**МИНИСТЕРСТВО ПРОМЫШЛЕННОСТИ И ТОРГОВЛИ**

 **ТВЕРСКОЙ ОБЛАСТИ**

**Государственное бюджетное профессиональное образовательное учреждение**

**«Вышневолоцкий колледж»**

Согласовано на заседании

ПЦК ОД

«…»………............. 2020 г

…………………………….

Методические указания

для выполнения практических заданий

по учебной дисциплине ОП.06 Основы педагогики и психологии

специальности 39.02.01 Социальная работа

г. Вышний Волочек

2020г.

**Аннотация**

Методическая разработка по учебной дисциплине ОП.06 Основы педагогики и психологии рекомендована для работы со студентами специальности 39.02.01 Социальная работа средних профессиональных образовательных учреждений. Проводятся с целью повышения интереса учащихся к изучению данной науки.

В работе описывается ход занятий. Даны подробные представления заданий, вопросов и ответов на них. При использовании этой методической разработки предоставляется возможность закрепить и расширить знания обучающихся о практическом применении.

Форма проведения занятий дает возможность обучающимся принимать активное участие в процессе, обмениваться знаниями со своими товарищами, отстаивать и представлять свою точку зрения, работать в команде.

**Сведения об авторе**

Румянцева Ольга Викторовна, преподаватель биологии и психологии ГБПОУ "Вышневолоцкий колледж".

Образование высшее, в 2000 г. окончила Тверской государственный университет химико-биологический факультет, квалификация Биолог. Преподаватель биологии и химии по специальности «Биология».

В 2020 г. Курсы профессиональной переподготовки по программе Педагог – психолог.

Имеет первую квалификационную категорию.

**СОДЕРЖАНИЕ**

|  |  |
| --- | --- |
| Пояснительная записка \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ | 5 |
| Правила выполнения практических заданий \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ | 5 |
| Критерии оценки выполнения практических заданий \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ | 6 |
| Перечень практических занятий \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ | 7 |
| Список рекомендуемой литературы \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ | 7 |
| Практическое занятие №1 \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ | 8 |
| Практическое занятие №2\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ | 13 |
| Практическое занятие №3\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ | 15 |
| Практическое занятие №4\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ | 17 |
| Практическое занятие №5\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ | 20 |
| Практическое занятие №6\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ | 25 |
| Практическое занятие №7\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ | 27 |
| Практическое занятие №8\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ | 29 |

**ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА**

Данные методические указания содержат задания для выполнения практических заданий по дисциплине ОП.06. Основы педагогики и психологии, разработаны для специальности среднего профессионального образования: 39.02.01 Социальная работа в соответствии с содержанием рабочей программы учебной дисциплины.

Для подготовки выпускника, по специальности 39.02.01 Социальная работа по дисциплине ОП.06.Основы педагогики и психологии, проводятся 8 практических занятий, продолжительностью не менее двух академических часов каждое.

После выполнения всех практических заданий курса и участия в семинарах студент должен ***уметь***:

* планировать и осуществлять социально-педагогическую деятельность;
* осуществлять первичную психологическую поддержку клиента;
* *пользоваться приемами первичной психологической самопомощи при работе с клиентом*;

Практическое занятие по учебной дисциплине ОП.06. Основы педагогики и психологии, может проводиться в форме семинара. Основным назначением семинара, как одного из видов практических занятий, является углубленное изучение дисциплины с целью практического применения теоретического знания.

Подготовка к семинарам и выполнение практических заданий не влечет за собой оформление отчетов. Практические задания выполняются на листах-заданиях, подготовленных преподавателем. Подготовка к практическому занятию в форме семинара проходит в свободной форме.

**ПРАВИЛА ВЫПОЛНЕНИЯ ПРАКТИЧЕСКИХ ЗАДАНИЙ**

Выполнению практических заданий предшествует повторение теоретического материала по изученной теме.

*Студент должен:*

* выполнять задания в полном объеме;
* защищать практическую работу;
* в случае невыполнения практических заданий по уважительным и неуважительным причинам уточнить срок сдачи у преподавателя

*Правила подготовки и участия в семинаре*

Для самостоятельной подготовки к семинару студент должен в письменном виде подготовить материал по вопросам, озвученным преподавателем. Для подготовки студент может обратиться к лекционному материалу, дополнительной литературе, рекомендованной преподавателем.

Студент должен знать содержание темы семинара, уметь устно донести его до аудитории, орудуя понятиями по теме.

Студент должен уметь дополнить выступающего, высказать свое мнение по вопросу, употребляя термины по теме.

**КРИТЕРИИ ОЦЕНКИ ВЫПОЛНЕНИЯ ПРАКТИЧЕСКИХ ЗАДАНИЙ**

|  |  |
| --- | --- |
| 5 (отлично) | активное участие в практических занятиях, полное выполнение заданий, употребление терминов по теме практического занятия во время практического занятия |
| 4 (хорошо) | активное участие в практических занятиях, полное или частичное выполнение заданий, редкое употребление терминов по теме практического занятия во время практического занятия |
| 3(удовлетворительно) | слабое включенное участие в практических занятиях, частичное выполнение заданий, редкое употребление терминов по теме практического занятия во время практического занятия |
| 2 (не удовлетворительно) | безучастное присутствие на практических занятиях, не владение основными понятиями и терминами по теме практического занятия. |

**ПЕРЕЧЕНЬ ПРАКТИЧЕСКИХ ЗАНЯТИЙ**

|  |
| --- |
| Практическое занятие №1 «Использование основных методов психологических исследований» |
| Практическое занятие №2 «Исследование психических процессов личности» |
| Практическое занятие №3 «Невербальные проявления эмоций» |
| Практическое занятие №4 «Психологическая саморегуляция. Использование приемов самопомощи» |
| Практическое занятие №5 «Использование основных методов обучения» |
| Практическое занятие №6 «Планирование и осуществление социально-педагогической деятельности с семьей» |
| Практическое занятие №7 **«**Планирование и осуществление социально-педагогической деятельности с детьми оставшимися без попечения родителей» |
| Практическое занятие №8 «Планирование и осуществление социально-педагогической деятельности с детьми девиантного поведения» |

**ПРАКТИЧЕСКОЕ ЗАНЯТИЕ №1**

**Тема:** Использование основных методов психологических исследований.

**Цель:** Формирование умения использовать методы психологических исследований, а также простейшие методики с целью определения психологических особенностей личности**.**

**Вопросы для подготовки к практическому занятию**

1. Понятие методовпсихологических исследований
2. Описательные методы
3. Объективные методы
4. Методы психологической помощи

**Последовательность выполнения практических заданий:**

1. Ознакомиться с содержанием задания №1. Сделать упражнение «Кто я?»
2. Ознакомиться с содержанием задания №2.Сделать упражнение «Впечатление»
3. Ответить на вопросы для рефлексии после упражнения.
4. Ознакомиться с содержанием задания №3. Сделатьупражнение «Осознание», записывать осознавания по каждому шагу.
5. Ознакомиться с содержанием задания №4. Провести самообследование по тесту «Самочувствие – Активность - Настроение».
6. Подсчитать количество балов по шкалам теста и записать результат самообследования.
7. Ознакомиться с содержанием задания №5. Провести свое социометрическое исследование «Солнечная система», записывать ответы на вопросы исследования
8. Ответить на вопросы для рефлексии
9. Поучаствовать в выполнении задания №6.
10. Сделать вывод после выполнения задания
11. Ответить на вопрос задания №7
12. Сделать вывод с практической работы.

**ЗАДАНИЯ**

**1. Упражнение «Кто я?»** Против каждой цифры дайте ответ на один и тот же вопрос: «Кто я?».Постарайтесь быть искренними, откровенными, учитывайте свои интересы, положительные и отрицательные качества. Будьте готовы прочесть свои ответы группе.

**1 \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_**

**2 \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_**

**3 \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_**

**4 \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_**

**5 \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_**

**6 \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_**

**7 \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_**

**8\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_**

**9 \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_**

**10 \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_**

**2. Упражнение «Впечатление»**

 Выберите себе партнера. Сядьте лицом друг к другу. Смотрите ему прямо в глаза и громко, чтобы слышала вся группа, рассказывайте, какое впечатление он (она) на вас производит. Когда наступит ваша очередь слушать, не затевайте дискуссии, постарайтесь узнать что-то полезное из впечатлений о себе. Важно не превратить упражнение в фарс или гротеск.

**Рефлексия**

Легко ли было выполнять задание?

Что мешало или помогало?

Узнали ли вы что-то полезное из впечатлений о себе?

Что вы чувствовали, когда говорили?

Что вы чувствовали, когда слушали?

**3. Упражнение «Осознание»**

Условно разделите мир вашего осознания на три зоны:

1. внешний мир;
2. внутренний мир вашего тела;
3. мир ваших чувств, мыслей, фантазий.

Выберите себе партнера, сядьте лицом друг к другу. Расслабьтесь. Делитесь по очереди осознанием вашего мира. Начинайте свою речь словами: «Сейчас я осознаю, что…» и заканчивайте ее рассказом о своих ощущениях от воздействия окружающей обстановки (света, цвета, запаха). Говорите 5 минут. Теперь переключайтесь и внимательно слушайте, что рассказывает вам партнер о своем ощущении внешнего мира. Далее по очереди рассказывайте об ощущениях, связанных с вашим телом (сухость во рту, тяжесть в руках, зуб, боль).

 Переключайтесь на свой мир чувств, мыслей фантазий. Не бойтесь спонтанных мыслей и чувств, старайтесь говорить о них, соблюдая принцип «здесь и теперь». В заключение постарайтесь осознать вашего партнера. Позвольте ему сделать тоже самое в отношении вас.

*Я осознаю внешний мир*

*Я осознаю внутренний мир моего тела*

*Я осознаю мир чувств, мыслей, фантазий*

**4. Тест «Самочувствие – Активность - Настроение»**

Прочитайте внимательно тридцать пар характеристик личности. Оцените по пятибалльной шкале наличие у вас данной характеристики. Затем подсчитайте количество балов по следующим шкалам:

Самочувствие –№ 1,2,7,8,13,14,19,20,25,26.

Активность- № 3,4,9,10,15,16,21,22,27,28.

Настроение - № 5,6,11,12,17,18,23,24,29,30

1. Самочувствие хорошее 543210 Самочувствие плохое

2. Чувствую себя сильным 543210 Чувствую себя слабым

3. Активный 543210 Пассивный

4. Подвижный 543210 Малоподвижный

5. Веселый 543210 Грустный

6. Хорошее настроение 543210 Плохое настроение

7. Работоспособный 543210 Разбитый

8. Полный сил 543210 Обессиленный

9. Быстрый 543210 Заторможенный

10. Деятельный 543210 Бездеятельный

11. Счастливый 543210 Несчастный

12. Жизнерадостный 543210 Угрюмый

13. Спокойный 543210 Тревожный

14. Здоровый 543210 Больной

15. Увлеченный 543210 Безучастный

16. Интересующийся 543210 Безразличный

17. Восторженный 543210 Унылый

18. Радостный 543210 Печальный

19. Отдохнувший 543210 Усталый

20. Свежий 543210 Изнуренный

21. Бодрый 543210 Сонливый

22. желание работать 543210 Желание отдохнуть

23. Позитивный 543210 Негативный

24. Оптимистичный 543210 Пессимистичный

25. Выносливый 543210 Утомляемый

26.Бодрый 543210 Вялый

27. Соображать легко 543210 Соображать трудно

28. Внимательный 543210 Рассеянный

29. Полный надежд 543210 Разочарованный

30. Довольный 543210 Недовольный

**Степень выраженности признаков**

До **23** баллов низкий уровень выраженности признаков, характеризующих состояние:

**Самочувствие** – плохое, чувствуете себя слабым, обессиленным, тревожным, усталым, изнуренным, утомляемым, вялым, разбитым.

**Активность –** низкая, пассивный, малоподвижный, заторможенный, бездеятельный, безучастный, сонливый, желание отдохнуть, трудно соображать, рассеянный.

**Настроение** – плохое, грустный, несчастный, угрюмый, унылый, печальный, пессимистичный, разочарованный, недовольный.

**От 24 до 36 – средняя выраженность признаков.**

**Свыше 36 баллов выраженность признаков**:

**Самочувствие** – хорошее, чувствуете себя сильным, здоровым, отдохнувшим, свежим, работоспособным, выносливым, бодрым.

**Активность** – высокая, деятельный, подвижный, быстрый, увлеченный. Интересующийся, бодрый, сообразительный, внимательный.

**Настроение** – хорошее, счастливый, жизнерадостный, восторженный, оптимистичный, полный надежд, довольный.

**Результат** \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

1. **Социометрическое исследование «Солнечная система»**

Представьте, что вы – «Солнце», вокруг которого вращаются другие планеты (те, кто вас окружает). Нарисуйте свою солнечную систему.

Проанализируйте, почему вы расположили значимых для вас людей в таком порядке.

*Каковы отношения в вашей солнечной системе?*

*Всегда ли там есть гармония и взаимопонимание?*

Если нет, то пошлите телеграмму себе из «Солнечной системы» в «Пасмурную реальность», чтобы вернуть систему в гармоничное состояние.

**Рефлексия**

*Чем было полезно упражнение?*

*Что нового вы осознали в ваших взаимоотношениях?*

1. **Танцевальная терапия**

Разбейтесь на пары, опишите друг другу свое состояние сейчас, что ощущаете, чувствуете, чего хотите.

Теперь под музыку 2 минуты танцуйте, танцуйте как хотите, как слышите.

**Рефлексия**

*Какое настроение у вас было до танца?*

*Как изменилось ваше настроение после выполнения задания?*

**Вывод** \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

**7. К какой группе методов психологических исследований относится каждое задание практического занятия?**

**Вывод из практического занятия** \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

**ПРАКТИЧЕСКОЕ ЗАНЯТИЕ №2**

**Тема:** Исследование психических процессов личности

**Цель:** Формирование умения, используя методы психологических исследований проводить исследование психических процессов личности

**Вопросы для подготовки к практическому занятию**

1. Понятие психических процессов личности
2. Познавательные психические процессы
3. Эмоционально – волевые психические процессы личности

**Последовательность выполнения задания**

1. Вспомнить психические процессы личности и записать их в решение задания №1
2. Выполнить задание №2 «Тренировка наблюдательности»
3. Ответить на вопросы рефлексии после задания
4. Ознакомиться с содержанием задания №3. Сделать упражнение «Эксперимент на внимание»
5. Ответить на вопросы рефлексии после упражнения
6. Ознакомиться с содержанием задания №4. Сделатьупражнение «Творческий образ»
7. Сделайте вывод с практической работы

**ЗАДАНИЯ**

1. **Запишите психические процессы личности**

Познавательные:

Эмоционально – волевые:

1. **Тренировка наблюдательности**

Все выходят, преподаватель переставляет 3 предмета. Группа заходит и молча пишет, что и как переставлено.

**Рефлексия**

*Сколько предметов вы заметили переставленными?*

*Что мешало вашей наблюдательности и что помогало?*

1. **Упражнение «Эксперимент на внимание»**

Найдите глазами человека, сидящего в противоположном конце аудитории, и по сигналу в течение двух минут попытайтесь о чем-либо договориться. Договариваются одновременно все члены группы

**Рефлексия**

*Получилось ли у вас договориться?*

*Что мешало?*

*Какие психические процессы были задействованы?*

4. **Упражнение «Творческий образ»**

Используя основные приемы создания творческих образов (агглютинация (склеивание), аналогия, преувеличение – преуменьшение, акцентирование, нарисуйте несуществующее животное и придумайте рассказ о нем. Поделитесь с группой своей историей

**Вывод из практического занятия** \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

**ПРАКТИЧЕСКОЕ ЗАНЯТИЕ №3**

**Тема:** Невербальные проявления эмоций

**Цель:** Формирование умения определять по мимике и жестам человека, какие эмоции он испытывает. Осуществлять первичную психологическую поддержку.

**Для подготовки к практическому занятию:**

1. Принести зеркальце
2. Знать семь основных эмоций
3. Знать, как шесть основных эмоций отражаются на своем лице

**Последовательность выполнения задания**

1. Ознакомиться с содержанием задания №1. Выполнить задание №1 и описать.
2. Ознакомиться с содержанием задания №2. Выполнить задание №2 и описать.
3. Ответить на вопросы с пояснениями после задания
4. Ознакомиться с содержанием задания №3. Сделать упражнение «Передай эмоцию»
5. Ответить на вопросы рефлексии после упражнения
6. Сделать вывод после задания №3
7. Сделатьупражнение «Продемонстрируй состояние»
8. Записать свои наблюдения во время выполнения упражнения
9. Ответить на вопросы для обсуждения

10.Сделать вывод с практической работы

**ЗАДАНИЯ**

1. Внимательно посмотрите на себя в зеркало. Опишите увиденное вами. Постарайтесь заметить как можно больше мимических сигналов.
2. Запишите семь основных эмоций. Изобразите эти эмоции на своем лице по очереди, запишите мимические сигналы по каждой эмоции.

**Ответьте на вопросы с пояснением:**

*Легко ли вам управлять мышцами лица?*

*Насколько точно удалось выполнить задание?*

*Получилось ли нужное выражение лица, если нет, то что мешало?*

3. **Упражнение «Передай эмоцию».** Участники стоят в кругу с закрытыми глазами. Одного участника просят передать эмоциональное состояние (например: радость). Он показывает выражение данной эмоции одному из участников и так по цепочке.

**Рефлексия**

*Что и как изменилось?*

*Что видел и передавал?*

**Вывод** \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

1. **Упражнение «Продемонстрируй состояние»**

Трем учащимся, втайне от других, предла­гается задание, которое они должны будут выполнить, войдя в кабинет. Задание заклю­чается в том, чтобы продемонстрировать следующие состояния:

1. Внутренней напряженности, готовности подчиниться, извиниться.
2. Самодовольной уверенности занимаю­щего высокий пост человека.
3. Веселого беззаботного человека.

Каждый из выполняющих задание должен поздороваться и задать несколько вопросов классу, играя условленную роль. Остальные учащиеся записывают впечатления: ста­тус, черты характера, его эмоциональное состояние, зачем пришел этот человек, что от него ждать и т. д.

Затем записи зрителей и их мне­ние о том, какую роль играл каждый из трех «актеров», на выбор зачиты­ваются.

**Обсуждение**

*На основании чего сло­жился образ?*

*Какие ошибки были допущены?*

**Вывод из практического занятия** \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

**ПРАКТИЧЕСКОЕ ЗАНЯТИЕ №4**

**Тема:** Психологическая саморегуляция. Использование приемов самопомощи.

**Цель:** Формирование умения использовать приемы самопомощи в стрессовых и фрустрирующих ситуациях.

**Вопросы для подготовки к практическому занятию**

1. Понятие психологической саморегуляции
2. Приемы самопомощи
3. Аутогенное дыхание и его использование

**Последовательность выполнения задания**

1. Внимательно прочитать инструкцию к упражнению №1.
2. Сделать упражнение №1 «Похвальное слово самому себе».
3. Записать процесс, тезисы и рефлексию после выступления.
4. Внимательно прочитать инструкцию к упражнению №2. Письменно выполнить все шаги.
5. Внимательно прочитать пояснение и инструкцию к заданию №3. Выполнить весь комплекс аутогенной тренировки, состоящий из 6 последовательных компонентов упражнений. Записать рефлексию.
6. Сделать вывод с практической работы.

**ЗАДАНИЯ**

**1. Упражнение «Похвальное слово самому себе»**

В течение 5 минут с закрытыми глазами вспоминайте свою жизнь. Начните с самых ранних детских воспоминаний. Вспомните каждое ваше достижение, каждую заслугу, каждое совершенное дело, которым вы можете гордиться... Откажитесь от любых скромных и снижающих ваши достоинства замечаний, начинающихся словами "правда...", "хотя..", "но..." и т.п... Обратите особое внимание на те события, которые без вашего участия приняли бы совершенно другой оборот... И не забудьте те поступки, которые кому-то могут показаться легкими, но для вас были трудны...

Запишите основные тезисы

Затем каждый из членов группы расскажет о своих воспоминаниях остальным. *Слушатели удерживаются от любых комментариев, за исключением поддерживающих.*

**Рефлексия**\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

**2. Упражнение «Эмоционально-коррективное переживание»**

Запишите тревожащий вас эпизод в виде небольшого рассказа, написанного в настоящем времени от первого лица. Попытайтесь, как можно более точно вспомнить все события. Восстановите диалоги. Запишите ваши чувства...

Затем перепишите историю так, как бы вы хотели, чтобы она произошла: пойдите навстречу преследователю, отомстите мучителю, полюбите человека, которого вы ненавидите. Делайте все, что хотите. Создайте новые диалоги. Запишите ваши чувства. Придумайте свой собственный финал и развязку.

**3. Метод аутотренинга**

Весь комплекс аутогенной тренировки состоит из 6 последовательных компонентов упражнений и начинается с исходной позы, вызывающей максимальную мышечную релаксацию. Называется она "позой кучера". Так сидели раньше кучера, дожидаясь нового седока на стоянке. Корпус наклонен вперед, голова опущена, ноги чуть расставлены, руки свободно лежат на коленях ладонями вниз. Далее следуют последовательно, одно за другим, упражнения, они направлены на нейтрализацию наиболее типичных телесных проявлений психологического стресса.

**Первое упражнение:** в позе кучера мысленно воспроизвести ощущение тяжести в правой кисти. Когда появится чувство тяжести в руке, как будто она "налита свинцом"

упражнение выполнено.

**Второе упражнение:** мобилизуя свое воображение, добиться, отнюдь не "виртуального", а реального, чувства тепла в правой кисти. Объективное повышение температуры кожи подтверждено в научных исследованиях.

**Третье упражнение:** мысленным "лучом внимания" проникнуть в свое сердце, ощутить его, прислушаться к его работе и вызвать чувство ровного, ритмичного, надежного сердцебиения. При ЭКГ-контроле действительно регистрируются благоприятные сдвиги в сердце.

**Четвертое упражнение:** почувствовать свою грудную клетку, легкие и добиться ощущения плавного, спокойного, свободного дыхания.

**Пятое упражнение:** направить внимание на зону "солнечного сплетения". Это мощное скопление нервных узлов, автономных вегетативно-регуляторных конгломератов, находящихся в глубине живота приблизительно между пупком и нижним краем грудины. Добиться ощущения глубокого, приятного, равномерного тепла в глубине живота.

**Шестое упражнение**: вызвать у себя ощущения легкой прохлады на коже лба.

Каждое упражнение занимает, когда удается вызвать искомые ощущения (в течение 1-2 минут), около 5-6 минут.

**Рефлексия**\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

**Вывод из практического занятия** \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

**ПРАКТИЧЕСКОЕ ЗАНЯТИЕ №5**

**Тема:** Использование основных методов обучения

**Цель:** Формирование навыка использовать основные методы обучения в профессиональной деятельности.

**Для подготовки к практическому занятию**

1. Повторить: основные методы обучения: словесные методы обучения, наглядные методы обучения, практические методы обучения.
2. Выбрать хорошо вам известную тему или навык.

**Последовательность выполнения задания**

1. Провести самоисследование готовности к педагогической деятельности. Для этого заполнить тест «Готовность к педагогической деятельности»
2. Подсчитать результаты и записать их.
3. Сделать свой вывод по результатам обследования
4. Выберите хорошо вам известную тему или навык, подготовьтесь и, используя методы обучения, проведите урок (3-5 мин) с группой.
5. Опишите подготовку и используемые методы, объясните, почему использовали именно эти методы.
6. Сделайте вывод с задания №2
7. Сделайте вывод с практической работы

**ЗАДАНИЯ**

1. **Тест «Готовность к педагогической деятельности»**

1. Вы допустили ошибку, и вам на это указали. Как вы себя поведете?

А. Сделаете вид, что не замечаете?

Б. Скажите, что перебивать нетактично?

В. Признаете ошибку?

2. У вас дома живут кошка и собака, вы им дали еду в поставленных рядом мисках, но животные подрались. Кого вы будете ругать?

А. Кошку?

Б. Собаку?

В. Поступите иначе?

3. Вы входите в чистое помещение, и на ваших глазах кто – то из входивших бросил на пол фантик от конфет. Что вы будете делать?

А. Пристыдите?

Б. При всех начнете убирать сами?

В. Прибегнете к намеку?

4. Часто ли вы помогаете своим друзьям разрешить спор, и удается ли вам это?

А. Нет

Б. Да

В. Не всегда.

5. Вы спешите на вечер, которого давно ждали, готовились к нему. Вы нервничаете, опаздываете, но вам еще нужно погладить платье. По неосторожности вы прожигаете его. Ваша реакция?

А. Истерика, негодование, слезы?

Б. Вы расстроились, но не подаете виду?

В. Пытаетесь сохранить спокойствие, ищете выход?

6. Представьте себе, что вы идете по улице и видите, как два мальчика ссорятся. Дело доходит до драки. Как вы отреагируете?

А. Пройдете мимо?

Б. Будете сторонним наблюдателем, но если ситуация изменится, тогда вмешаетесь?

В. Постараетесь разнять ссорящихся?

7. Представьте себе, что вы явились свидетелем того, как один из мальчиков упал и порвал брюки, его товарищи стали смеяться. Как вы отреагируете?

А. Выскажете все детям?

Б. Поднимете мальчика и поможете ему?

В. Есть другое мнение?

8. Если бы вам сейчас предложили провести урок в классе, как бы вы поступили?

А. Не согласитесь?

Б. Попросите дать возможность подумать?

В. Согласитесь?

9. Какое настроение у вас бывает в часы досуга

А. Пассивно используете это время?

Б. Активно используете это время?

В. Мечтаете?

10. Представьте себе, что вы – ученик старшего класса и не выучили урока. Как вы поступите?

А. Откажитесь отвечать?

Б. Попытаетесь ответить?

В. Придумаете иной выход?

11. Если у вас плохое настроение, отражается ли оно на окружающих вас людях?

А. Да.

Б. Нет.

В. Иногда.

12. Вы явились свидетелем того, что двое детей не поделили игрушку. Что вы сделаете?

А. Возьмете ее у них?

Б. Попытаетесь уговорить, советуя вместе поиграть?

В. Дадите такую же?

13. Как бы вы повели себя с человеком, который вам неприятен?

А. Не станете замечать его?

Б. Все равно будете с ним общаться?

В. Преодолеете себя и будете искать в нем хорошее?

14. Вы попали в новое общество, где вас не знают. Как вы будете себя вести, чтобы вас признали?

А. Больше говорить?

Б. Больше слушать?

В. Найдете другие способы?

15. Часто ли вы уверены в своем успехе?

А. Да.

Б. Нет.

В. Не всегда.

16. Можете ли вы свободно общаться с людьми?

А. Нет.

Б. Зависит от настроения.

В. Да.

17. Вы ждете автобуса, до прихода которого осталось 10 – 15 минут. К вам подходит женщина и просит присмотреть за ребенком 5 минут, обещая быстро вернуться из аптеки, расположенной рядом с остановкой. Проходит время, идет автобус, но женщины нет, а автобус последний. Что вы будете делать?

А. Уедете?

Б. Будете ждать?

В. Найдете иной выход?

18. На что вы обращаете внимание при знакомстве?

А. На одежду?

Б. На манеру?

В. На глаза?

19. В магазине большая очередь, а вам необходимо купить нужную вещь. Как вы поступите?

А. Постоите?

Б. Уйдете?

В. Предпримите еще что - нибудь?

20. Если бы у вас был выбор, что бы вы предпочли для себя?

А. Шить?

Б. Вязать?

В. И то, и другое?

21. Вы едете на вечер, на ногах у вас изящные туфли. Вы спешите и решили идти коротким путем, но там большая лужа. Что вы предпримете?

А. Вернетесь?

Б. Пойдете прямо?

В. Примете иное решение?

22. Вы видите человека, который смеется. Ваша реакция на это?

А. Не прореагируйте?

Б. Улыбнетесь

В. Удивитесь?

23. К вам обратился человек в трудную минуту, ищет у вас сочувствия. Как вы поступите?

А. Дадите совет, как справиться с трудностями?

Б. Просто выслушаете и посочувствуете?

В. Будете помогать?

24. Что вы сделаете, если у вас в группе с первых дней сложатся недоброжелательные отношения?

А. Будете избегать конфликтов?

Б. Заставите себе сказать: «Я не права», даже если, на ваш взгляд, вы правы?

В. Докажите свою «правоту»?

25. Какие качества вы больше всего цените в людях?

А. Доброту?

Б. Решительность?

В. Терпение

*Подведите итог: за ответы «А» - 2 балла, за ответы «Б» - 1 балл, за ответы «В» - 0 баллов. Суммируйте их.*

Вы набрали менее 20 баллов**.** Вы обладаете отличными задатками, чтобы эффективно влиять на окружающих, у вас есть способности учить, воспитывать, управлять людьми, вы обладаете силой убеждения, можете быть хорошим учителем, воспитателем, психологом.

Вы набрали от 20 до 30 баллов**.** Вы оцениваете себя реально, но вы чересчур сдержанны, и это иногда может быть истолковано как равнодушие. У вас есть возможность потренироваться в выработке быстрой и правильной реакции на происходящее, и тогда вы сможете быть педагогом.

Вы набрали более 30 баллов. Вы несколько самоуверенны, вам надо стать более самостоятельным и терпеливым, однако вы достаточно сообразительны, чтобы не попасть впросак; отдельные ошибки, которые вы допускаете, связаны скорее не с незнанием чего–то, а с невнимательностью.

Результат: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Ваш вывод \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

**2.** Выберите хорошо вам известную тему или навык, подготовьтесь и, используя методы обучения, проведите урок (3-5 мин) с группой. Опишите подготовку и используемые методы, объясните, почему использовали именно эти методы.

**Рефлексия**

**Вывод \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_**

 **Вывод из практического занятия** \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

**ПРАКТИЧЕСКОЕ ЗАНЯТИЕ №6**

**Тема:** Планирование и осуществление социально-педагогической деятельности с семьей.

**Цель:** Формирование умения планировать и осуществлять социально-педагогической деятельности с семьей.

**Вопросы для подготовки к практическому занятию**

1. Типологии социального статуса семьи
2. Деятельность социального педагога по работе с семьей
3. Формы социально – педагогической помощи семье

**ЗАДАНИЕ**

*Вам дана структура и состав семьи Гирибасовой Елены Рудольфовны. Попробуйте, используя знание типологии социального статуса семьи, деятельности социального педагога по работе с семьей и форм социально – педагогической помощи семье сделать анализ семьи и разработать план работы с семьей.*

**Структура и состав семьи Гирибасовой Елены Рудольфовны**Отец - Гирибасов Рудольф Адикович 1969 года рождения, среднее техническое образование. Место работы - ООО "Колючий ежик". Должность - детский аниматор. Мать - Гирибасова Клотильда Дмитриевна 1969 года рождения, образование высшее. Место работы - ЗАО "Газпромчик". Должность - уборщица. Сестра - Гирибасова Изя Рудольфовна. Учащаяся техникума им. летчика Бабушкина, 2-й курс.Семья полная. Достаток невысок и составляет величину ниже прожиточного уровня для четырех человек. Это связано с низкооплачиваемой работой матери и отца, а также большими тратами на алкоголь. Такие условия не могут не вызывать конфликты внутри рассматриваемой семьи. Дочери одеты бедно, не могут позволить себе питание и вещи, которые могут позволить себе одноклассники. Это оказывает на них психологическое давление, часто вызывая агрессию по отношению к сверстникам. Что не раз выражалось драках и отъеме необходимых вещей у других девочек и мальчиков.

Адрес проживания: в общежитии от ЗАО "Газпромчик". На всю семью выделена только одна комната 20 кв.м. *(Что не способствует спокойным занятиям, чтению книг и выполнению домашнего задания)*

Оба родителя зависимы от алкоголя. Сестра была застигнута в состоянии наркотического опьянения. Несколько раз задерживалась милицией.

Психологическая обстановка в семье напряжена. Родители заняты, в основном, добыванием денег на выпивку, мало уделяя внимание детям. Дочери ищут замены в старших товарищах, выбирая их, к сожалению, по типу похожести на мать и отца. Это негативно сказывается на успеваемости и воспитании детей.

В учебном процессе дочерей родители почти не принимают участие. Все, что они делают, сводится к крикам и побоям детей, после очередных жалоб со стороны учителей. Видя бесполезность таких мер, учебный состав школы перестал обращаться к родителям. Тем более, что первая реакция отца и матери часто бывает агрессивной и опасной для преподавателя. На людях родители не готовы признавать за дочерьми озвученного учителем поведения.

Многочисленные беседы с Рудольфом Адиковичем и Клотильдой Дмитриевной не привели к сколько-нибудь серьезным изменениям. Серьезно рассматривался вопрос о инициировании процесса лишения их родительсских прав. Но так как альтернатива виделась более печальной, дальше обсуждений дело не пошло. *(Возможно стоит рассмотреть вопрос о принудительном лечении от алкоголизма.)*

В целом обстановка в семье удручающая.

**Вывод из практического занятия** \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

**ПРАКТИЧЕСКОЕ ЗАНЯТИЕ №7**

**Тема:** Планирование и осуществление социально-педагогической деятельности с детьми, оставшимися без попечения родителей**.**

**Цель:** Формирование умения планировать и осуществлять социально-педагогической деятельности с детьми, оставшимися без попечения родителей.

Практическое занятие проводится в форме семинара. Для участия в семинаре студенту необходимо выполнить внеаудиторную самостоятельную работу.

**Вопросы для подготовки к семинару:**

1. Попечение сирот в современных условиях.
2. Социально-педагогическая деятельность с приемной семьей.
3. Этапы социально-педагогической деятельности с приемной семьей
4. Социально-педагогическая деятельность в учреждениях государственного попечения.
5. Деятельность социального педагога в детском доме.

**План проведение практического занятия**

1. Приветствие, сообщение темы и целей занятия
2. Инструктаж, проводимый преподавателем
3. Выступление студента с сообщением или докладом по первому вопросу.
4. Групповое обсуждение сообщения
5. Выступление студента с сообщением или докладом по второму вопросу.
6. Групповое обсуждение сообщения
7. Выступление студента с сообщением или докладом по третьему вопросу.
8. Групповое обсуждение сообщения
9. Выступление студента с сообщением или докладом по четвертому вопросу.
10. Групповое обсуждение сообщения
11. Выступление студента с сообщением или докладом по пятому вопросу.
12. Групповое обсуждение сообщения
13. Завершение семинара, подведение итогов.

**Вывод из практического занятия** \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

**ПРАКТИЧЕСКОЕ ЗАНЯТИЕ №8**

**Тема:** Планирование и осуществление социально-педагогической деятельности с детьми девиантного поведения**.**

**Цель:** Формирование умения планировать и осуществлять социально-педагогической деятельности с детьми девиантного поведения.

Практическое занятие проводится в форме семинара. Для участия в семинаре студенту необходимо выполнить внеаудиторную самостоятельную работу.

**Вопросы для подготовки к семинару:**

1. Цели и задачи работы реабилитационных центров по работе с детьми девиантного поведения
2. Работа с «детьми улицы»
3. Работа с подростками, экспериментирующими с психоактивными веществами.
4. Основные подходы к профилактике девиантного поведения подростков.
5. Воспитание положительных волевых качеств у подростков

**План проведение практического занятия**

1. Приветствие, сообщение темы и целей занятия
2. Инструктаж, проводимый преподавателем
3. Выступление студента с сообщением или докладом по первому вопросу.
4. Групповое обсуждение сообщения
5. Выступление студента с сообщением или докладом по второму вопросу.
6. Групповое обсуждение сообщения
7. Выступление студента с сообщением или докладом по третьему вопросу.
8. Групповое обсуждение сообщения
9. Выступление студента с сообщением или докладом по четвертому вопросу.
10. Групповое обсуждение сообщения
11. Выступление студента с сообщением или докладом по пятому вопросу.
12. Групповое обсуждение сообщения
13. Завершение семинара, подведение итогов.

**СПИСОК РЕКОМЕНДУЕМОЙ ЛИТЕРАТУРЫ**

1. Конспект учебного материала
2. Психология и Педагогика: Учеб. Пособие для техн. Вузов/В.М. Кроль. – 2-е изд., перераб. и доп. – М.: Высш.шк., 2015.
3. Ефимова Н.С. Основы общей психологии: учебник. – М.: ФОРУМ, ИНФА- М, 2018.
4. Столяренко Л.Д., Столяренко В.Е. Психология/учебники, учебные пособия – Ростов н/Д: Феникс, 2018
5. Маклаков А. Г.Общая психология. — СПб.: Питер, 2017. — 592 с.: ил. — (Серия «Учебник нового века»)
6. Материалы из свободной энциклопедии Википедия