

Министерство образования и науки Хабаровского края
Краевое государственное бюджетное образовательное учреждение
«Краевой детский центр «Созвездие»



УТВЕРЖДАЮ

Генеральный директор
КГБОУ КДЦ Созвездие

А.Е. Волостникова

Приказ № 01-09/631

от 23.12. 2019 г.

**Дополнительная общеобразовательная
общеразвивающая программа
«Командообразование»
(мастер-класс)
(социально-педагогическая направленность)**

Возраст обучающихся: 14-17 лет

Продолжительность реализации программы: 1
день

Авторы-составители программы:

Заведующий СППР

Пахомова Алла Викторовна

Педагог-психолог СППР

Оспенникова Елена Михайловна

Место реализации:

Хабаровский край, р. п. Переяславка,
дружина «Созвездие»

г. Хабаровск, 2020 г.

Пояснительная записка

Командообразование - это универсальное средство, оказывающее исключительно положительное влияние не только на показатели успешности подростка или учебного процесса, но и на индивидуальное состояние каждого участника, его настроение, психическое равновесие, устойчивость к стрессам, жизненный тонус.

Программа разработана в соответствии с законодательными документами и подзаконными актами в сфере дополнительного образования детей, такими как:

- Федеральный Закон РФ от 29.12.2012 г. № 273 «Об образовании в Российской Федерации»;
- Концепция развития дополнительного образования детей (утверждена распоряжением Правительства Российской Федерации от 4 сентября 2014 г. № 1726-р);
- Постановление Правительства РФ «Об утверждении Санитарно-эпидемиологических требований к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей (СанПиН 2.4.4.3172-14);
- Приказ Министерства просвещения РФ от 09.11.2018 № 196 «Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
- Письмо от 18 ноября 2015 года № 09-3242 Министерства образования и науки Российской Федерации «Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программам (включая разноуровневые программы)».

Направленность программы: социально-педагогическая.

Актуальность. В современном мире способность действовать в команде является одним из наиболее востребованных личных качеств наряду с надежностью, готовностью помочь, чуткостью, широтой взглядов, терпением и самоуважением. Эти качества необходимы всем, кто хочет строить отношения с другими на основе взаимного уважения, коммуникации и сотрудничества. В экономике конкуренция является двигателем прогресса и гарантией существования бизнеса. В школе учащиеся часто сравнивают между собой, проводят разнообразные конкурсы и состязания, предполагающие обязательное наличие победителей и проигравших. Чтобы повлиять на поведение детей, родители зачастую постоянно сравнивают друг с другом братьев и сестер. Соперничество делает нас психологически более закрытыми, рано или поздно разрушает внутреннюю уверенность в своих силах, которая должна базироваться на доверии к другим и к себе, на готовности и способности помогать и принимать помощь.

Педагогическая целесообразность. Игры на командообразование и тренинги на сплочение коллектива являются превосходным способом формирования команды победителей, где каждый знает свое место и по максимуму использует свои возможности. Программы, составляющие основу тимбилдинга, предлагают условия для свободной неформальной

коммуникации и обучения групповой работе. В дополнение к этому происходит личностный рост всех членов команды, раскрытие их качеств, талантов и способностей, в том числе и лидерских.

Еще одна ценность командообразования - оно может выступать в качестве способа прекрасно и плодотворно отдохнуть, отвлечься от проблем, забот и учебных вопросов, сбросить отрицательную энергию, наполниться новыми силами и жизненной энергией.

Тренинги по командообразованию способствуют:

- формированию навыков успешного взаимодействия членов команды в различных ситуациях;
- повышению уровня личной ответственности за результат;
- переходу из состояния конкуренции к сотрудничеству;
- повышению уровня доверия и заботы между членами команды;
- переключению внимания участника с себя на команду;
- повышению командного духа и дают заряд позитивного настроения.

Новизна и отличительные особенности.

Занятие проходит в форме тренинга. Ценность тренинга командообразования в том, что они позволяют решить ряд задач:

- затрагиваются такие области, как эмоции, аспекты личности и взаимоотношений. Часто это дает возможность взглянуть на человека другими глазами, понять, почему он в какой-то ситуации введет себя так, а не иначе;
- участники тренинга учатся выражать и распознавать эмоции. Все это приводит к тому, что подросток начинают понимать друг друга лучше, а, следовательно, более эффективно взаимодействовать;
- делается акцент на том, что разные точки зрения - это мощный ресурс командной работы, и терпимость как понимание и признание сильных и слабых сторон каждого - это важный аспект командной работы.

Тип программы и уровень освоения

По типу программа *одноуровневая*, по уровню сложности предлагаемого для освоения содержания материала, количеству часов и сроку обучения программа имеет *стартовый уровень*. В программе используются и реализуются общедоступные и универсальные формы организации материала. Это создает условия для успешного освоения программного материала каждым участником группы в условиях временного детского коллектива.

Адресат программы

Программа адресована обучающимся в возрасте 9-17 лет, участникам краевой профильной смены, находящимся в условиях временного детского коллектива.

Количество детей в группе – 15 человек.

Условия набора в группу – по желанию участников краевой профильной смены и их родителей, с учетом возрастных особенностей детей, без специальных требований к уровню подготовленности и ограничений.

Продолжительность реализации программы

Реализация программы рассчитана на 1,5 учебных часа.

Сроки освоения программы – 1 день в период проведения краевой профильной смены.

Режим занятий. Занятия проводятся в соответствии с планом краевой профильной смены, продолжительность одного занятия – 1,5 академических часа с перерывом между ними 10 минут.

Формы и методы проведения занятий

Формы проведения занятий: групповая, индивидуально-групповая, работа в парах, индивидуальная работа. Основной формой организации деятельности обучающихся является практическое групповое занятие – мастер-класс.

На занятиях используются **методы** обучения:

- информационные (словесные, демонстрационные);
- управление деятельностью обучающихся (эвристическая беседа, алгоритмы);
- практические (репродуктивные, проектные, мастер-класс, самостоятельная работа);
- аналитические (анализ работы, презентация, рефлексия участников).

Цель: создание позитивных изменений в социально-психологических параметрах команды после непосредственного участия в тренинге.

Задачи:

- продемонстрировать преимущества командной работы;
- усовершенствовать общение в команде;
- освоить навыки обратной связи;
- усовершенствовать процессы принятия решений в команде;
- научить видеть человека в командной роли, развить среди членов команды уважение к роли каждого, улучшить способность принимать ограничения и использовать сильные стороны каждого участника.

Учебный план

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов			Формы аттестации/контроля
		Всего	Теория	Практика	
1.	Я работаю в команде.	1,5	0,25	1,25	Наблюдение, беседа, практическая работа
Итого:		1,5	0,25	1,25	

Содержание программы

Тема 1. Я работаю в команде.

Теория: зачем необходимо уметь работать в команде, особенности работы в команде.

Практика: упражнения «Знакомство», «Групповая картинка», «Да здравствует команда!», «Постройка моста».

Планируемые результаты:

Обучающиеся:

- осознали преимущества командной работы;
- усовершенствовали навыки общения в команде;
- освоили навыки обратной связи;

- усовершенствовали процессы принятия решений в команде;
- научились видеть человека в командной роли, развить среди членов команды уважение к роли каждого.

Контроль результатов обучения

Формы контроля

Основным способом определения результативности освоения программы являются методы психолого-педагогической диагностики: педагогическое наблюдение, беседа, анализ выполнения обучающимися предлагаемых заданий.

Итогом выполнения программы является выставка работ обучающихся и психолого-педагогическая диагностика образовательного процесса.

Критерии оценки результатов обучения:

- мотивация обучающихся к познавательной деятельности;
- увлеченность деятельностью;
- активность обучающихся;
- визуальная динамика развития умений и навыков;
- глубина усвоения материала.

Оценочные материалы к программе включают в себя:

1. Диагностическая карта.
2. Анкеты для обучающихся.
3. Журналы учета посещаемости обучающихся.
4. Анализ выполнения программы.
5. Фото- и видеотчеты размещаются на сайте образовательного учреждения, их могут посмотреть и оценить все желающие

Диагностическая карта обучающихся

ФИО	Активное участие в выполнении упражнений психологического тренинга	Коммуника-тивные навыки изменение уровня формирования	Лидерские качества – изменение уровня формирования	Изменение уровня формирования навыков преодоления стресса	Изменение уровня формирования навыков бесконфликтного общения
1.					

Организационно-педагогические условия реализации программы

Материально-техническое обеспечение

Техническое оснащение:

- хорошо освещенный кабинет;
- стулья, столы;
- компьютер;
- флеш-карта памяти на 32 Гб
- принтер;
- телевизор
- кресла-груши
- флипчарт

Инструменты и материалы (согласно потребностям и заявке):

Бумага офисная белая, А4	2 пачки
Ручка шариковая, синий стержень	20 шт.
Бумага для флипчарта	1 рулон

Дидактическое обеспечение:

- раздаточные материалы в виде наглядных примеров;
 - распечатки тестов и анкет;
- экранно-звуковые пособия: видео- и аудиоматериалы, презентации, наличие доступа в интернет.

Кадровое обеспечение

- штатные психологи

Методическое обеспечение

В процессе реализации программы используются *педагогические технологии*: обучение в сотрудничестве, рефлексивное обучение, информационно-коммуникационные.

Алгоритм занятия:

1. Знакомство
2. Разминка-ледокол
3. Психологическая игра – переход к теме тренинга.
4. Теоретический блок.
 - презентация, лекция, беседа
 - анализ полученной информации.
5. Практическая часть:
 - самостоятельное выполнение детьми упражнений;
 - завершение работы, рефлексия, получение обратной связи.

Методические рекомендации

Все тренинги состоят из одних и тех же этапов.

Введение (5% рабочего времени)

Это этап, в который входит краткое представление целей и задач тренинга. Цели и задачи тренинга всегда объявляет психолог.

1 этап

Знакомство (5% рабочего времени)

Дети присматриваются друг к другу, устанавливают контакт. Среди них намечаются симпатии, а иногда и антипатии.

2 этап

Ожидания участников (3% рабочего времени)

На этом этапе дети высказывают свои ожидания от тренинга. Данный этап можно проводить по-разному: высказывания по кругу, обсуждения в парах или малых группах с последующим вынесением на группу.

3 этап.

Принятие правил группы (5% рабочего времени)

Это этап рождения группы, когда группа принимает на себя

обязательства.

4 этап.

Оценка уровня информированности
(5-10% рабочего времени)

Чтобы не повторять хорошо известную информацию, необходимо выяснить, что они знают о проблеме. Для этого можно задавать вопросы группе, использовать анкеты, викторины.

5 этап.

Актуализация проблемы (10% - 30% рабочего времени)

Этот этап можно использовать для того, чтобы пробудить интерес к проблеме, сформировать у обучающихся мотивацию к изменению поведения. Задача этого этапа – сделать проблему актуальной для каждого.

6 этап.

Информационный блок (20% - 40% рабочего времени)

Информационный блок должен быть разбит на несколько логически завершенных частей, которые распределены по всему тренингу, включающих сообщения подробной информации

7 этап.

1. Приобретение практических навыков (20% - 60% рабочего времени)

Нарабатываются в ходе всего тренинга и с помощью специальных игр, упражнений.

2. Принятие решений

Для развития данного навыка можно использовать «мозговые штурмы»; обсуждение одной проблемы всей группой; игры, направленные на осознание проблемы; алгоритм принятия решения.

3. Изменения стратегии поведения

Этот навык помогает обучающемуся:

- гибко, пластично реагировать в любой ситуации;
- лучше приспосабливаться к окружающей обстановке;
- быстрее находить выход из сложных ситуаций;
- реализовывать свои планы и достигать цели. Для того чтобы ребенок мог поменять стратегию поведения, ему надо иметь представление о наличии других стратегий. Для этого подойдут ролевые игры.

Необходимо отметить, что информационный блок, этапы актуализации и выработки навыков имеют достаточно пластичную структуру; у этих этапов нет четких временных рамок и обязательного порядка следования, они накладываются друг на друга, идут параллельно.

8 этап.

Завершение работы. Получение обратной связи (5% рабочего времени)
Задачи этапа:

- 1) подвести итоги тренинга;
 - 2) выяснить, сбылись ли ожидания детей;
 - 3) оценить изменение уровня информированности.
- Работа завершается прощанием группы.

Правила тренинга:

Здесь и сейчас

Конфиденциальность

Тактичное и доброжелательное отношения ко всем участникам группы

Правило «стоп»

Искренность и открытость

Недопустимость оценочных суждений членов группы.

Упражнение «Знакомство»

-Добрый день, уважаемые участники! Я рада вам сообщить, что в наших тренингах есть определенные традиции. Одна из этих традиций начинать занятие с чего-нибудь теплого, доброго и светлого. Но теплое и светлое само по себе не появляется, его делают люди. И если вы хотите привнести это в свою жизнь, то вам нужно хоть что-нибудь для этого сделать. На этот счет существует одна притча.

«Жил-был один Монах. И в течение большей части своей жизни он пытался выяснить, чем отличается Ад от Рая. На эту тему он размышлял днями и ночами. И в одну ночь, когда он заснул во время своих мучительных раздумий, ему приснилось, что он попал в Ад. Осмотрелся он кругом и видит: сидят люди перед котлами с едой. Но какие-то изможденные и голодные. Присмотрелся он получше - у каждого в руках ложка с длинню-ю-ю-юющей ручкой. Черпануть из котла они могут, а в рот никак не попадут. Вдруг к нему подбегает местный служащий (судя по всему, Черт) и кричит:

- Быстрее, а то ты опоздаешь на поезд, идущий в Рай.

Приехал Человек в Рай. И что же он видит?! Та же картина, что и в Аду. Котлы с едой, люди с ложками с длинню-ю-ю-юющими ручками. Но все веселые и сытые. Присмотрелся человек - а здесь люди этими же ложками кормят друг друга».

Всем нам хочется, что бы у нас в жизни было больше светлого, теплого, доброго. Но для того, что бы это появилось, нужно что-то сделать. То есть сейчас, у вас есть замечательная возможность познакомиться с большим количеством людей и поделиться чем-то теплым, светлым и радостным. Это означает, что вы имеете полное право подойти к любому, и не только одному, человеку и сказать и сделать так, чтобы у него в душе появились эти тепло и свет. А он вам может на это ответить. И я надеюсь, что таких встреч будет как можно больше.

Рефлексия: количество встреч и испытываемые эмоции.

Упражнение «Групповая картинка»

Упражнения для тренинга на командообразование. Время: 10 мин. Для упражнения необходимы листы бумаги формата А4, А3, ватман, акварельные краски для каждого, стаканчики с водой, медитативная музыка. Каждый рисует свои чувства, своё настроение на листе бумаги. Рисунки вывешиваются и определяется общее настроение группы. Затем участники по парам садятся друг против друга, берутся за руки, настраиваются друг на друга, мысленно желают друг другу благополучия, затем молча рисуют без слов на общем листе (ф.А3), что они чувствовали. Рисунки вывешиваются,

обсуждение в свободном режиме. Затем пары объединяются в четвёрки, садятся в кружок, берутся за руки и молча настраиваются друг на друга, желая благополучия, затем молча рисуют на общем листе то, что чувствовали. Рисунки вывешиваются, обсуждение в свободном режиме.

Затем группы объединяются по 8 человек и всё повторяется, затем вся группа рисует на большом листе ватмана.

Рефлексия: какие были чувства во время упражнения, появились ли какие-либо новые чувства по сравнению с началом тренинга.

Упражнение «Да здравствует команда!»

Для этого упражнения необходимо изготовить листы формата А3 с сеткой из пронумерованных квадратов (всего 25 квадратов), ручки для каждого участника. Задача каждого участника - написать в каждом квадрате по одной своей характеристике, тренер может вслух называть характеристики, относящиеся ко всем участникам. Когда все клетки будут заполнены, начинается второй этап игры. Участники подходят друг к другу, и расписываются в одной из клеток сетки под тем качеством, которое есть у него тоже. Можно расписаться только один раз в одной сетке. Задача участников - получить как можно больше подписей в клетках за определённое время. Группа снова собирается. Тренер объясняет, что целью задания является собрать слово «команда». Первый, кто соберёт слово и скажет «Да здравствует команда!» - победитель. Тренер произносит первую букву «К» и указывает номер ячейки, куда нужно её поставить. Буква заносится в ячейку только в том случае, если на ней кто-нибудь расписался. Тренер продолжает: «Поставьте букву «О» в ячейку номер..., букву «М» - в ячейку номер...» и так далее, до последней буквы слова «команда». Тот, кто видит на своей сетке полностью собранное слово и первым выкрикивает: «Да здравствует команда!», провозглашается победителем. Игра может продолжаться до выявления 3 победивших.

Рефлексия: что чувствуете, поделитесь, какие были трудности в выполнении упражнения?

Упражнение «Постройка моста»

Время: 30 минут. Материалы: листы А4, карандаш, линейка и ножницы. Разделите группу на две команды. Одна команда вместе с ведущим выходит за дверь, вторая - остаётся с другим ведущим в комнате. Первой группе даётся следующее задание: участники должны изображать миссионеров, а оставшаяся группа - туземцев племени, не знающего ни письменности, ни математики, ни инженерии. У них в племени недавно началась эпидемия, и люди умирают десятками. Довести же их до больницы невозможно, т.к. до неё по дороге - 105 км; напрямую - 5 км, но путь лежит через непроходимые болота. Необходимо научить их строить мост, т.к. если построить им самим, они всё равно не научатся его ремонтировать. Мост должен состоять из 5 метров склеенных между собой листов бумаги, ширина моста - половина ширины листа бумаги с 5-миллиметровым отступом в большую сторону. Кроме того, миссионеры должны убедить туземцев в необходимости постройки моста. Время на постройку - 20 минут. Команде туземцев

сообщаются следующие правила: общаться с миссионерами может только глава племени. Женщины не имеют права держать в руках ножницы, мужчины - линейку. Каждые 3 минуты (по команде ведущего) они должны усиленно молиться, бросив все дела. При склеивании бумаги на каждый стык они должны наклеивать один треугольник и цветок. В течение 7 минут участники обсуждают правила, распределяют роли и вырабатывают план действия. После завершения игры участников просят поделиться своими впечатлениями. Что происходило, что чувствовали, как достигли взаимопонимания, какие были трудности? В зависимости от результатов можно сделать вывод о работе в не целевых группах, т.е. группах, у которых нет намерений следовать целям других людей, даже желающих им добра. Кроме того, делается вывод о необходимости учитывать интересы и желания других людей, без чего не может возникнуть понимание и совместная продуктивная деятельность, (чаще всего участникам не удаётся построить такой мост, это нормально)

Рефлексия. Что чувствовали в начале игры. Что поняли, какие выводы для себя сделали?

Формы контроля и представления результатов обучения

Основными *формами контроля результатов обучения* являются: педагогическое наблюдение, педагогический мониторинг и анализ личностных достижений детей (практическая работа, проявление интереса к изучаемому материалу и активная деятельность обучающихся на занятиях, участие в выставках, конкурсах; презентация работы, способность и готовность к самостоятельной творческой работе и к саморазвитию, к коммуникации и взаимодействию в группе, консультирование, беседа, анализ и оценка деятельности, журнал учёта посещаемости занятий).

Основными *формами представления результатов обучения* являются: презентация изделий, рефлексия, журнал учёта посещаемости занятий, соблюдение правил техники безопасности на занятиях.

Список литературы

1. Гремлинг С., Аузрбах С. Практикум по управлению стрессом. СПб., 2002.
2. Гринберг Дж. Управление стрессом. — СПб., 2012.
3. Грецов А. Г., Попона Е. Г. Научись преодолевать стресс. — СПб., 2006.
5. Микляева А. В. Я-подросток. Мир эмоций. Встречи с самим собой, Я среди других людей. — СПб., 2013.
6. Нейдхард Дж. и др. Властелин эмоций. Как сохранить спокойствие в любой ситуации. — СПб., 2007.
8. Фопель К. Как научить детей сотрудничать? Психологические игры и упражнения. М., 2010.
9. Фопель К. Уверенное управление. М., 2004.