет», «Я – стихия», «Я – животное», «Я – фантастическое животное». Инсценировка басен.

#### **Тема 3. Я в предлагаемых обстоятельствах (0,5 часа – теории, 1 час – практики)**

**Теория:** работа над образом по методу физических действий. Этапы процесса оценки: собирание признаков, момент установки нового отношения, проявление характера персонажа.

**Практика:** этюдные импровизации (я в лесу, на острове, под водой, в незнакомом городе, в пустыне и т.д.).

#### **Тема 4. Работа над ролью (0,5 часа – теории, 1 час – практики)**

**Теория:** Изучение жизни. К.С.Станиславский о работе актера над ролью.

**Практика:** Вскрытие подтекста. Анализ текста с целью вскрытия глубинного смысла его подтекста. Внешняя характерность. Подбор костюма персонажа.

#### **Тема 5. Репетиционно - постановочная работа (0,5 часа – теории, 2 часа - практики)**

**Теория:** Выбор произведения для инсценировки. Распределение ролей.

**Практика:** Репетиции, компоновка и показ программы (инсценировка стихотворений, этюдов)

### **4. Мастерство ведущего (8 часов)**

#### **Тема 1. Сценическая культура (0,5 часа – теории, 2 часа – практики).**

**Теория:** Умение вести себя на сцене. Имидж ведущего. Что можно, что нельзя делать на сцене.

**Практика:** тренинги, практика сцены, игры, дискуссии.

#### **Тема 2. Ведущий перед выходом на сцену (0,5 часа – теории, 1 час – практики).**

**Теория:** Выход на сцену. Настрой перед выходом на сцену. Текст ведущего.

**Практика:** Тренинги, практика сцены, игры, дискуссии.

#### **Тема 3. Особенности ведения концертов, торжественных мероприятий (0,5 часа – теории, 2 часа – практики).**

**Теория:** Основные правила ведения торжественных мероприятий. Одежда, речь ведущего.

**Практика:** Тренинги, практика сцены, игры, дискуссии.

#### **Тема 4. Ведущий культурно - досуговых программ.(0,5 часа – теории, 1 час – практики).**

**Теория:** Особенности при проведении досуговых мероприятий. Умение завладеть аудиторией. Объяснение правил игры во время праздников.

**Практика:** проведение культурно-досугового мероприятия или его части.

### **5. Подготовка и участие в творческих конкурсах (6 часов)**

**Теория.** Объяснение правильного выполнения заданий.

**Практика.** Репетиции выступлений и участие в творческих конкурсах.

### **6. Итоговое занятие (2 часа)**

**Теория.** Подведение итогов изучения курса.

**Практика.** Выступление перед одноклассниками. Рефлексия.

## **5.Список литературы для педагога и обучающихся**

### **для педагога**

1. К. Станиславский «Работа над собой в творческом процессе переживания» Москва, Искусство, 1995г.
2. Н.М. Горчаков. "Режиссерские уроки К. С. Станиславского ". Москва, Арнир. 2006г.
3. Выготский Л.С. Воображение и творчество в детском возрасте.- М., 1992г.
4. Станиславский К.С. Работа актера над собой.- М., 2008 г.
5. Чарели Э.М. Как развить дыхание, дикцию, голос. Екатеринбург, 2000г

### **интернет- источники для обучающихся**

1. Эффективные упражнения для голоса – Режим доступа:  
<http://vk.com/goloslad>
  2. Идеальная дикция – Режим доступа: <https://vk.com/public76282685>
  3. Техника речи. Дикция. Артикуляция. Тренировки.– Режим доступа:  
[https://vk.com/try\\_to\\_say\\_again](https://vk.com/try_to_say_again)
  4. Актерское мастерство. Упражнения, статьи – Режим доступа:  
[http://vk.com/act\\_mast](http://vk.com/act_mast)
-



**1. Тест «Коэффициент моей общительности» В.Ф. Ряховского**

Тест содержит возможность определить уровень коммуникабельности человека. Отвечать на вопросы следует, используя три варианта ответов – «да», «иногда», «нет».

Инструкция: Вашему вниманию предлагается несколько простых вопросов. Отвечайте быстро, однозначно: «да», «иногда», «нет».

1 Вам предстоит ординарная или деловая встреча. Выбивает ли вас ее ожидание из колеи?

2 Вызывает ли у вас смятение и неудовольствие поручение выступить с докладом, сообщением, информацией на каком-либо совещании, собрании или тому подобном мероприятии?

3 Не откладываете ли вы визит к врачу до последнего момента?

4 Вам предлагают выехать в командировку в город, где вы никогда не бывали. Приложите ли вы максимум усилий, чтобы избежать этой командировки?

5 Любите ли вы делиться своими переживаниями с кем бы то ни было?

6 Раздражаетесь ли вы, если незнакомый человек на улице обратится к вам с просьбой (показать дорогу, назвать время, ответить на какой-то 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 вам вернуть деньги, которые занял несколько месяцев назад?

9 В 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 не была (в магазине, библиотеке, кассе, кинотеатре). Предпочитаете ли вы отказаться от своего намерения или встанете в хвост, и будете томиться в ожидании?

12 Бойтесь ли вы участвовать в какой-либо комиссии по рассмотрению конфликтных ситуаций?

13 У вас есть собственные сугубо индивидуальные критерии оценки произведений литературы, искусства, культуры и никаких чужих мнений на этот счет вы не приемлете. Это так?

14 Услышав где-либо в кулуарах высказывание явно ошибочной точки зрения по хорошо известному вам вопросу, предпочитаете ли вы промолчать и не вступать в разговор

15 Вызывает ли у вас досаду чья-либо просьба помочь разобраться в том или иной учебной теме?

16 Охотнее ли вы излагаете свою точку зрения (мнение, оценку) в письменной форме, чем в устной?

**Итого:** Оценка ответов: «да» - 2 очка, «иногда» - 1 очко, «нет» - 0 очков. Полученные очки суммируются, и по классификатору определяется, к какой категории относятся.

**30-31 очко.** Вы явно некоммуникабельны, и эта ваша беда, так как больше всего страдаете от этого вы сами. Но и близким вам людям нелегко. На вас трудно положиться в деле, которое требует групповых усилий. Старайтесь быть общительнее, контролируйте себя.

**25-29 очков.** Вы замкнуты, неразговорчивы, предпочитаете одиночество, поэтому у вас мало друзей. Новая работа и необходимость новых контактов если не ввергают вас в панику, то надолго выводят из равновесия. Вы знаете эту особенность своего характера и бываете не довольны собой. Но не ограничивайтесь только таким недовольством – в вашей власти переломит эти особенности характера. Разве не бывает, что при какой-либо сильной увлеченности вы приобретаете вдруг полную коммуникабельность? Стоит только встряхнуться.

**19-24 очков.** Вы в известной степени общительны и в незнакомой обстановке чувствуете себя вполне уверенно. Новые проблемы вас не пугают. И все же с новыми людьми сходитесь с оглядкой, в спорах и диспутах участвуете неохотно. В ваших высказываниях порой слишком много сарказма, без всякого на то основания. Эти недостатки исправимы.

**14-18 очков.** У вас нормальная коммуникабельность. Вы любознательны, охотно слушаете интересного собеседника, достаточно терпеливы в общении, 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.

**9-13 очков.** Вы весьма общительны (порой, быть может, 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 недостает, так это усидчивости, терпения и отваги при столкновении с серьезными проблемами. При желании, однако, вы можете себя заставить не отступать.

**4-8 очков.** Вы, должно быть, «рубаха-парень». Общительность бьет из вас ключом. Вы всегда в курсе всех дел. Вы любите принимать участие во всех дискуссиях, хотя серьезные темы могут вызывать у вас мигрень или даже хандру. Охотно берете слово по любому вопросу, даже если имеете о нем поверхностное представление. Всюду чувствуете себя в своей тарелке. Беретесь за любое дело, хотя не всегда можете успешно довести его до конца. По этой самой причине руководители и коллеги относятся к вам с некоторой опаской и сомнениями. Задумайтесь над этими фактами.

**3 очка и меньше.** 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 не компетентны. Вольно или невольно вы часто бываете причиной разного рода конфликтов в вашем окружении. Вспыльчивы, обидчивы, нередко бываете

необъективны. Серьезная работа не для вас. Людям – и на работе, и дома, и вообще повсюду – трудно с вами. Да, вам надо поработать над собой и своим характером! Прежде всего воспитывайте в себе терпеливость и сдержанность, уважительно относитесь к людям, наконец, подумайте о своем здоровье – такой стиль жизни не проходит бесследно.

## 2. Диагностика групповой сплоченности: социометрия Дж. Морено

Социально - психологический тест, разработанный Дж. Морено, применяется для оценки межличностных эмоциональных связей в группе, то есть взаимных симпатий между членами группы, и решения следующих задач:

- а) измерение степени сплоченности-разобщенности в группе;
- б) выявление относительного авторитета членов групп по признакам симпатии-антипатии (лидеры, звезды, отвергнутые);
- в) обнаружение внутригрупповых сплоченных образований во главе с неформальными лидерами.

Перед началом опроса - инструктаж тестируемой группы (социометрическая разминка). В ходе него следует объяснить группе цель исследования, подчеркнуть важность его результатов для группы, показать, как нужно выполнять задания, гарантировать сохранение тайны ответов.

### **Образец**

Бланк социометрического опроса

Ф. И. О.

Класс

Ответьте на поставленные вопросы, записав под каждым из них три фамилии членов вашего класса с учетом отсутствующих.

1. Если ваш класс будут расформировывать, с кем бы ты хотел продолжить совместно учиться в новом коллективе?

а)

б)

в)

2. Кого бы ты из класса пригласил на свой день рождения?

а)

б)

в)

3. С кем из класса ты пошел бы в многодневный туристический поход?

а)

б)

в)

### **Обработка данных и интерпретация результатов**

На основании полученных результатов составляется матрица (таблица 1). Матрица состоит: по вертикали – из списка фамилий группы, расположенных в алфавитном порядке и сгруппированных по половому признаку; по горизонтали – их номера, под которыми испытуемые

обозначены в списке.

Таблица 1 (критерий выбора: 1)

Матрица социометрических положительных выборов (пример)

№	Фамилия, имя, отчество	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
1	Александров Паша		1	2			3				
2	Иванов Сергей			1	2		3				
3	Петров Дима		2		3					1	
4	Сарченко Сергей		2	1							3
5	Алферова Ира							1	3	2	
6	Володина Галя		3					2		1	
7	Ладзина Наташа					1	2			3	
8	Ловшина Нина					1	3	2			
9	Покровская Алла					2	1	3			
10	Самойлова Таня						2	1	3		
Кол-во выборов (М)		0	4	3	2	3	6	5	2	4	1
Кол-во взаимных выборов		0	3	2	2	3	3	3	1	3	0

Напротив фамилии каждого испытуемого заносятся данные о сделанных им выборах. Например, если Александров П. отдал свой первый выбор в эксперименте по первому критерию Иванову С., то цифра 1 ставится на пересечении первой строки и второго столбца. Второй выбор Александров отдал Петрову Д., поэтому цифра 2 записывается в квадрате на пересечении первой строки и третьего столбца. Если испытуемые сделали взаимные выборы, то соответствующие цифры этих выборов обводятся кружочками (у нас в таблице они выделены темным цветом). Внизу матрицы подсчитывается количество выборов, полученных каждым испытуемым (по вертикали сверху вниз), в том числе и взаимных выборов.

В зависимости от количества полученных социометрических положительных выборов можно классифицировать испытуемых на пять статусных групп (см. таблицу 2).

Таблица 2

Классификация испытуемых по итогам социометрического эксперимента

Статусная группа	Количество полученных выборов
«Звезды»	В два раза больше, чем среднее число полученных выборов одним испытуемым
«Предпочитаемые»	В полтора раза больше, чем среднее число полученных выборов одним испытуемым
«Принятые»	

«Непринятые»	В полтора меньше, чем среднее число полученных выборов одним испытуемым
«Отвергнутые»	Равно нулю или в два раза меньше, чем число полученных выборов одним испытуемым

### 3. Тест «Диагностика предрасположенности личности к конфликтному поведению К. Томаса».

Тест К. Томаса позволяет выявить стиль поведения в конфликтной ситуации. Опросник Томаса не только показывает типичную реакцию на конфликт, но и объясняет, насколько она эффективна и целесообразна, а также дает информацию о других способах разрешения конфликтной ситуации. При помощи специальной формулы вы можете просчитать исход конфликта.

#### Инструкция

В каждой паре выберите то суждение, которое наиболее точно описывает ваше типичное поведение в конфликтной ситуации.

#### Стимульный материал (вопросы)

1

А. Иногда я предоставляю другим возможность взять на себя ответственность за решение спорного вопроса.

Б. Чем обсуждать то, в чем мы расходимся, я стараюсь обратить внимание на то, в чем согласны мы оба.

2

А. Я стараюсь найти компромиссное решение.

Б. Я пытаюсь уладить дело с учетом всех интересов другого и моих собственных.

3

А. Обычно я настойчиво стремлюсь добиться своего.

Б. Я стараюсь успокоить другого и стремлюсь, главным образом, сохранить наши отношения.

4

А. Я стараюсь найти компромиссное решение.

Б. Иногда я жертвую своими собственными интересами ради интересов другого человека.

5

А. Улаживая спорную ситуацию, я все время стараюсь найти поддержку у другого.

Б. Я стараюсь сделать все, чтобы избежать бесполезной напряженности.

6

А. Я стараюсь избежать возникновения неприятностей для себя.

Б. Я стараюсь добиться своего.

7

А. Я стараюсь отложить решение сложного вопроса с тем, чтобы со временем решить его окончательно.

Б. Я считаю возможным в чем-то уступить, чтобы добиться чего-то другого.

8

**А.** Обычно я настойчиво стремлюсь добиться своего.

**Б.** Первым делом я стараюсь ясно определить то, в чем состоят все затронутые интересы и спорные вопросы.

9

**А.** Думаю, что не всегда стоит волноваться из-за каких-то возникающих разногласий.

**Б.** Я предпринимаю усилия, чтобы добиться своего.

10

**А.** Я твердо стремлюсь достичь своего.

**Б.** Я пытаюсь найти компромиссное решение.

11

**А.** Первым делом я стараюсь ясно определить то, в чем состоят все затронутые интересы и спорные вопросы.

**Б.** Я стараюсь успокоить другого и стремлюсь, главным образом, сохранить наши отношения.

12

**А.** Зачастую я избегаю занимать позицию, которая может вызвать споры.

**Б.** Я даю возможность другому в чем-то остаться при своем мнении, если он также идет навстречу мне.

13

**А.** Я предлагаю среднюю позицию.

**Б.** Я пытаюсь убедить другого в преимуществах своей позиции.

14

**А.** Я сообщаю другому свою точку зрения и спрашиваю о его взглядах.

**Б.** Я пытаюсь показать другому логику и преимущество своих взглядов.

15

**А.** Я стараюсь успокоить другого и стремлюсь, главным образом, сохранить наши отношения.

**Б.** Я стараюсь сделать все необходимое, чтобы избежать напряженности.

16

**А.** Я стараюсь не задеть чувства другого.

**Б.** Я пытаюсь убедить другого в преимуществах моей позиции.

17

**А.** Обычно я настойчиво стремлюсь добиться своего.

**Б.** Я стараюсь сделать все, чтобы избежать бесполезной напряженности.

18

**А.** Если это сделает другого счастливым, я дам ему возможность настоять на своем.

**Б.** Я дам возможность другому в чем-то оставаться при своем мнении, если он также идет мне навстречу.

19

**А.** Первым делом я стараюсь ясно определить то, в чем состоят все затронутые интересы и спорные вопросы.

**Б.** Я стараюсь отложить решение сложного вопроса с тем, чтобы со временем решить его окончательно.

20

**А.** Я пытаюсь немедленно разрешить наши разногласия.

**Б.** Я стараюсь найти наилучшее сочетание выгод и потерь для нас обоих.

21

**А.** Ведя переговоры, я стараюсь быть внимательным к желаниям другого.

**Б.** Я всегда склоняюсь к прямому обсуждению проблемы.

22

**А.** Я пытаюсь найти позицию, которая находится посередине между моей и той, которая отстаивается другим.

**Б.** Я отстаиваю свои желания.

23

**А.** Как правило, я озабочен тем, чтобы удовлетворить желания каждого из нас.

**Б.** Иногда я предоставляю другим возможность взять на себя ответственность за решение спорного вопроса.

24

**А.** Если позиция другого кажется ему очень важной, я постараюсь пойти навстречу его желаниям.

**Б.** Я стараюсь убедить другого в необходимости прийти к компромиссу.

25

**А.** Я пытаюсь показать другому логику и преимущество своих взглядов.

**Б.** Ведя переговоры, я стараюсь быть внимательным к желаниям другого.

26

**А.** Я предлагаю среднюю позицию.

**Б.** Я почти всегда озабочен тем, чтобы удовлетворить желания каждого.

27

**А.** Зачастую я избегаю занимать позицию, которая может вызвать споры.

**Б.** Если это сделает другого счастливым, я дам ему возможность настоять на своем.

28

**А.** Обычно я настойчиво стремлюсь добиться своего.

**Б.** Улаживая спорную ситуацию, я обычно стараюсь найти поддержку у другого.

29

**А.** Я предлагаю среднюю позицию.

**Б.** Думаю, что не всегда стоит волноваться из-за каких-то возникающих разногласий.

30

**А.** Я стараюсь не задеть чувств другого.

**Б.** Я всегда занимаю такую позицию в спорном вопросе, чтобы мы могли совместно с другим заинтересованным человеком добиться успеха.

### Ключ к тесту Томаса типы поведения в конфликте

№	Соперничество (конкуренция)	Сотрудничество	Компромисс	Избегание	Приспособление
1				А	Б
2		Б	А		
3	А				Б
4			А		Б
5		А		Б	
6	Б			А	
7			Б	А	
8	А	Б			
9	Б			А	
10	А		Б		
11		А			Б
12			Б	А	
13	Б		А		
14	Б	А			
15				Б	А
16	Б				А
17	А			Б	
18			Б		А
19		А		Б	
20		А	Б		
21		Б			А
22	Б		А		
23		А		Б	
24			Б		А
25	А				Б
26		Б	А		
27				А	Б



28	А	Б			
29			А	Б	
30		Б			А

### Обработка и интерпретация результатов теста

Количество баллов, набранных испытуемым по каждой шкале, дает представление о выраженности у него тенденции к проявлению соответствующих форм поведения в конфликтных ситуациях.

Для описания типов поведения людей в конфликтных ситуациях К. Томас применял двухмерную модель регулирования конфликтов. основополагающими измерениями в ней являются: кооперация, связанная с вниманием человека к интересам других людей, вовлеченных в конфликт, и напористость, для которой характерен акцент на защите собственных интересов.



Соответственно этим двум способам измерения К. Томас выделял следующие способы регулирования конфликтов:

1. **Соперничество** (конкуренция) или административный тип, как стремление добиться удовлетворения своих интересов в ущерб другому.
2. **Приспособление** (приспосабливание), означающее, в противоположность соперничеству, принесение в жертву собственных интересов ради интересов другого человека.
3. **Компромисс** или экономический тип.
4. **Избегание** или традиционный тип, для которого характерно как отсутствие стремления к кооперации, так и отсутствие тенденции к достижению собственных целей.
5. **Сотрудничество** или корпоративный тип, когда участники ситуации приходят к альтернативе, полностью удовлетворяющей интересы обеих сторон.

Он полагал, что при избегании конфликта ни одна из сторон не достигнет успеха. При таких формах поведения как конкуренция, приспособление и компромисс или один участник оказывается в выигрыше, а другой проигрывает, либо проигрывают оба, так как идут на компромиссные уступки. И только в ситуации сотрудничества обе стороны оказываются в выигрыше.

Другие специалисты убеждены, что оптимальной стратегией в конфликте считается такая, когда применяются все пять тактик поведения, и каждая из них

имеет значение в интервале от 5 до 7 баллов. Если ваш результат отличен от оптимального, то одни тактики выражены слабо — имеют значения ниже 5 баллов, другие — сильно — выше 7 баллов.

Формулы, для прогнозирования исхода конфликтной ситуации:

**А.** Соревнование + Решение проблемы + 1/2 Компромисса

**Б.** Приспособление + Избегание + 1/2 Компромисса

Если сумма А > суммы Б, шанс выиграть конфликтную ситуацию есть у вас.

Если сумма Б > суммы А, шанс выиграть конфликт есть у вашего оппонента.