



Приложение № 1
к основной образовательной
программе среднего
общего образования
МБОУ «Школа №109»
(в соответствии с ФОП),
утвержденной приказом
МБОУ «Школа №109»
от 30.08.2024 № 283 /од

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

социального направления

среднего общего образования
МБОУ «Школа №109»

Содержание

Наименование	Страница
Пояснительная записка	3
Содержание учебного предмета	6
Тематическое планирование	29
10 класс (34 часа)	29
11 класс (34 часа)	29

Пояснительная записка

Актуальность данной рабочей программы «Развитие ценностных ориентаций старшеклассников» обусловлена изменениями, происшедшими в нашей стране за последние годы, основной тенденцией которых является рост числа наркозависимых, прежде всего среди детей и подростков.

Акцентирование содержания программы факультативного курса на ценностно-смысловой сфере личности обусловлено тем, что именно данный компонент личности является детерминантой активности и основой жизненных выборов. Ценность в отличие от нормы, норматива предполагает выбор и поэтому именно в ситуациях выбора наиболее ярко проявляются характеристики, относящиеся к ценностно-смысловому компоненту культуры человека.

Комплект программы составлен с учетом концептуальных моделей профилактики ПАВ-зависимости, принципа дифференциации профилактической работы с учащимися различных возрастных групп.

При реализации программы рекомендуется проанализировать и осмыслить целевое назначение и организационно-типологические особенности каждого занятия, возрастные и социально-психологические особенности адресной группы.

Реализатор программы должен соблюдать этические нормы взаимодействия с детьми данного возраста, проявлять такт и профессионализм при рассмотрении проблемных ситуаций, помнить о целевом назначении профилактической работы в образовательном учреждении.

Содержательные линии программы включают в себя рассмотрение вопросов, касающихся основ эмоциональной сферы, самосознания, самоотношения, Я-концепции и ценностных ориентации личности старшеклассников, способствующих формированию ориентиров социально-нормативного поведения подростка и гибкости в различных жизненных ситуациях, развитию критического мышления как основы медиаграмотности. Акцент программы сделан на самопознание и самоосознание своих проблем и внутренних противоречий, вследствие чего данному разделу выделено 24 часа. Рефлексивная позиция, в которую ставятся учащиеся, позволит лучше понять себя и посмотреть на себя со стороны.

Основная идея предлагаемой программы заключается в том, чтобы не заставлять, не подавлять, а помочь старшекласснику стать самим собой, приняв и полюбив себя, преодолеть стереотипы, навязанные обществом и СМИ. Условиями эффективной профилактической работы является внедрение в образовательную среду инновационных педагогических и психологических технологий, обеспечивающих формирование у детей и молодежи социально-нормативного жизненного стиля с доминированием ценностей здорового образа жизни, действенной установки на отказ от приема психоактивных веществ и мотивов отказа

от «пробы» и приема наркотиков.

Цели программы

1. Формирование социально-психологической компетентности как основы успешной социальной адаптации детей, ответственного ценностного отношения к собственному здоровью, принятие здорового образа жизни как нормы индивидуального бытия,
2. Развитие аналитических, оценочных, рефлексивных и прогностических умений, обеспечивающих избегание ситуаций соприкосновения с психоактивными веществами.

Основные задачи программы

1. Формировать у учащихся у подростков и старшеклассников представлений об отрицательном воздействии ПАВ на физическое, социальное и психологическое здоровье человека,
2. Формировать убеждения в том, что ПАВ зависимость является барьером на пути к успеху, благополучию, профессиональному и социальному росту, человеческому счастью.
3. Формировать психологическую готовность к отказу от любых форм использования ПАВ в различных ситуациях социального взаимодействия, стойкую негативную оценку наркомании во всех ее проявлениях;
4. Учить технике и развитию аутопсихологической компетентности
5. Формировать индивидуальные схемы поведения, позволяющие избегать возникновение ПАВ-зависимости.

Ожидаемые результаты:

- развитие позитивного самоотношения;
- формирование установок на здоровый образ жизни;
- развитие навыков критического мышления;
- формирование личностных ресурсов подростков, способствующих законопослушному, успешному и ответственному поведению.

Основные компетенции, приобретаемые в процессе освоения программы:

- аутопсихологические (умения понимать свое внутреннее состояние, дифференцировать эмоциональные состояния, умения принимать себя);
- социальные (гибкость поведения в различных жизненных ситуациях; умение делать выбор);
- коммуникативные (умения вступать в контакт, конструктивно

- разрешать конфликты);
- информационные (критическое восприятие информации, понимание текста и подтекста; знание технологий создания медиапродуктов).

Критерии, определяющие уровень усвоения содержания:

- знания о конструктивных способах поведения в кризисных жизненных ситуациях;
- ценностное отношение к здоровому образу жизни;
- навыки критического осмысления информации, получаемой из разных источников СМИ.

Субъекты программы:

Программа адресована учащимся 10-11 классов, реализуется в виде проблемно-ориентированного элективного курса, состоит из трех разделов и 16 тем в объеме 68 часов.

Форма проведения:

Программа включает содержательный материал, представленный в системе тренинговых упражнений, так как только активная форма участия позволяет добиться формирования отвержения психоактивных веществ на смысловом, эмоциональном и поведенческом уровнях.

1	Основа рабочей программы	Рабочая программа соответствует федеральному государственному образовательному стандарту среднего общего образования, составлена на основе федеральной рабочей программы по внеурочной деятельности. Рабочая программа среднего общего образования по внеурочной деятельности социального направления МБОУ «Школа №109» социального направления образовательной системы; является составной частью основной образовательной программы среднего общего образования МБОУ «Школа № 109»
2	10 класс	34 часов
3	11 класс	34 часов
4	Всего	68 часов

Содержание программы

Занятие 1. Знакомство с группой и групповыми правилами.

Цели:

- Представление участников.
- Введение в атмосферу занятия, знакомство с этикой групповых занятий.
- Создание правил жизни в группе.

1. Вводная часть.

Приветствие.

- Представление ведущего. Знакомство с целями и особенностями проведения психологических занятий.

- Разминка.

Упражнение «Имя – эпитет».

Каждый участник придумывает к своему имени эпитет, начинающийся на первую букву своего имени (например, Галина – гармоничная).

Упражнение «Личный герб и девиз».

Каждый участник получает задание: на альбомных листах бумаги с помощью маркеров вам нужно изобразить свой личный герб, снабженный девизом.

Идеальный результат вашего творчества должен быть таким: человек, разобравшийся в символике вашего герба и прочитавший ваш девиз, должен сразу понять с кем имеет дело.

Примерная форма герба

мои главные достижения в жизни	как я себя воспри- нимаю	моя главная цель в жизни
мой главный девиз в жизни		

В заключение упражнения происходит обсуждение в целом и каждого этапа в отдельности. Участники по кругу представляют свою работу.

2. Основная часть.

Ребятам предлагается сыграть в игру «Грибы». По сигналу ведущего, называющего определенное число (не более числа участников группы), должно стать столько человек, сколько было названо. Договариваться друг с другом нельзя.

Мозговой штурм: Зачем на уроках психологии правила? (ответы фиксируются на доске)

Обсуждение: Зачем людям нужны правила? Помогают они или мешают

жить?

Упражнение «Правила жизни в группе».

1) Ведущий читает вопросы. Участники думают: могли бы они ответить на эти вопросы в группе?

Вопросы:

Что мне в себе не нравится?

Что нужно сделать, чтобы появилось много друзей?

Хороший я человек или не очень?

Что такое Счастье и счастлив ли я?

2) Группа разбивается на микро группы по шкале безопасности:

я бы не хотел отвечать
на вопросы в группе

я бы мог ответить на
некоторые вопросы

я бы мог ответить на
все вопросы в группе

3) Ведущий предлагает обсудить в группах и записать на листе ответы на вопросы:

- что делают или говорят вокруг тебя люди, что мешает тебе говорить о твоих переживаниях?

- что делают вокруг тебя люди, что помогает тебе говорить о своих переживаниях?

4) по одному участнику от группы зачитываются ответы и фиксируются на доске.

5) Работа в подгруппах по 4 человека.

Задание: создать общие правила, выполнение которых давало бы возможность свободно общаться, разговаривать о своих чувствах.

Предполагаемые правила: искренность, конфиденциальность, не оценивать участников, поддержка от группы и пр.

6) Все участники группы голосованием создают общий свод правил жизни в группе, оформляют на отдельном плакате и вывешивают на самом видном месте в кабинете.

По окончании занятия каждый участник расписывается на общем своде правил группы.

3. Завершение занятия.

Индивидуальная работа в тетрадях.

Какое правило ты считаешь самым справедливым?

Какое правило ты бы ввел дополнительно?

Занятие 2. Эмоции и чувства. Какие разные они бывают.

Цели:

- Создание условий для обращения участников к особенностям собственного эмоционального мира.

- Создание условий для осознания подростками амбивалентности эмоций.

1. Вводная часть.

Приветствие.

Разминка.

Упражнение «Назови эмоцию»

Перекидывая мяч, произнося название эмоции. Один человек записывает на ватмане ответы (например: удивление, радость, равнодушие, злость, страх, зависть и пр.).

2. Основная часть.

Упражнение «Словарь чувств»

На первом этапе ребята работают индивидуально, записывая как можно больше названий различных чувств. На это задание нужно около 10 минут, после чего можно составить общий «Словарь чувств» на доске и дополнить собственные словарики.

Если возникают сложности, можно предлагать ребятам ситуации из жизни «одной девочки» или «одного мальчика», в которых не названные ими эмоции проявляются со всей очевидностью.

Пример словаря:

Веселье, грусть, радость, скука, интерес, зависть, любовь, ненависть, обида, одиночество, вина, стыд, удовольствие, удивление, гордость, тоска, печаль, страх, гнев, презрение, отвращение...

Анализ словаря показывает, что все включенные в него эмоции можно разделить на положительные и отрицательные.

Работа со «Словарем». Теперь подростку нужно проработать со своим «словарем» те эмоции, которые испытывались им когда-либо в жизни, подчеркнуть одной чертой; те эмоции, которые он или она испытывает часто, — двумя чертами. Затем они перечеркивают крестом те эмоции, которые им бы не хотелось испытывать никогда.

В обсуждении выясняется, что есть такие эмоции, которые хотят испытывать почти все, и что чувства не нравятся никому, потому что нам кажется, что они ничего, кроме вреда, не приносят.

Обсуждение. Мы выяснили, что некоторые эмоции нам не нравятся. Но бывают ли абсолютно бесполезные чувства? Бывают ли чувства, не приносящие никакого вреда?

В качестве иллюстрации можно привести распространенные представления о филогенетическом значении страха, злости и др. В итоге получается, что чувства и эмоции являются самым быстрым источником информации о том, что происходит вокруг. В качестве иллюстрации можно процитировать «речь в защиту страха», составленную Г. Цукерман(1995).

В то же время, любое чувство может блокировать поступающую из внешнего мира информацию. Например, слишком сильная радость от полученной «пятерки» иногда не позволит заметить, что за ту же самую контрольную сосед получил «два».

Упражнение «Польза и вред эмоций»

Ребята работают в малых группах. Каждая группа получает карточку, на которой перечислены названия четырех эмоций. На основе этого задания нужно заполнить таблицу.

В первом столбце таблицы нужно перечислить эти эмоции. Второй и третий

столбцы недвусмысленно озаглавлены «польза эмоции» и «вред эмоции». Ребятам, заполняя таблицу, необходимо подумать, что хорошего и что плохого связано с заданными им эмоциями. Желательно проиллюстрировать свои рассуждения примерами из жизни, соблюдая правила работы на уроках психологии (в частности, не называя имен).

По завершении работы выводы каждой малой группы обсуждаются. Получается, что каждая эмоция нам зачем-то нужна (она нам что-то говорит!).

3. Завершение занятия

Индивидуальная работа в тетрадах.

Что для меня было самым неожиданным на этом занятии?

Какую самую сильную эмоцию я испытал (а) за эти 1,5 часа?

Занятие 3. Страна чувств.

Цели:

- *Создание условий для «нормализации» переживания социально неодобряемых эмоций.*
- *Создание условий для углубленного самоисследования своей эмоциональной жизни. Снятие запрета на выражение отдельных эмоций в игровой форме.*
- *Определение основных причин, по которым люди скрывают свои чувства.*

1. Вводная часть

Приветствие. Передавая фломастер, участники говорят о своем настроении, вспоминают прошедшее занятие.

Разминка.

Упражнение «Цвета эмоций»

Каждый участник задумывает цвет. По очереди показывают свой цвет с помощью эмоций, мимики, жестов, а группа отгадывает.

Рефлексия: какие сложности, что неожиданного было при выполнении?

Разобрать случаи когда показывали одинаковые цвета.

2. Основная часть.

Разделить группу на три подгруппы.

Распределить роли: чтец, докладчик, хронометрист, секретарь генератор идей организатор дискуссии.

Раздать тексты сказки Т. Зинкевич-Евстигнеевой «Страна чувств»

Объявить задание:

- 1) В чем основная идея сказки?
- 2) Кто является главными героями сказки?
- 3) В чем заключается основной конфликт между персонажами?
- 4) Назовите сильные и слабые стороны чувств: Злость, Страх, Обида (каждая из трех подгрупп анализирует только одно чувство, которое называет для них ведущий).
- 5) Придумайте общую метафору сказки.

Текст сказки.

Конечно, приятнее видеть слуг по имени Радость, Удовольствие, Интерес, Злость, Обиду, Страх встречать нечасто. Но мы ведь с вами знаем, что они тоже верные слуги Короля. Однако не все подданные Короля так считали. Некоторые стали говорить: «Зачем нам эти противные Злость, Страх, Обида? Когда он приходят, мы ссоримся, деремся, нам очень неприятно. Давайте подговорим Короля, чтобы он выгнал этих слуг из страны!»

Но Король был мудр и останавливал своих подданных. Но если о нас за глаза говорят плохо, перешептываются и перемигиваются за нашей спиной, мы это почувствуем? Конечно! Нам будет приятно или неприятно? Конечно, неприятно! А когда нам неприятно, мы какие дела будем делать быстрее: хорошие или плохие? Многие люди, когда о них плохо говорят, обижаются и совершают не очень хорошие поступки. Так случилось и в нашей чудесной Стране Чувств.

Темной ночью на краю леса встретились слуги по имени Обида, Злость и Страх. Обида, обиженно поджав губы, рассказывала о том, что их хотят выгнать из страны. «Им, видите ли, без нас лучше живется! Мы им, видите ли, совсем не нужны!» — фыркала Обида, а слуга по имени Злость сжимал кулаки: «Мы им покажем, что мы можем! Вот посадим Короля в темницу да будем править страной, вот они у нас попляшут!»

И вот заговорщики пробрались во дворец, схватили спящего Короля и бросили его в темницу.

Когда на следующее утро придворные, по своему обыкновению, собрались в тронном зале, они замерли в ужасе и изумлении. На королевском троне сидел слуга по имени Страх. Он пытался надеть на свою голову корону, но она была волшебной и сползала. Тогда слуга по имени Злость со злостью кинул ее под трон

Как вы думаете, какой был первый указ нового правителя? Да, было решено объявить войну соседнему государству. Кроме того, отныне каждому жителю королевства надлежало доносить на своих соседей, решать все споры с помощью кулаков, пугать друг друга всевозможными неприятностями.

Представляете, какая жизнь настала в стране, тем более что слуги по имени Радость, Удовольствие и Интерес были из нее изгнаны?

Итак, к власти пришел самозванец, и в стране начались разруха и бедствия.

Только так и может произойти, если у власти находятся Злость или Страх.

А наши изгнанники, слуги Короля — Радость, Удовольствие, Интерес, что же стало с ними? Конечно, их сердце не могло вынести такого страшного зрелища. Они вспомнили, что далеко-далеко, за горами, за долами, живет волшебница по имени... Как вы думаете, какое ее имя?.. Конечно же, волшебницу зовут Любовь!

Ах, и нелегко же путь к волшебнице! Сколько испытаний пришлось пережить верным слугам Короля. Сразиться с ужасными людоедами, гигантскими муравьями, пройти через Черный лес... Но они дошли до царства Любви. Умывшись из колодца, почувствовали невероятный прилив сил и ликования. Сомнений не было — они ощутили Любовь.

Волшебница дала путешественникам сосуд с Любовью, чтобы они отнесли его своему повелителю. Ведь в этом было спасение их страны.

Путь назад был уже не таким тяжелым. Тем более что верных слуг Короля окрыляла Любовь.

Но наша история не закончилась. Слушайте, что было дальше. Конечно, путь домой легче, чем из дома. Тем более если несешь сосуд с Любовью! Итак, слуги по имени Радость, Удовольствие и Интерес добрались до своей страны, нашли темницу и освободили Короля. Только повелитель пригубил из сосуда с Любовью, как к нему вернулись силы, уверенность, мужество и мудрость. Царственной поступью он отправился в тронный зал.

Как только самозванцы — слуги по имени Обида, Злость и Страх — увидели Короля, они затрепетали и бросились на колени. А придворные зашипели: «Вот, Ваше Величество, мы же говорили вам, надо было избавиться от этих слуг, и ничего бы не было!»

Но Король остановил их: «Дело не в моих слугах, дело в дурных мыслях и разговорах! Я даю им три дня сроку, пусть они сами решат: покинуть ли нашу страну, или найти в ней себе достойное применение».

Так сказал великодушный Король. Через три дня слуги по имени Злость, Обида и Страх пришли к Королю и сказали: «Ваше Величество! Простите нас и вы, и вы, жители королевства! Мы вспомнили о своем качестве Меры и поняли наше назначение в стране. Позволь нам построить свои дома на границе государства!»

«Почему же на границе?» — удивился Король.

И вот что сказали слуги: «Слуга ваш по имени Страх самый чуткий, самый осторожный, он издалека чувствует опасность и сможет Ваше Величество предупредить вовремя. Вы будете иметь время на то, чтобы достойно встретить опасность или предотвратить ее. Слуга по имени Злость придаст вам силы для борьбы с врагом, сможет быстро наказать обидчика. Слуга по имени Обида чуток к дурным мыслям и разговорам, он будет охранять ваше достоинство и предотвращать недостойные действия».

Король согласился, и с тех пор королевство жило в мире и согласии.

Упражнение «Эксперимент»

Обсуждение. Все ли свои чувства человек показывает другим людям?

Почему люди иногда скрывают свои чувства?

Оказывается, что в культуре существует запрет на выражение некоторых эмоций: «настоящие мужчины не плачут», «хорошие девочки не дерутся», «сор из избы не выносят» и т. д. А ведь каждое чувство нам зачем-то нужно, как мы выяснили на прошлых уроках!

Что бывает, когда человек сдерживает свои чувства?

К доске приглашается доброволец, которому символически (с помощью косынок) блокируют все каналы выхода эмоций наружу: рот — чтобы не ругался и не кричал; глаза — чтобы не выражали злости, не плакали; уши — чтобы не слышали лишнего; руки — чтобы не дрались; ноги — чтобы не убегали. Что может такой человек?

Обсуждение позволяет понять, что зажатые внутри эмоции снижают наши возможности.

В качестве иллюстрации можно привести аналогию с кипящим чайником: если его плотно закрыть, да еще и носик закупорить, он, в конце концов, взорвется, причинив вред тем, кого ошпарил, и самому себе. Так и человек: копит, копит в себе эмоции, а потом «взрывается» и вредит тем самым и окружающим, и себе.

Упражнение «Подвиг искренности»

Ребята по очереди вытаскивают из колоды по одной карточке с незаконченным высказыванием, предполагающим рассказ о переживании какой-либо «запретной» эмоции, и завершают его. Например: «Как-то раз я сильно испугался, когда...».

Упражнение «Айсберг»

Участники на альбомных листах схематично рисуют айсберг.

Задание: Нужно в его надводной части нарисовать те эмоции, которые люди без проблем показывают окружающим, а в подводной — те, которые они предпочитают скрывать от других людей.

По завершении работы ведущий собирает рисунки и анонимно зачитывает участникам «надводные» и «подводные» эмоции. Желательно зафиксировать обобщенные списки на доске, изобразив на ней такой же айсберг.

Необходимо выяснить вопрос: каких чувств больше («подводных» или «надводных») и чем чувства из разных групп отличаются друг от друга. Оказывается, есть такие чувства (правда, их не очень много), проявление которых не нравится другим людям — родителям, учителям, друзьям.

3. Завершение занятия.

Индивидуальная работа в тетради:

Что я чувствовал во время упражнения «Подвиг искренности»?

«Надводные» чувства, которые я чаще всего испытываю

«Подводные чувства», которые я испытываю, но стараюсь не показывать.

Получается?

Занятие 4-5. Обида, Вина, Страх, Агрессия враги или помощники?

(занятие состоит из 2-х частей)

Цели:

- Создание условий для осознания подростками психологической природы обиды возможностей ее разрядки.
- Создание условий для понимания подростками психологического содержания чувств вины и стыда, а также их проективной разрядки.
- Создание условий для обращения подростков к собственному опыту агрессии.
- Разрядка агрессивных тенденций в поведении (вербальных и невербальных) в игровой форме и обучение способам безопасной разрядки агрессии.
- Анализ психологической природы страха.

1-я часть

1. Вводная часть

Приветствие.

Разминка.

Передавая «колючий» мячик по кругу участники поочередно отвесают на вопросы в произвольной форме:

- Когда люди обижаются друг на друга?

- За что?

- Почему мы обижаемся?

Если записать ответы подростков на доске, становится очевидным, что названные кем-то одним ситуации обидны для многих, они универсальны.

Упражнение «Геометрия обиды»

Первый этап упражнения представляет собой разновидность «Ассоциаций». Ребятам предлагаются вопросы типа: «Если обида — это посуда, то какая?», «а если одежда?», «а если знак препинания?» и т. д., заканчивается обсуждение вопросами о «цвете» обиды и о ее соотношении с геометрическими фигурами. Последние вопросы задаются всем без исключения. На втором этапе участники на альбомных листах изображают какую-то конкретную обиду (подписав ее), используя только тот цвет и только те геометрические фигуры, которые были названы.

Рефлексия:

Что приходит в голову при взгляде на мой рисунок? (Для ответа на этот вопрос можно посоветоваться с другом.)

2. Основная часть

Обсуждение. Бывает ли так, что одна и та же ситуация одного человека обижает, а другого — нет? Можно ли привести такие примеры из жизни? «Психоанализ» обиды показывает, что если вас задела, обратите внимание на болезненные точки своей души, а не на обидчика. Эту закономерность иллюстрирует известный афоризм: «Слабые не умеют прощать; способность прощать — качество, присущее сильным».

Упражнение «Письмо обидчику»

Попытаемся простить кого-то из своих обидчиков, неважно, кто это: мама, лучшая подруга или случайная бабушка, которая накричала на тебя в троллейбусе. Для этого мы напишем своему обидчику письмо. В нем, конечно, мы сперва скажем этому человеку все, что мы про него думаем, а потом попытаемся оправдать и простить его. И не забудем это тоже упомянуть в своем письме.

Групповая дискуссия.

Бывают ли люди, которым никогда не бывает стыдно, которые никогда не чувствуют себя виноватыми? Что это за люди? В каких ситуациях мы чувствуем стыд, вину?

Составляется «Копилка ситуаций»: не выполнил просьбу лучшего друга, осмеяли одноклассники, не ответил на простейший вопрос учителя и т. д. Выясняется, что стыд и вина — эмоции довольно частые, но очень

неприятные. Возникают они в тех случаях, когда мы сделали что-то не соответствующее правилам поведения в обществе или требованиям окружающих людей. Здесь можно вспомнить ситуации, в которых эти требования нам казались сомнительными и которые можно перечислить под рубрикой «Ах, чем я виноват?»

Требования — это ужасно! Всегда ли мы должны им следовать? Очень хочется ответить: «Мы никому ничего не должны!» Это так?

Упражнение «Сказка»

Организуется работа в маленьких группах. Необходимо написать сказку о том, что было бы, если бы в один прекрасный день все люди потеряли чувства вины и стыда.

Ребят обязательно нужно предупредить, что сказки придется зачитывать. По окончании работы сказки действительно зачитываются. Как правило, они скорее похожи на абсурдно грустные истории с печальным финалом. В обсуждении предлагается совместными усилиями привлечь в сказку волшебные средства и довести ее сюжет до хэппи-энда.

Волшебство, так или иначе, всегда позволяет вернуть людям то, что было утрачено. И что теперь сделать, чтобы наладить жизнь? Конечно, попросить прощения!

Индивидуальная работа в тетради:

Есть ли такие люди, у которых мне есть за что попросить прощения? Что бы я им сказал?

2-я часть

Групповая дискуссия.

Чем полезна и чем вредна злость?

В каких ситуациях люди чаще всего злятся?

В чем это проявляется?

Рефлексия: Если немножко побыть «психоаналитиком», окажется, что злость чаще всего связана со страхом и беспомощностью (в качестве иллюстрации можно привести параллели с агрессивным поведением животных). Она может проявляться в поведении человека и в его словах.

Упражнение «Как я зол!»

Ребятам предоставляется возможность «поругаться». Кто сейчас чувствует необходимость наговорить кому-то гадостей? Этому смельчаку завязывают глаза. Ведущий показывает на кого-то из одноклассников, так, чтобы его видели остальные. Подростку с завязанными глазами предлагается выместить свою злость словами на этом человеке. Затем глаза развязываются, и автор извиняется перед невинной жертвой: «Извини, я вовсе не тебя имел в виду...». При работе с последним из числа желающих принять участие в упражнении резидентом можно показать на него самого. Довольно забавен также вариант, когда ведущий показывает на самого себя.

Обсуждение упражнения часто дает очень ценный результат: ребята почти всегда приходят к выводу о том, что словесная агрессия, помимо очевидного вреда для отношений с тем человеком, в адрес которого она направлена, разрушает и отношения с теми, кто просто наблюдает за словесными

изысканиями нападающего. Со стороны это выглядит очень неприятно! Смешно, но как-то неловко.

Здесь же можно обсудить способы поведения в ситуации, когда кто-то на тебя обзывается, ругается и т. д.

Работа в малых группах

Ребята получают задание описать возможные способы справиться со своей злостью так, чтобы, с одной стороны, не испортить отношения с окружающими, но и, с другой стороны, не «лопнуть», как кипящий чайник. По окончании работы на доске составляется список возможных способов «спустить пар» (косвенной разрядки агрессии). Оказывается, их предостаточно!

- Потанцевать.
- Спорт.
- Побить подушку.
- Поиграть в компьютер.
- Сделать уборку и т. д.

Мозговой штурм: Что такое страх?

Участники свободно высказывают свои мнения, а ведущий записывает на доске все ответы.

Прекрасной иллюстрацией к этому обсуждению может стать известная притча:

«Куда ты идешь?» — спросил странник, повстречавшись с Чумой. «Иду в Багдад. Мне нужно уморить там пять тысяч человек». Через несколько дней тот же человек снова встретил Чуму. «Ты сказала, что уморишь пять тысяч человек, а умерло пятьдесят тысяч!» — упрекнул он ее. «Нет, — возразила она, — я погубила только пять тысяч. Остальные умерли от страха».

Можно вспомнить и выражение «у страха глаза велики», которое тоже наводит на интересные мысли относительно влияния страха на поведение человека. Получается, что страх, начинающий регулировать наше поведение, может сработать по принципу «самоподтверждающегося пророчества».

Упражнение «Чего боятся люди»

На индивидуальных листах нарисовать «сетку» из шести клеток. Три первые клетки надо заполнить картинками на тему «Чего боятся люди».

На следующем этапе упражнения оставшиеся клетки заполняются смешными рисунками на ту же тему, что и первые три. Это задание ребята получают только тогда, когда первая часть работы выполнена.

По завершении работы нужно дать ребятам немного времени, чтобы посмеяться над рисунками своих друзей, обсудить их. Выясняется, что-то, что страшно, может быть еще и смешно, потому что многие страхи вызваны нестрашными причинами.

Упражнение «Как справиться со страхом»

Ребята работают в малых группах. Необходимо вспомнить себя в тот момент, когда ты чего-то боялся или тревожился (но только тогда, когда это чем-то мешало!), и подумать: что помогло справиться со страхом?

Результаты работы каждой группы фиксируются общим списком

обобщенных рецептов на доске и обсуждаются. «Способов борьбы с тревогой и страхом» всегда получается больше пяти. Например:

- Лечь поспать.
- Устранить причину (узнать то, что неизвестно и т. д.).
- Послушать музыку.
- Поделиться с другом или родителями.
- Пересмотреть ситуацию по принципу «А чего конкретно я боюсь в ней?» и т. д.

3. Завершение занятия.

Индивидуальная работа в тетрадах:

Как я пережил упражнение «Как я зол!»? Что я чувствовал во время него? Составить индивидуальную памятку по способам «спуска пара». В нее можно включить пять пунктов из перечисленных на доске или же собственные приемы, которые по разным причинам не попали на доску.

Занятие 6. Эмпатия и способы выражения чувств.

Цели

- *Создание условий для развития эмпатии учащихся в игровых моделях межличностного взаимодействия.*
- *Анализ возможного поведения и чувств со стороны в потенциально конфликтной ситуации.*
- *Формулирование механизма безопасного выражения чувств и конструктивного выражения претензий.*

1. Вводная часть.

Приветствие.

Разминка.

Упражнение «Мигалки»

Для этого упражнения надо организовать круг из стульев, которых ровно в два раза меньше, чем участников. Играющих должно быть четное количество, поэтому в некоторых случаях ведущий, объяснив правила, сам становится игроком.

Половина ребят рассаживается на стулья, остальные встают за их спинками. Один стул остается пустым. Это потому, что водящий стоит в середине круга. Тот, кто стоит за пустым стулом, должен переманить к себе кого-то из сидящих без слов, только мимикой и жестами. Задача водящего — уловить момент «переманивания» и занять освобождающийся стул.

После 7—8 минут игры сидящие и стоящие меняются местами.

Побывав во всех трех ролях — водящего, переманивающего и переманиваемого, — ребята формулируют свои представления о том, зачем нужно уметь понимать состояния другого человека и какие трудности им удалось заметить во время игры. И почему в игре мы не использовали слова? Задача ведущего — организовать обсуждение.

Мозговой штурм:

С помощью чего люди могут понимать друг друга?

Зачем нужна эмпатия?

2. Основная часть.

Упражнение «Лицом к лицу»

На прошлых уроках мы выяснили, что намного надежнее пытаться понять состояние другого человека не по его словам (он может не сказать нам о своем настроении). Будем тренировать навыки «чувствования» другого человека.

В парах ребята садятся спиной друг к другу. По сигналу ведущего необходимо повернуть голову таким образом, чтобы увидеть лицо, а не затылок партнера. После трех попыток пары переформируются.

Результаты каждой попытки фиксируются в тетради.

Групповая дискуссия.

Зачем мы так долго учились понимать собственные эмоциональные состояния и состояния другого человека?

Чтобы чувства не мешали, а помогали строить отношения с другими людьми и с самим собой.

Для того чтобы понять, как этого можно достичь, выбирается ситуация, актуальная в том или ином классе, но довольно обобщенная, и анализируется по предложенной Г. Цукерман (1995) схеме, поэтапно фиксируемой на доске:



Упражнение «Поиск способов безопасного выражения чувств»

Ребята работают в малых группах. Каждая микрогруппа получает карточку с заданием в виде ситуации, в которой человек должен, не допустив ущемления своих интересов, не испортить отношения с партнером по взаимодействию. Конкретные ситуации ведущий подбирает исходя из специфики класса, поэтому привести здесь примеры довольно трудно. В качестве примера можно назвать такую ситуацию: «несколько раз откладывали последний срок сдачи сочинения, ученик написал его, но забыл принести; учитель не верит».

Участники каждой микрогруппы должны сформулировать все возможные исходы ситуации согласно схеме, иллюстрировав их репликами сторон, и представить группе свои варианты решения предложенной им ситуации. Задача ведущего — организовать обсуждение таким образом, чтобы его итогом стало формулирование алгоритма «Я-высказывания», который записывается в тетрадь:

- 1) объективное описание ситуации,
- 2) описание своих чувств,
- 3) аргументированные предложения по улучшению общения.

Индивидуальная работа в тетради

Наверняка у каждого есть что-то, что его раздражает. Попробуем сформулировать свою мысль об этом по принципу «Я-высказывания».

Упражнение «Формулировка»

Ребята работают в малых группах.

Задание: переформулировать обидные высказывания, предложенные на карточке, в необидные, с использованием алгоритма «Я-высказывания».

Результаты работы каждый подросток фиксирует в тетради. По завершении работы получившиеся формулировки обсуждаются, алгоритм «Я-высказывания» уточняется.

Упражнение «Я-послания»

Каждый получает карточку, на которой написано имя одного из одноклассников.

Нужно подумать о том, какие приятные моменты возникают в общении с человеком, имя которого написано на карточке. Свои соображения придется выразить прилюдно, используя уточненный и упрощенный алгоритм «Я-высказывания».

Индивидуальная работа в тетради

Попробуем описать свое состояние в последнем упражнении с двух позиций: Я говорил кому-то приятное.

Я слушал приятное про себя.

Упражнение «Комплимент»

Судя по предыдущему упражнению, оказалось, что намного проще делать комплименты, чем принимать их. Можно смутиться и даже покраснеть от комплимента в свой адрес. Мы потренируемся делать и то и другое. Тем более что уместный комплимент — это хороший способ помочь другому человеку справиться со своими негативными эмоциями.

А что, если каждый скажет своему соседу комплимент? А сосед ответит: «Спасибо, я тоже думаю, что я...» (повторяет названное)?

В обсуждении определяются способы формулирования комплиментов.

Работа в малых группах

Класс делится на четыре подгруппы, первые две получают задание составить перечень правил говорения комплиментов, вторые — принятия их. Нужно записать эти правила, а также придумать ситуации, когда эти правила не соблюдались, и рассказать на их примере, к чему это может привести.

Минимальное количество правил — три.

Когда работа закончена, на доске по ходу обсуждения составляется обобщенный список правил и каждый подросток фиксирует его в своей тетради.

3. Завершение занятия.

Индивидуальная работа.

Какие способы выражения чувств мне понравились больше всего.

Занятие 7. Что я знаю о себе. «Я-концепция».

Цели:

- Создание условий для самоанализа учащимися собственного «Я-образа».
- Развитие рефлексии подростков путем обращения к проективным формам и обратной связи от одноклассников.
- Создание условий для самоанализа подростками собственных достоинств

и недостатков

1. Вводная часть.

Приветствие.

Разминка

Упражнение «Считаем вместе»

Задание: всем классом, по очереди называя цифры, досчитать до ста. Все играют с закрытыми глазами, и если два голоса одновременно называют какую-то цифру, игра начинается сначала. Желательно, чтобы игра закончилась более или менее успешно.

Практика показывает, что «успех» в этой игре — это дойти до пятнадцати.

Рефлексия: какую информацию о себе может получить человек, если он внимательно проанализирует, как выполнял это упражнение и что при этом чувствовал?

Выясняется, что человек может узнать о своих особенностях (например - смелости, решительности, застенчивости), и это поможет ему лучше понимать свое поведение, а значит, управлять им.

2. Основная часть.

Упражнение «Двадцать Я»

Задание: в рабочих тетрадях в течение 15 минут ответить на вопрос «Кто Я?», используя для этой цели 20 слов или словосочетаний. Внимание, работа индивидуальная и зачитывать вслух свои ответы не нужно.

Анализ результатов: участникам предлагается отметить «плюсами» те ответы, которые им в себе нравятся, и «минусами» — те, которые не нравятся.

Результаты работы анонимно обсуждаются: почему у кого-то получилось написать аж тридцать ответов, а кому-то не удалось придумать и десяти? Это о чем-нибудь говорит?

Ребятам представляется точка зрения А. М. Прихожан, которая приведена в ее книге «Психология неудачника. Тренинг уверенности в себе» (М., 1997).

- Если человек написал меньше чем 15 ответов, он знает себя не очень хорошо.

- Если больше 15 — можно утверждать, что он знает себя.

Но не всегда количество обозначает качество! Например, почти все наверняка начали свои работы с утверждения «Я — человек»; затем, вероятнее всего, шли ответы «Я — дочка (или сын)», «Я — сестра (брат)», «Я — ученик(ца) 33-й школы» и т. д. Эти ответы могут применить к себе очень много людей. Говорят ли они что-нибудь конкретно о вас? Стоит ли их учитывать при анализе результатов?

Другой момент: иногда в нашем списке строчки дублируются. Например: «Я красивая», «Я симпатичная», «У меня красивые волосы», «Я хорошо выгляжу». Такие многократно повторенные ответы тоже нельзя считать разными.

Что касается «плюсов» и «минусов», то ребята сами без особого труда могут сказать, что речь идет о самооценке того, кто их расставлял.

Индивидуальная работа в тетради:

- Что говорят обо мне результаты упражнения «Двадцать Я»? Согласен ли я с ними? Почему?

Групповая дискуссия.

Чем люди отличаются друг от друга?

(Для этого обсуждения можно подобрать картинки из журналов с изображениями мужчин и женщин разных возрастов, в разных эмоциональных состояниях, занятых разными делами, детей и т. д.)
Внешностью, одеждой... чем-нибудь еще? А еще чертами характера, стремлениями, желаниями и мечтами.

Упражнение «Добрая волшебница»

Участникам предлагается представить себе невообразимую ситуацию: они познакомились с доброй волшебницей, которая может им помочь превратиться во что угодно (в вещь, животное, растение, но только не другого человека). В каком образе они готовы провести летние каникулы? Что они будут делать? Как будут себя чувствовать?

Необходимо написать на отдельных листах краткое эссе, повествующее об этом времени жизни. На это задание отводится 10 минут. Ребята заранее предупреждаются о том, что их работы будут зачитаны.

Через 10 минут ведущий собирает записи, перемешивает их и по очереди зачитывает получившиеся эссе. Класс должен догадаться, кому оно принадлежит.

Групповая дискуссия.

Что такое достоинства и недостатки?

У кого они есть у и кого их нет?

В процессе обсуждения участники приходят к выводу: достоинства и недостатки — это наши психологические особенности, которые нам нравятся или не нравятся. Они есть у каждого человека, нет и ничего страшного, когда у человека есть какие-то недостатки.

Задание для каждого: привести примеры каких-нибудь качеств, которые своему «хозяину» кажутся недостатками, а другим людям — достоинствами.

Упражнение «Соринка в чужом глазу»

Каждому участнику раздается список группы данного образца:

Задание: назовите достоинства и недостатки ваших одноклассников, так как вы их видите на самом деле.

Фамилия Имя	Достоинства	Недостатки

Анонимно каждый участник заполняет таблицу.

Информация для ведущего:

Желательно, чтобы количество «недостатков», найденных у подростка одноклассниками, не превышало количество «достоинств». Данные

обрабатывает и сводит для каждого подростка только ведущий!

Упражнение «Что обо мне сказали»

Участникам предлагается угадать содержание высказываний одноклассников в их адрес, записав по три предположения в своей рабочей тетради.

Мои достоинства глазами других	Мои недостатки глазами других

3. Завершение занятия

Индивидуальная работа в тетради.

Что проще было писать о себе — достоинства или недостатки?

Почему большинству людей проще перечислить свои недостатки, чем достоинства?

Занятие 8. Самоотношение.

Цели:

- Создание условий для обращения подростков к собственным недостаткам как нормальным особенностям личности любого человека
- Формирование мотивации на работу с собственными недостатками как на способ саморазвития личности.
- Создание условий для развития позитивного самоотношения учащихся.

1. Вводная часть.

Приветствие.

Разминка.

Упражнение «Хорошее обо мне»

Каждый вытаскивает из колоды карточку, на которой написано незаконченное предложение. Его надо закончить вслух.

- Мне нравится, что я...
- Вчера я сделал хорошее дело...
- У меня есть такое хорошее качество...
- Меня есть за что похвалить, например...
- Я расскажу вам о своем хорошем поступке. Однажды...

2. Основная часть

Ведущий раздает индивидуальные сведенные результаты упражнения с предыдущего занятия «Соринка в чужом глазу» каждому участнику.

Задание: каждый индивидуально находит сходства и различия со своими записями в тетрадях по упражнению «Что обо мне сказали»

Рефлексия: как вы сами можете себе объяснить разные точки зрения по поводу ваших качеств?

Листочки с индивидуальными сведенными результатами каждый участник клеивает у себя в тетради рядом с письменным ответом упражнения «Что обо мне сказали».

Групповая дискуссия

Мы начали это занятие, называя собственные положительные черты. Это было для многих нелегким испытанием. Сейчас вас предстоит дать ответ на противоположный по сути вопрос: зачем человеку нужны недостатки? В процессе обсуждения формулируется, как правило, следующий вывод: если бы не было недостатков, человек бы не мог развиваться, был бы всегда одинаково идеален.

Упражнение «Сказка по кругу»

Участникам предлагается сочинить сказку про человека, у которого нет недостатков. Первый подросток говорит первое предложение этой сказки, второй — второе, третий — третье и т. д. После того как сюжет сказки сформировался, группа делится на две подгруппы, каждая из которых получает свое задание: первая — продолжить сказку таким образом, чтобы у главного героя не появилось недостатков, вторая — чтобы появились. По окончании работы группы по очереди представляют свои сказки остальным одноклассникам.

Упражнение «Карикатура»

Ребятам предлагается в своих тетрадях изобразить карикатуру на самого себя и отобразить там некоторые свои недостатки.

Рефлексия

Что изображено на моей карикатуре? Какой в ней подтекст?

Мозговой штурм:

Можно ли недостатки превратить в достоинства?

Если задуматься над самим словом «недостатки», то легко увидеть, что оно обозначает не «отрицательные стороны», «негативные качества», а что-то такое, чего нам не хватает. Иными словами, фразу «Я — ленивый» можно произнести как «Мне не хватает трудолюбия»; «Я — застенчивый» — «Мне не хватает уверенности в себе». Тогда становится ясно, что именно нужно развивать в себе. Превратить недостаток в достоинство — значит, развить в себе то качество, которого не хватает.

Упражнение «Превращение»

Участники работают с теми недостатками, которые изобразили на карикатуре и написали в списке во время предыдущих упражнений. Необходимо превратить их в пути для работы над самим собой по описанному выше алгоритму.

Упражнение «Брачное объявление»

Участникам предлагается написать «Брачное объявление», в котором как можно более ярко были бы представлены их достоинства на настоящий момент, и те, которые они в себе планируют развить. Последние необходимо подчеркнуть. Ребятам предупреждают о том, что их объявления будут зачитаны.

По завершении работы над текстами объявлений ведущий перемешивает их и зачитывает по одному. Группа может догадаться, кто является автором объявления, однако ведущий не указывает его прямо и раздает тетради только после прочтения последнего объявления.

3. Завершение занятия.

Индивидуальная работа в тетради:

Что я испытывал, когда слышал со стороны о стольких своих хороших качествах?

Занятие 9. Ценности в моей жизни.

Цели

- *Создание условий для обращения подростков к собственной ценностно-смысловой сфере.*
- *Предоставление подросткам информации о ценностях одноклассников для развития навыков децентрации в общении.*

1. Вводная часть.

Приветствие.

Разминка.

Как вы понимаете, что такое ценности?

Какие виды ценностей вы знаете?

Упражнение «Игра на внимание»

Ведущий кидает мяч участникам и называет ценность либо материальную, либо духовную. Задача участников, поймав мяч, быстро дать определение, какой вид ценности назвал ведущий. Кто ошибается, тот выбывает из круга.

2. Основная часть

Мозговой штурм:

Чем материальные ценности отличаются от нематериальных? Что в жизни может быть ценного? На доске фиксируется «Копилка ценностей».

Упражнение «Мои ценности»

Ребятам предлагается представить, что они находятся в банке, в котором хранятся не золото и драгоценные камни, а то, что особенно ценно для каждого человека. Им предлагается на отдельных листочках записать то, что им особенно дорого, и распределить по сейфам. При этом самый большой сейф — для самого дорогого.

Индивидуальная работа в тетради:

Что я положил в сейфы (в большой, в средний и в маленький)? Почему?

Групповая дискуссия

Обсуждаются списки ценностей из большого, среднего и маленького сейфов. Оглашается рейтинг ценностей, полученный на прошлом уроке. Как правило, он вызывает бурю эмоций, поскольку далеко не все согласны с ценностями, которые были названы другими участниками.

Упражнение «Дом»

Инструкция: «Представьте, что вы вместе со своими друзьями решили провести выходные в своем загородном доме. Каждый из вас поехал в свой дом, чтобы подготовить все к приезду друзей. Внезапно пошел снег, поднялся сильный ветер. Понятно, что друзья сегодня приехать не смогут. В доме есть: запас воды, еды и топлива, тренажерный зал, бассейн, магнитофон, телевизор, видеомагнитофон, библиотека, алкоголь, компьютер с играми».

Ребята описывают свои предполагаемые действия, при условии, что связь с внешним миром отсутствует.

Затем задание усложняется тем, что:

- Эта ситуация продолжается на следующий день.
- Эта ситуация продолжается неделю.
- Эта ситуация продолжается месяц.

Индивидуальная работа в тетрадах:

Что нового я узнал о своих ценностях?

Занятие 10 -11. Карта ценностей.

Цели:

- Осознание того, что ценности образуют иерархию.
- Создание условий для осознания собственных ценностей.

1. Вводная часть

Приветствие.

Разминка.

Упражнение «Моя ценность».

Участника по кругу заканчивают фразу: самое важное для меня в жизни...

2. Основная часть

Мозговой штурм:

Для чего нужны ценности в жизни людей?

(ответы фиксируются на доске)

Одно из важнейших свойств ценностей – они образуют иерархию. Что-то более важно, что-то менее. Большинство из нас не ест испорченную пищу потому, что ценность здоровье важнее чем ценность экономии. Ценности для того, чтобы делать выбор. Представьте себе, что было бы, если, например, ценность "здоровье" была бы столь же важна, как и ценность "отдых".

Человек в ситуации выбора: пойти позаниматься спортом или полежать посмотреть телевизор просто бы завис и остался в этом состоянии надолго. Кстати, с некоторыми это и происходит, если они не могут четко простроить собственную иерархию ценностей.

Упражнение «Значимость ценности»

Выпишите список ваших ценностей и проставьте для каждой оценку: от 10 до 0 баллов.

(на доске записать основные ценности по Рокичу)

например:

Здоровье - 8;

Истина – 4,5;

Комфорт - 3;

Личностный рост - 9;

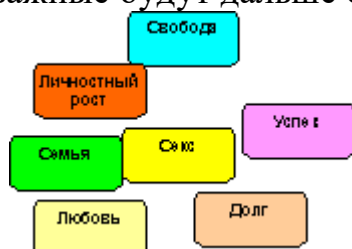
...

Упражнение «Карта Ценностей».

Хороший способ наглядно представить себе иерархию ценностей – сделать так называемую Карту Ценностей. Для ее изготовления вам потребуется

некоторое количество карточек и фломастеры.

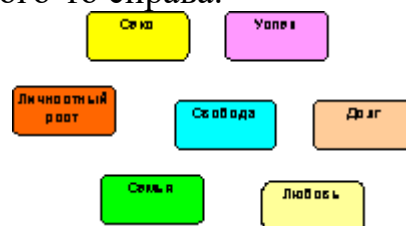
Сначала просто напишите, а потом разложить их в карту: у кого-то наиболее важные будут дальше от себя, у кого-то ближе, у кого-то справа.



Здесь чем важнее ценность, тем выше она находится.



Более линейный способ организации. Как вариант - может быть горизонтальным (наиболее важное - справа или слева)



Здесь ориентация "от центра". Чем ближе к центру - тем важнее.

Групповая дискуссия

Как ценности влияют на поведение личности?

Может ли значимость ценности меняться или ценности не поддаются изменениям?

Упражнение «Изменение карты ценностей».

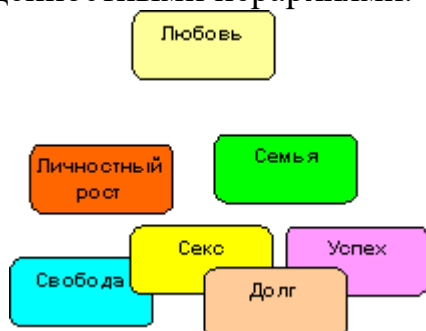
А теперь немного поиграем: добавим новые ценности, переместим, изменим расстояние. Как изменится поведение личности, если Любовь будет на самом важном месте?

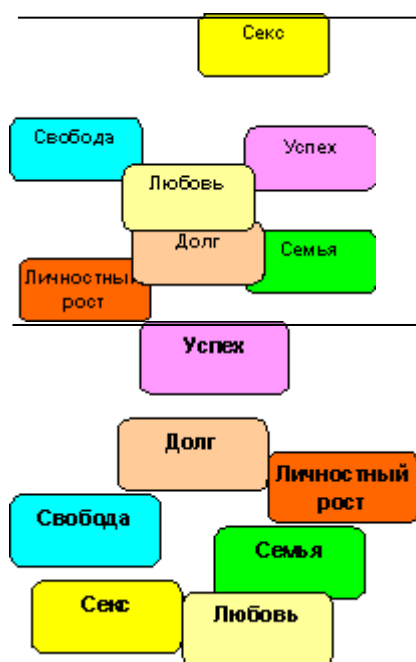
Как выстроятся остальные ценности? Как изменится восприятие мира этой личностью?

Ваша задача сейчас просто поэкспериментировать, просто попереставлять бумажки с надписями и подумать о том, что это за личность с такими ценностями? Почувствуйте ее изнутри, На что личность с такой иерархией ценностей обращает внимание, а что для нее совершенно не важно.

Попробуйте поразмышлять глазами такой личности.

Попробуйте самостоятельно заполнить размышления людей с разными ценностными иерархиями.





3. Завершение занятия

Индивидуальная работа в тетрадах

Нарисовать свою систему ценностей.

Ответить на вопрос: почему именно эти ценности для меня так важны.

Занятие 12-13. Роль средств массовой информации в жизни современного человека.

Цели:

- Развитие грамотности в области СМИ.
- Определение роли СМИ в жизни современного человека.

1. Вводная часть.

Приветствие.

Разминка.

Упражнение «Ласковое имя»

Каждый из участников становится в круг или протягивает руки ладонями вверх тому, с кого бы он хотел начать движение по кругу. Все по одному называют варианты (ласкательные) имени участника стоящего в центре круга, и как бы дарят их. Важно при этом прикоснуться к ладоням и посмотреть в глаза, поблагодарить за «подарок».

Мозговой штурм:

Какую роль играют средства массовой информации в жизни современного человека?

Может ли современный человек обойтись без СМИ? Для чего необходимо быть грамотным в области СМИ?

2. Основная часть.

Групповая работа

Просмотр видеоролика с программой А.Малахова. Назовите жанр данной

программы, ее направленность, адресата. Определите назначение программы, основные творческие приемы, которые привлекаются для ее презентации. Как стиль ведения программы, использование определенных приемов по раскрытию заданной темы заставляют нас думать о тех или иных проблемах.

Групповая дискуссия

Что отражают СМИ? нейтральное мнение или позицию определенной группы людей. Можно ли безоговорочно доверять СМИ.

Упражнение «Час редактора»

Ребята делятся на несколько подгрупп и дополняют текст, приведенный в рабочих тетрадях:

Что же нам, друзья мои, делать с _____? Почему мы так околдованы ими, да еще околдовываем наших _____, их _____, всю _____? Делаем это ради?

А может быть, для того, чтобы свалить на них _____? Мы сознательно создаем идола, слепо веруем в его чудодейственную силу и превращаемся в его служителей!

Результаты работы зачитываются. Выясняется, что у всех темы разные.

А в оригинале текст принадлежит Ш. Амонашвили и посвящен школьной оценке.

В обсуждении выясняется, что люди очень по-разному понимают одну и ту же информацию.

3. Завершение занятия

Индивидуальная работа

Отразите понимание роли СМИ, выделите основные функции

Занятие 14-15. Ценности и средства массовой информации.

Цели:

- Развитие грамотности в области СМИ.
- Выявление связи СМИ и ценностей человека

1. Вводная часть.

Приветствие.

Разминка.

Упражнение «Колпачок»

Необходимые материалы:

Колпачок от шариковой ручки или фломастера

Ребята сидят, положив сжатые в кулаки ладони на парту. Выбирается «водящий номер один», который выходит к доске и отворачивается. Ведущий проходит между рядами и отдает кому-то из сидящих колпачок от шариковой ручки, который тот зажимает в кулаке.

Водящий должен отгадать, у кого колпачок. На это у него есть три попытки. Желательно продолжать игру до тех пор, пока в роли водящего не побывает каждый ученик.

Обсуждая результаты игры, ребята формулируют основные способы

невербальной передачи информации: жесты и пантомимика, мимика, интонация.

2. Основная часть.

Упражнение «Час редактора-2»

Необходимо написать текст, заданный формулой и знаков препинания:

!?,.,??.! Здесь ребята работают индивидуально. По завершению упражнения получившиеся тексты озвучиваются.

Обсуждается вопрос: чем различается информация, с которой ребята столкнулись в двух упражнениях? Естественно, одна словесная, другая - без слов. Здесь мы «общались» с помощью интонации.

Работа в малых группах

Предлагается для анализа рекламный буклет. Класс делится на 5 групп. Каждая группа получает задание и отвечает на поставленный вопрос.

1 группа: **Кто создал это сообщение?**

2 группа: **Какие творческие приемы используются для привлечения внимания аудитории?**

3 группа: **Почему разные люди могут понимать это сообщение иначе, чем я?**

4 группа: **Какие образы жизни, ценности и точки зрения представлены, или замалчиваются в этом сообщении?**

5 группа: **Для чего появилось данное сообщение?**

По завершению работы делается вывод о том, что все СМИ продукты создаются и главная цель СМИ заключается в формировании определенных ценностей и образа жизни.

Индивидуальная работа в тетради

Нужно описать, как уживаются в телевизионных продуктах вербальная и невербальная информация, тексты и подтексты, использование творческих приемов, для привлечения внимания проанализировав какой-нибудь пример:

1. Ситуация общения

2. Развлекательная программа

3. Публицистическая программа

3. Завершение занятия

Индивидуальная работа

Написать какие ценности у молодежи формируют современные средства массовой информации

Занятие 16. Итоговое занятие

1. Вводная часть.

Приветствие.

Разминка.

2. Основная часть

Написание сочинения на тему «Я в мире и мир во мне»

3. Завершение занятия

Поведение итогов

**Тематическое планирование
10-11 класс**

Раздел 1. Самопознание		24	
1	Знакомство с группой и групповыми правилами	4	https://kopilkaurokov.ru/psihologu/prochee/korriektsionno_razvivaiushchie_zaniatie_znakomstvo_dlia_uchashchikhsia_11_kla
2	Эмоции и чувства. Амбивалентность эмоций	4	https://kopilkaurokov.ru/psihologu/uroki/fakultativnoe_zaniatie_emotsii_i_chuvstva
3	Мой мир чувств	4	https://www.prodlenka.org/metodicheskie-razrabotki/447510-konspekt-vneklassnogo-zanjatija-v-10-11-klass
4	Обида, Вина, Страх, Агрессия: природа, механизмы и способы конструктивного выражения	4	https://www.yaklass.ru/p/obshchestvoznaniye/10-klass/sotsialnaya-psikhologiya-profilnyy-uroven-7137109/klassifikatsiya-grupp-7170879/re-54fa3613-4b88-437a-a11b-3810c54caacd
5	Обида, Вина, Страх, Агрессия: природа, механизмы и способы конструктивного выражения	4	https://www.yaklass.ru/p/obshchestvoznaniye/10-klass/sotsialnaya-psikhologiya-profilnyy-uroven-7137109/klassifikatsiya-grupp-7170879/re-54fa3613-4b88-437a-a11b-3810c54caacd

			psikhologiiia-profilnyi-uroven-7137109/klassifikatciia-grupp-7170879/re-54fa3613-4b88-437a-a11b-3810c54caacd
6	Эмпатия и способы выражения чувств.	4	https://oksanafomina.livejournal.com/47393.html
Раздел 2. Я и мои ценности		24	
7	Мои знания о себе: «Я- концепция»	4	https://urok.1sept.ru/articles/621098
8	Самоотношение	4	https://videouroki.net/razrabotki/urok-4-obshchiie-poniatiia-o-lichnosti-el-kurs-psikhologhiia-professional-nogho.html
9	Ценности в моей жизни	4	https://urok.1sept.ru/articles/585946
10	Карта ценностей	4	https://znanio.ru/media/klassnyj_chas_dlya_uchaschihsya_10_11_klassov_zhiznennye_tsennosti-291913
11	Карта ценностей	4	https://znanio.ru/media/klassnyj_chas_dlya_uchaschihsya_10_11_klassov_zhiznennye_tsennosti-291913

			hsya 10 11 klassov zhiznennye tsennosti-291913
Раздел 3. «Жизненные ориентиры и СМИ»		20	
12	Роль средств массовой информации в жизни современного человека	4	https://urok.1sept.ru/articles/629051
13	Роль средств массовой информации в жизни современного человека	4	https://urok.1sept.ru/articles/629051
14	Ценности и средства массовой информации	4	https://resh.edu.ru/subject/lesson/4196/conspect/227542/
15	Ценности и средства массовой информации	4	https://resh.edu.ru/subject/lesson/4196/conspect/227542/
16	Итоговое занятие	4	
Общее количество часов по программе		68	

При разработке рабочей программы в тематическом планировании учтены возможности использования электронных (цифровых) образовательных ресурсов, являющихся учебно-методическими материалами (мультимедийные программы, электронные учебники и задачники, электронные библиотеки, виртуальные лаборатории, игровые программы, коллекции цифровых образовательных ресурсов), используемыми для обучения и воспитания различных групп пользователей, представленными в электронном (цифровом) виде и реализующими дидактические возможности ИКТ, содержание.