

РЕЦЕНЗИЯ

на методическую разработку

**«Цикл занятий с молодыми педагогическими работниками
дополнительного образования «Путь к успеху»
Жуйковой Александры Викторовны,
старшего методиста МАОУДО «ЦДТ «Прикубанский»»**

Методическая разработка «Цикл занятий с молодыми педагогическими работниками дополнительного образования «Путь к успеху» содержит специально организованные занятия с элементами тренинга, направленные на развитие навыков рефлексии, овладение новыми стратегиями поведения, познание педагогами эмоциональных состояний и умение гибко пользоваться полученными знаниями, поступать и мыслить по-новому, выходя за пределы привычных схем.

Цель методической разработки способствовать снижению проблем адаптации и успешному вхождению в профессиональную деятельность молодого педагога.

Материал, представленный в разработке содержательный, интересный, методически проработанный, легко включается в рабочий процесс, с возможностью изменения и усложнения, сопровождается методическими пояснениями.

Методическая разработка носит практический характер, содержит систематизированный материал по работе с молодыми педагогическими работниками, основанный на собственной методической практике.

Актуальность разработки заключается в использовании эффективных, методов и приемов, которые помогают решить педагогам следующие задачи: лучше адаптироваться к условиям учреждения, в котором они работают, познакомиться с инструментами развития личностного роста, повысить уровень самосознания профессионального «Я», развивать умение быть готовым к напряжённым ситуациям педагогической деятельности, анализировать своё поведение и поступки, оценивать их со стороны, обнаруживать собственные недостатки и стремиться к самосовершенствованию, формировать и регулировать психоэмоциональное состояние. Для решения поставленных задач на занятиях с элементами тренинга используются активные формы работы, помогающие развивать определенные навыки, формировать личную позицию, отрабатывать необходимые стратегии и тактики, упражнения на формирование определённых качеств, групповые и индивидуальные задания, коллективные обсуждения.

Методическая разработка А.В. Жуйковой отвечает современным требованиям, отличается практической новизной, методически целесообразна и может быть рекомендована к использованию методистами, заместителями директоров и педагогами-наставниками, которые работают с молодыми специалистами.

Доцент кафедры ИСД ФГБОУ ВО «КубГУ»,
кандидат педагогических наук,
доцент, преподаватель ФМК ФМКН Шмалько С.П.



ЗАВЕРЯЮ

специалист по кадрам

Усанова А.В. Стаф

С.П. Шмалько
С.П. Шмалько

**Муниципальное бюджетное образовательное учреждение
дополнительного образования муниципального образования
город Краснодар
«Центр детского творчества «Прикубанский»**

МЕТОДИЧЕСКАЯ РАЗРАБОТКА

**Цикл занятий с молодыми педагогическими работниками
дополнительного образования «Путь к успеху»**

Автор-составитель:
Жуйкова Александра Викторовна,
старший методист

Краснодар 2023

СОДЕРЖАНИЕ

| | |
|-------------------|----|
| Аннотация | 3 |
| Введение | 4 |
| Основная часть | 6 |
| Заключение | 18 |
| Список литературы | 18 |
| Приложения | 20 |

Аннотация

Молодые специалисты в начале профессионального развития, а также педагоги, попавшие на новое место работы, нуждаются одновременно в личностной и профессиональной поддержке. Наибольшие трудности вызывает психологическая и компетентностная адаптация, выстраивание гармоничных отношений с педагогическим коллективом, родительским сообществом и обучающимися.

Именно в этот момент педагогам необходима максимальная поддержка, способная снизить риск смены молодым специалистом сферы деятельности.

Период вхождения начинающего педагога дополнительного образования в профессию отличается напряженностью, важностью для его личностного и профессионального развития. От того, как он пройдет, зависит, состоится ли молодой педагог как профессионал, останется ли он в сфере дополнительного образования или найдет себя в другой сфере деятельности.

В данной методической разработке предложен цикл занятий с элементами тренинга с молодыми педагогами дополнительного образования «Путь к успеху», который позволит им почувствовать уверенность в себе, приобрести опыт сотрудничества с коллегами, снять напряжение, адаптироваться к новым условиям работы.

Введение

Современной образовательной организации нужен профессионально компетентный, самостоятельно мыслящий педагог, психологически и технологически готовый к реализации гуманистических ценностей на практике, к данному включению в инновационный процесс.

Однако, как показывает практика и социально-педагогические исследования, даже при достаточно высоком уровне готовности логической деятельности личностная и профессиональная адаптация начинающего педагога, т.е. приспособление, привыкание к новым условиям - сложный и зачастую продолжительный процесс.

Деятельность педагога сложна и многогранна. В процессе ее осуществления начинающий педагог сталкивается с определенными затруднениями: страх больших аудиторий, недостаточное владение учебным материалом по преподаваемой дисциплине, отсутствие навыков владения методами практической работы, сложности в организации воспитательной работы и т.д. Данные проблемы возникают в связи с тем, что молодой специалист на старте педагогической деятельности знает достаточно, но мало умеет, так как у него не сформированы профессионально значимые качества (компетенции).

Сегодня адаптация молодых специалистов заслуживает самого пристального внимания, возникает жизненная необходимость у выпускника учебного заведения получить поддержку опытного профессионала, который способен предложить психологическую и методическую помощь на рабочем месте.

Важную роль в жизни молодого педагога способен играть наставник, разбирающийся в методических и психологических нюансах рабочего процесса. В первые три года работы, он помогает и направляет, корректирует деятельность молодого педагога.

Таким образом, актуальной становится проблема адаптации начинающего педагогам к своим новым профессиональным функциям.

Адаптация зависит как от индивидуальных свойств личности, так и от помощи окружающих. Задача, стоящая перед педагогическим коллективом образовательной организации в первые месяцы педагогической деятельности молодого специалиста, - сокращение периода адаптации начинающего педагога, способствующее скорейшему включению его в выполнение профессиональных планов и образовательных программ, созданию максимально благоприятных условий для развития педагогического мастерства и самореализации личности.

Данная методическая разработка «Цикл занятия с молодыми педагогами дополнительного образования «Путь к успеху» нацелена на решение задачи более успешной психологической адаптации начинающих педагогов.

Новизна цикла занятий с элементами тренинга для педагогов дополнительного образования заключается в использовании интерактивных методов психологической разгрузки, практических заданий направленных на развитие практических навыков общения и взаимодействия с детьми, педагогами и родителями, а также повышение уверенности в себе и адаптации к новым условиям работы.

Практический опыт, разработанный старшим методистом МАОУДО «ЦДТ «Прикубанский» Жуйковой Александрой Викторовной, направлен на повышение компетентности и профессионального мастерства молодых педагогов и реализуется в течении года. Он включает цикл занятий с элементами тренинга, практикумы, индивидуальное и групповое консультирование.

Описание практического результата

Занятие с элементами тренинга-это прежде всего изменения. Это трансформация. Это - обучение и тренировка новых навыков. Тренинг - это процесс, в котором молодой педагог приобретает новые навыки знаний и отношений. В результате педагог начинает работать по-новому.

Тренинг с начинающими педагогами позволит помочь молодому специалисту почувствовать уверенность и себе приобрести профессиональный опыт. Также поможет в создании и усилении имиджа успешного специалиста.

Цель: способствовать успешному вхождению молодых педагогов дополнительного образования в профессиональную деятельность, снятию эмоционального напряжения посредством группового взаимодействия, сформировать благоприятный психологический климат с помощью сотрудничества и взаимопомощи внутри группы.

Задачи:

- создать условия для знакомства участников группы;
- содействовать повышению у педагогов уверенности в себе;
- способствовать снятию внутреннего напряжения и созданию непринужденной обстановки;
- сформировать умение работать в команде;
- сформировать положительную самооценку;
- определить проблемные зоны у участников в личностной и деятельностной сферах;
- развить профессиональное мастерство.

Целевая аудитория: молодые педагоги дополнительного образования

Занятие № 1

Занятие с элементами тренинга с молодыми педагогами дополнительного образования «Ресурсы и отдых в жизни педагога»

Цель: способствовать успешному вхождению молодых педагогов дополнительного образования в профессиональную деятельность, снятию эмоционального напряжения посредством группового взаимодействия; сформировать благоприятный психологический климат с помощью сотрудничества и взаимопомощи внутри группы.

Задачи:

- создать условия для знакомства участников группы;
- содействовать повышению у педагогов уверенности в себе;
- способствовать снятию внутреннего напряжения и созданию непринужденной обстановки;

Основное содержание

Ведущий: Добрый день, уважаемые коллеги! Сегодня замечательный, солнечный день!

Давайте поприветствуем друг друга. Поднимите, пожалуйста, правую руку те, кто сегодня пришел к нам с хорошим настроением, и готов поделиться доброй энергией, и левую – тот, кто сегодня немного расстроен, утомлен и кому нужна наша поддержка. Хлопните в ладоши те, кто считает себя уверенным. Замечательно.

Ведущий: Для того, чтобы наша с вами работа была продуктивной, нужно познакомиться. Нас с вами очень много, поэтому я предлагаю вам поиграть в игру броуновское движение.

Сейчас вам всем нужно распределиться по аудитории и начать ходить хаотично, по всему залу. Как только вы услышите хлопок и задание встать в группы по количеству участников, которое я озвучу и в течение буквально двух секунд найти себе собеседников на ближайшие 30 секунд. Всем понятно? Ну, что начали...

1. Познакомьтесь друг с другом, расскажите кем вы работаете, чем занимаетесь.

2. Продолжите предложение «За этот месяц мне удалось...»

3. Поделитесь друг с другом, что у вас не получается? Чему бы вы хотели научиться? Возможно бы попросили помощи?

4. Поделитесь с коллегами своими профессиональными успехами, если вы еще их не достигли и только в процессе, тогда расскажите о самых значимых успехах своей жизни.

5. Поделитесь с коллегами: чему бы вы могли научить, что показать, чем поделитесь?

Игра «Броуновское движение» (10 минут)

Ведущий: Спасибо, надеюсь вы все познакомились и немного расслабились. Я прошу всех сесть на места.

Ведущий: Для следующего упражнения мне бы хотелось, чтобы вы разделились на пары, давайте, просто повернемся к своему соседу...

Первый участник пары начинает рассказ со слов: «Меня не любят за то, что...». Второй, выслушав, должен отреагировать, начиная словами: «Все равно ты молодец, потому что...». Затем участники меняются ролями.

Далее проходит обсуждение.

Рефлексия: Все ли смогли отреагировать на рассказ партнера заданным образом? Было ли трудно и в связи с чем? Что чувствовали, когда получали поддержку?

Упражнение «Все равно ты молодец, потому что...» (10 минут)

Ведущий: Возьмите 4 листа бумаги и пронумеруйте их от 1 до 4.

На первом листе напишите: «То, что я хотел бы сделать, но не делаю».

На втором: «То, что меня может замотивировать сделать это».

На третьем: «То, что меня останавливает, заставляя не делать это».

На четвертом: «То, что замотивирует меня сделать это, несмотря на то, что меня останавливает».

Положите листы на пол по порядку так, чтобы между ними был промежуток в пол шага.

1. Встаньте на лист под номером 1 и определите для себя то, что Вам хотелось бы делать. Но что Вы, к сожалению, не делаете. (например, не отказываетесь от вредных привычек).

2. Перейдите на лист под номером 2 и определите то, чего вы хотите достичь в итоге этим своим желаемым действием. Например, «быть здоровым» или «нормально жить», «стать богатым». Подумайте о том, чего вы хотите достичь в итоге и опишите про себя, что (и как) вы при этом видите, слышите и чувствуете.

3. Теперь перейдите на лист номер 3 и определите для себя то, что буквально не дает Вам измениться. Например, «не хватает силы воли». Подумайте про себя, что вам мешает достичь желаемого?

4. А теперь перейдите на лист номер 4 и спросите себя: «Что для меня является настолько важным, чтобы я смог проявить силу воли и начать действовать, несмотря на то, что это будет тяжело». (Это, например, «ответственность за семью», «здоровье»). Определите, что для вас является настолько важным, что вы готовы преодолеть барьеры.

5. Теперь, вернитесь к листу под номером 1. Подумайте и представьте себя уже с этим желаемым, что вы уже богаты, счастливы, здоровы. Представьте, как вы при это выглядите, что вокруг вас, как вы себя ощущаете.

6. А теперь сразу перейдите в пункт 4, перешагнув листы номер 2 и 3. И представьте в голове то самое важное для вас, что может преодолеть препятствия, сказав буквально следующее, «Поскольку для меня важно достичь желаемого, я готов найти в себе силу воли и проявить ее, чтобы, например, быть здоровым и нормально жить / получить итоговый результат». Здесь вы подбираете свои слова. Повторю, проговорите эти слова про себя:

7. А теперь перейдите из позиции 4 в позицию 3 и попробуйте найти способ достижения своего желаемого так, чтобы это не нарушало ваших ограничений. Найти альтернативу или другой способ достижения цели, который не стал бы для вас препятствием. Например, скажите себе если я хочу похудеть, но ленюсь ходить в спортзал, я могу уделять на упражнения дома всего 15 минут в день и уже через месяц я стану стройнее. Примените этот тезис к своим желаниям. Как вы можете достичь желаемого и при этом обойти препятствия? Спасибо. Можете присаживаться.

Ведущий: Каждый раз, когда вам покажется, что вы недостаточно замотивированы, просто достаньте 4 листа и проанализируйте, что вам мешает достичь вашей цели. И помните: просмотр футбола не сделает вас защитником, а просмотр фильмов с Брюсом Ли на диване еще никого не научил драться. И если вы хотите превратиться из мечтателя в «деятеля», то пора действовать уже сейчас.

Упражнение 4 шага (25 минут). (Приложение № 1)

Ведущий: Кто-то из Вас работает педагогом совсем недавно, а у кого-то уже есть небольшой опыт...И возможно у каждого, уже сложилось полное представление о своей профессии....

Описание: участники садятся в круг и по очереди достают из мешочка какой-либо предмет, продолжая фразу «Моя профессия похожа на..., потому что...»

Упражнение «Моя профессия, похожа на...» (10 минут).

Ведущий: Сейчас я бы хотела вам предложить немного подвигаться для поднятия настроения

Упражнение «Танец на заправке» (ДжастДенс) (5 минут)

Описание: Для восстановления личных ресурсов педагогам необходимо дать ответ на вопрос: что я могу сделать для себя с целью поднятия настроения и душевных сил?

Ведущий: Скажите, кто летал когда-либо самолетом? Помните ли вы, какие правила пользования кислородной маской в случае поломки самолета? (*Варианты участников*)

Ведущий: Правильно! Сначала надеть маску на себя, а затем – на ребенка. Такая последовательность дана не случайно: если вы не спасете себя, возможно, уже будет некому спасать других. Так и в нашей деятельности: необходимо заботиться не только о своих подопечных, окружающих людях, но и о себе. Сейчас у каждого из вас будет время подумать и ответить на следующие вопросы:

- Что в ближайший год вам бы хотелось?
- Что вы обязательно сделаете...?
- Что вы пообещаете себе?
- Какие 3 главные цели у вас на грядущий год?

Возьмите те карандаши или фломастеры, которые вам нравятся, и письменно ответьте на эти вопросы. Эти открытки никому не нужно будет озвучивать, они останутся у вас. Время на работу - 15 минут.

Упражнение “Я дарю себе...” (15 минут).

Ведущий: А сейчас мы с вами попробуем немного расслабиться. Примите удобную позу. Ваше тело расслаблено. Глаза закрыты. Сделайте несколько глубоких вдохов и медленных выдохов.

Теперь представьте себя в каком-нибудь тихом и уютном месте. Может быть, это будет светлая роща ранним солнечным утром: слышите, как звонко поют птицы? Может быть, это будет маленький песчаный пляж на берегу ласкового теплого моря, мягко освещенного закатным солнцем. Волны плавно накатываются одна за другой, тихо шуршат по песку... Попробуйте вспомнить самое приятное место из своего детства, место, где Вы чувствовали себя очень комфортно. Вспомните себя таким, каким были в детстве.

Представьте, что этот малыш стоит сейчас перед Вами. Попробуйте понять, что он чувствует. Выглядит ли он радостным или печальным? Может быть, он рассержен или обижен на кого-то? Может быть, он чего-то боится?

Погладьте малыша по голове, улыбнитесь ему, обнимите его. Скажите, что любите его, что теперь всегда будете рядом с ним, будете поддерживать его и помогать ему. Скажите: «Я люблю тебя. Я принимаю тебя таким, какой ты есть. Ты прекрасен! Я хочу, чтобы ты был счастлив».

После этих слов представьте, что малыш улыбается Вам в ответ и обнимает крепко-крепко. Поцелуйте его, скажите, что Ваша любовь неизменна и всегда остается с ним: «Я всегда с тобой. Я люблю тебя!». Теперь отпустите малыша, помашите ему на прощание рукой. Теперь сделайте глубокий вдох-выдох, откройте глаза. Скажите себе: «Я принимаю и люблю себя полностью. Я создаю свой прекрасный мир, наполненный радостью и любовью. Я счастлив».

По завершению упражнения уделите внимание тому, насколько отчётливо вам удалось увидеть себя в детстве, и что при этом почувствовали. Постарайтесь ответить для себя на вопросы.

Рефлексия: Что вызывало наибольший интерес и удовольствие, а что было трудно?

– Хотелось бы вам по-настоящему вернуться в детство и что-то изменить?

– Что в данный момент вам хотелось бы сделать или сказать?

Упражнение выполняется под инструментальную музыку.

Упражнение визуализация «Встреча с ребенком внутри себя» (15 минут).

Рефлексия упражнения (3 минуты).

Ведущий: Как известно, на любой праздник принято дарить подарки. А отдых – это всегда праздник. Вот и у меня есть подарок для каждого. И пока вы работали, расслаблялись, к нам в гости пришел волшебник, чтобы поздравить каждого лично».

Ведущий раздает каждому участнику тренинга заранее подготовленные именные конверты, которые содержат шуточные справки-освобождение от работы

Упражнение “Подарок” (3 минуты).

Ведущий: Сделайте, пожалуйста, большой круг, встаньте так, чтобы почувствовать себя комфортно.

- Всем хорошо?
- Теперь возьмите друг друга за руки!
- Всем комфортно?
- А теперь возьмитесь за руки через одного человека.
- Получилось?

(Чтобы выполнить это задание необходимо будет сделать шаг навстречу друг другу).

- Что нам пришлось сделать с вами?

Ответ участников: *Шаг навстречу!*

Ведущий: Да, действительно, мы сделали с вами шаг навстречу друг другу! Делайте всегда шаг навстречу: воспитанникам, родителям, коллегам, близким и друзьям, будьте открыты для всего нового и стремитесь к познанию себя и мира, а самое главное для отдыха! Делайте свои шаги и все у вас получится!

Ведущий: Наше время заканчивается, и занятие подходит к концу. Я очень рада знакомству с вами, и думаю, что аплодисменты друг другу будут здесь уместны, ведь мы с вами молодцы!

Упражнение «Шаг навстречу» (3 минута)

Рефлексия занятия (5 минут)

Занятие № 2

Занятие с элементами тренинга с молодыми педагогами
дополнительного образования

Как повысить стрессоустойчивость и снизить уровень тревожности?

Цель: обучение педагогов методам и приемам устранения внутреннего напряжения.

Задачи:

- развитие у педагогов способности видеть в любом деле положительные стороны.
- Показать, как позитивные мысли влияют на наш организм.
- отработать навыки преодоления трудностей.
- способствовать развитию позитивного настроения.

Основное содержание

Ведущий: Почти каждый педагог встречается с ситуацией, когда не может справиться с собой, или с трудом это делает, когда внезапно срывается на обучающегося, а потом сожалеет об этом. Одним словом – педагог не может держать себя в руках.

Чтобы этого не происходило, я постараюсь вам показать несколько приемов для снятия тревожности, стресса или нервного напряжения.

Ведущий: Каждая профессия, а для нас “педагог” в том числе, может характеризоваться с четырех сторон.

Сильная сторона – то, что помогает учителю достичь успеха в профессии.

Слабая сторона – то, что мешает достигать желаемого результата.

Возможности – то, что можно получить хорошего, полезного по результатам своей деятельности.

Угрозы – какие неприятные для нас последствия могут быть в ходе профессиональной деятельности.

Разбейтесь на 4 группы по цвету ваших жетонов.

Описание. Каждая группа берет лист с одной из характеристик профессии («сильная», «слабая», «угрозы», «возможности») и раскройте свою сторону относительно профессии «педагог». (Дается 5–7 минут.)

Обсуждение результатов в последовательности: «сильная», «слабая», «угрозы», «возможности».

Упражнение «ССВУ (сильные, слабые, возможности, угрозы)».(10 минут)

Ведущий: Возьмите карандаш и бумагу. Проанализируйте свои мысли о том, что вас беспокоит. Сравните, как слова соотносятся с вашими чувствами. Если вы скажете: “Я себя плохо чувствую”, – вы действительно себя почувствуете плохо. Скажите себе: “Я вздремну, и буду чувствовать себя лучше”.

На чистом листе бумаги нарисуйте голову, из которой вылетают мыльные пузыри ваших мыслей вправо и влево. На пузырях слева напишите ваши негативные мысли, а на пузырях справа – позитивные. (*Приложение № 2*)

Обсуждение. Высказывание своих впечатлений и чувств.

Упражнение «Мыльные пузыри».(30 минут)

Ведущий: Сейчас я бы хотела вас познакомить с методом устранения напряжения, вызванного подготовкой к открытому занятию или мероприятию, отработаем навык решения проблемы.

Инструкция:

1. На левой стороне листа нарисуйте лестницу. На каждой ступеньке напишите действие, которое приведет вас к успеху (на вершину лестницы). Например, ваша цель – подготовка к открытому занятию, тогда пять шагов будут такими:

- ✓ Выбор темы;
- ✓ Составление необходимых этапов занятия;
- ✓ Составление плана занятия;
- ✓ Написание работы по плану;

✓ Редактирование окончательного варианта.

2. Закройте глаза и представьте себе каждый шаг. Вы увидите слова и образы, которые им соответствуют, например: «пишу за столом. Не открывайте глаза, пока отчетливо не увидите каждый шаг».

3. Составьте список всего, что вам мешает. Например, вас отвлекают мысли о телевизионной программе или о чьих-то неприятных словах; страх и волнение. Глубоко вдохните и «выдохните» отвлекающие мысли.

После выполнения задания каждый педагог зачитывает свои «шаги к успеху».

Рефлексия

Упражнение «Шаги к успеху» (30 минут)

Ведущий: Закройте глаза. Представьте, что перед вами находится экран. На экране вы видите радугу – цвета, которые вам нравятся. Для каждого цвета есть свой настрой и чувство. Вы видите то, что описываю я, или то, что захотите сами.

Первый цвет – голубой. Голубой может быть мягким и успокаивающим, как струящаяся вода. Голубой приятно ласкает глаз в жару. Он освежает вас, как купание в озере. Что вы видите, когда думаете о голубом?

Следующий цвет – красный. Красный дает нам энергию и тепло. На него хорошо смотреть, когда холодно. Иногда слишком много красного нас злит. Иногда он напоминает нам о любви. Что вы думаете, когда смотрите на красный цвет?

Желтый цвет приносит нам радость. Он согревает, как солнце, и мы улыбаемся. Если нам грустно и одиноко, он поднимает настроение. Что вы думаете, когда смотрите на желтый цвет?

Зеленый – цвет природы. Если мы больны или нам не по себе, зеленый помогает нам чувствовать себя лучше. Что вы думаете, когда смотрите на него? Замечаете ли вы, как разные цвета влияют на настроение и даже на самочувствие? Попробуйте также увидеть другие цвета.

Рефлексия. Каковы были ваши ощущения во время выполнения этого упражнения? Какой цвет наиболее эффективно повлиял на ваше самочувствие и настроение?

Упражнение «Радуга» (10 минут)

(Проводится под музыку)

Ведущий: Сейчас я бы хотела с вами отработать упражнение для притягивания денег. «Представьте себе, что вы находитесь в райском саду. В этом саду поют чудесные птицы, цветут невиданные цветы, ощущаются завораживающие запахи.

Вы идете по тропинке сада и ощущаете под ногами теплый песок, который ласкает ваши ноги и заставляет идти и идти вперед, наслаждаясь красотой. Запомните эту красоту!

На вашем пути встречается красивый цветущий куст. Вы осторожно подходите к нему, раздвигаете ветки и видите, как открывается золотой, обрамленный драгоценными камнями, ларец. Вы заглядываете в него и берете маленький золотой ключик. Закрываете ларец и продолжаете идти дальше, а в

руках ощущаете ключик, который стал согревать вашу руку. Запомните этот ключик!

Вы продолжаете идти и наслаждаться чудесами сада. Тропинка заканчивается, и вы упираетесь в резные воротца, которые блестят на солнце так, что ослепляют вас. Вы достаете ключик вставляете его в замочную скважину и отпираете эти чудесные воротца. Ключик легко поддается вашему усилию, и воротца со скрипом открываются. Запомните этот момент!

Вы входите во владения, которые принадлежат всем и вам в том числе. Перед вашим взором предстает картина владения, о котором вы мечтали в детстве или в юности, а, может быть, мечтаете сейчас. На территории этого владения вы замечаете небольшой, очень изящный домик, который слегка походит на теремок с резными наличниками и маршами. Вы поднимаетесь по лестнице, подходите к двери и видите чудо – дверь сама отворяется, и вы продолжаете идти без остановок по красивому персидскому ковру.

Вы доходите до противоположной стены, где замечаете кассу. Берете осторожно чек, пишете на нем ту сумму денег, которая вам необходима, подаете его кассиру. Вы внимательно рассматриваете, как кассир отсчитывает пачки денег. Вы замечаете, что купюры отсчитывают тех достоинств, которые вам необходимы. Вы расписываетесь на чеке, берете деньги и идете их пересчитывать. Вы ощущаете запах денег при пересчете, осторожно укладываете деньги в имеющийся у вас кейс. Запомните эти минуты удовольствия и запах свежееотпечатанных новеньких купюр!

Получив нужную сумму, вы благодарите кассира и отправляетесь в обратный путь. Спускаетесь с лестницы, проходите через воротца, выходите на тропинку райского сада, а в руках у вас продолжает лежать маленький золотой ключик, который вам достается в подарок на всю жизнь, но вы-то знаете, что он вам пригодится в ближайшем будущем. Запомните этот ключик!

Вы выходите из райского сада и идете тратить деньги, ведь они вам были нужны на что-то!

Желаю вам, чтобы такая прибыль вас сопровождала в нужную минуту и нужный час всегда!»

Упражнение для притягивания денег (10 минут)

Ведущий проводит рефлексию дня

Что принес вам сегодняшний день?

Каковы ваши впечатления от сегодняшнего занятия?

Что возьмете на вооружение, и будете использовать в дальнейшем?

Участники по кругу высказывают свои мнения и впечатления.

Занятие № 3

Занятие с элементами тренинга с молодыми педагогами
дополнительного образования

«Личный успех педагога»

Цель: способствовать психологической адаптации молодых педагогов дополнительного образования к условиям работы.

Задачи тренинга:

- сформировать умение работать в команде;
- сформировать положительную самооценку;
- определить проблемные зоны у участников в личностной и деятельностной сферах;
- развить профессиональное мастерство.

Основное содержание

Ведущий: «Добрый день! Я рада приветствовать вас на нашей встрече! Это замечательно, что мы смогли с вами встретиться и имеем возможность немного расслабиться, отдохнуть, поиграть, узнать о себе и коллегах что-то новое и, самое главное, — выразить друг другу радость встречи.

Сегодня мы с вами собрались для того, чтобы немного пообщаться, чтобы разобраться, какое место в нашей жизни занимает профессиональная деятельность и личные качества.

Ведущий: Дорогие друзья сейчас я предлагаю узнать друг друга по ближе и поиграть в игру – интервью «Узнай все за 3 минуты», прошу вас разделить по парам. За 3 минуты вы должны узнать друг у друга ответы на следующие вопросы

1. Как педагога называют дома, на работе, среди друзей.
2. Любимый и нелюбимый продукт/блюдо.
3. Какой тип отдыха предпочитает.
4. Какие есть увлечения, хобби.
5. Какими положительными чертами характера обладает (какие есть навыки и достоинства).

После окончания отведенного времени педагоги должны по цепочке рассказать о своем напарнике все полученную информацию.

Игра - интервью «Узнай все за 3 минуты» (10 минут)

Ведущий: ну вот вы и познакомились со своими коллегами, узнали о них много нового.

Я хочу поговорить о ваших успехах. Жизнь так разнообразна, что в ней всегда найдётся сфера, в которой вы успешны. Вспомните, пожалуйста какое-либо достижение, которое произошло за последнее время, при этом не имеет значение, большое оно или маленькое, главное, чтобы это было важно для вас. Подумайте об этом 1-2 минуты.

Сейчас вам необходимо сообщить о своих достижениях как можно большему количеству людей. Постарайтесь показать, насколько вас это порадовало. Человек, которому вы скажите об успехе, отвечает: «Я рад за тебя!».

Вопросы:

- легко ли было говорить о своих успехах;

- узнали ли вы что-то новое о ком-нибудь;
- легко ли было радоваться вместе с другими;
- как чувствовали себя, когда говорили о своих достижениях.

Упражнение «Хвасталки» (15 минут)

Ведущий: Сейчас я предлагаю вам послушать небольшой блог о уверенности в себе, я хочу поделиться с вами интересной информацией.

Уверенность в себе — изменчивая, подвижная переменная в уравнении счастливой самодостаточной личности. Это не врожденное качество, оно формируется в течение всей нашей жизни и именно поэтому мы должны приложить усилия, чтобы поверить в себя. Как было бы просто, если бы все мы рождались с определенным уровнем уверенности — раз, и я верю в себя! А если у кого — то низкий уровень уверенности, то можно опустить руки и сказать: что уж поделать, я таким уродился.

Главная особенность неуверенной в себе личности состоит в том, что в социальной деятельности такой человек стремится избегать любых форм личного самопроявления. Демонстрация собственного мнения, достижений, желаний или потребностей либо крайне неприятна (вследствие страха, стыда, вины, связанных с самопроявлением), либо невозможна (вследствие отсутствия соответствующих навыков), либо не имеет смысла в рамках его системы ценностей и представлений.

Существуют также вполне очевидные и простые для наблюдения характеристики поведения, отличающие уверенных в себе людей.

Уверенные в себе люди говорят громко, но не кричат, часто смотрят в глаза собеседнику, но не «сверлят» его глазами, всегда выдерживают определенную дистанцию общения, не приближаясь к собеседнику вплотную. Они умеют держать паузу в разговоре, редко перебивают партнеров, способны ясно и четко выразить свои мысли. Уверенные в себе люди говорят открыто о своих чувствах, желаниях и претензиях, сопровождая их кратким и четким обоснованием, часто используют местоимение «Я», не боятся выражения личного мнения. От уверенных в себе людей редко можно услышать оскорбления, упреки, обвинения. Все претензии к окружающим они высказывают от своего собственного лица. Нельзя сказать, что эти способности формируются сами собой или что человек уже, рождается уверенным в себе. Как и все социально-психологические качества личности, уверенность в себе формируется в ходе социализации, то есть во взаимодействии с социальным окружением.

Таким образом: «Под уверенностью в себе понимают способность человека выдвигать и претворять в жизнь собственные цели, потребности, желания, притязания, интересы, чувства в отношении своего окружения»

Уверенные в себе люди характеризуются:

- ✓ независимостью;
- ✓ самодостаточностью.

Внешние признаки уверенного человека:

- ✓ выглядит спокойным;

- ✓ держится с достоинством;
- ✓ открытый взгляд;
- ✓ ровная осанка;
- ✓ спокойный и уверенный голос.

Уверенный в себе человек умеет:

- ✓ отстаивать свою позицию мирно;
- ✓ откровенно высказываться без враждебности и самозащиты;
- ✓ отстаивать свои права, не попирая при этом прав других. Это прямое, открытое поведение, не преследующее цели причинить вред другим.

Первое впечатление обучающегося об педагоге является важнейшей стороной взаимодействия в учебной деятельности - писал А.А. Бодалов. Надо помнить, что 85% людей строят свое первое впечатление на основе внешнего облика человека и первого впечатления.

Информационный блок «Педагог- это уверенный человек!» (5 минут)

Ведущий: Сейчас мне бы хотелось разделить вас на две команды. Каждая группа получит задание составить собирательный социально-психологический портрет типичного педагога:

- ✓ советский педагог;
- ✓ современный педагог.

Вам предлагается план-схема, по которой вы будете работать:

- ✓ внешний вид (одежда, манера, атрибуты, символизирующие педагога того или иного времени);
- ✓ особенности речи;
- ✓ доминирующие ценности;
- ✓ манера общения с детьми, коллегами;
- ✓ возможная реакция на различные ситуации, поступки детей;
- ✓ основные принципы педагога своего времени.

При выполнении задания можно вспоминать образы из художественной литературы, кинофильмов, а также примеры из своего жизненного опыта, наблюдение за педагогами в процессе своей профессиональной деятельности.

Рефлексия.

Упражнение «Портрет педагога»

Ведущий: Друзья, сейчас хотела бы с вами обсудить следующую ситуацию. Представьте себе, что в гостинице есть три свободных номера. Администратору дано указание – поселить в них педагогов. Однако информация, которой он владеет, нечеткая: он не знает ни пола, ни возраста, ни конкретной специализации педагогов, ни целей их приезда. Возле своего окошка он поместил табличку: «Места только для педагогов».

Вместе с тем он обнаружил, что сегодня в гостиницу большой наплыв приезжих, а мест нет, он вынужден отказывать. Администратору известно, что люди, желающие получить место, прибегают к разным уловкам, пытаются выдать себя за педагога. Ему нужно быть начеку.

Сейчас давайте выберем одного человека из нашей группы – он будет исполнять роль администратора. Другие будут выступать в роли приезжих

(среди них три настоящих педагога, которых назначу я). Видя табличку, все начинают выдавать себя за педагогов. Администратор должен на свое усмотрение поселить трех человек.

Обсуждение. После выполнения задания группа анализирует, что было ключевым в оценивании человека как педагога. Какие признаки способствовали этому? Кто был наиболее убедительным, исполняя роль? На что ориентировались педагоги, воплощая этот образ?

Упражнение «Гостиница» (10 минут)

Ведущий: Давайте сейчас вместе с вами поразмышляем чего каждый из нас ожидает от своей профессиональной жизни, каковы мои устремления, какие ценности значимы для меня как педагога.

Я предлагаю на листе бумаги нарисовать цветными карандашами три круга, символизирующих профессиональное прошлое, настоящее и будущее. Расположение, размеры и цвет кругов выбирайте сами в соответствии со своими ощущениями.

Обсуждение. Давайте обсудим ваши рисунки и ответим на вопросы.

1. Как соотносятся между собой прошлое, настоящее и будущее?
2. Какая между ними связь?
3. Чем отличается Ваш рисунок от других участников нашей группы?

Упражнение «Мои профессиональные планы: Прошлое, настоящее и будущее» (15 минут)

Ведущий: предлагаю каждому из вас пожелать своему соседу что-нибудь, хорошее.

Упражнение «Пожелания по кругу»

Рефлексия:

1. Что нового вы узнали?
2. Какие выводы вы сделали для себя?
3. Что было самым трудным?

Заключение

Цикл занятий с элементами тренинга «Путь к успеху» для педагогов дополнительного образования прошёл успешно и достиг поставленных целей. Занятия помогли педагогам снизить уровень стресса, улучшить эмоциональное состояние и повысить самооценку. Участники научились применять полученные знания и навыки в своей педагогической практике, что способствует повышению качества образовательного процесса.

В ходе совместной деятельности участники отметили схожесть личных и групповых интересов. Проигрывание игровых ситуаций помогло снять психическое и мышечное напряжение, сформировать доверительное отношение ко всем участникам.

В целом, результат встреч был отмечен, как положительный. Все участники высказались о необходимости проведения подобных занятий, их пользе для выстраивания взаимоотношений со всеми членами коллектива. Данные занятия дали возможность участникам почувствовать себя частью команды и увидеть новые возможности сотрудничества. Данные встречи будут способствовать сохранению стабильно-положительных отношений между членами коллектива.

Список литературы

1. Колядинцева О.А., Посашкова И.П. Личность учителя: постижение себя на пути к успеху: методическое пособие. – Омск: ООИПКРО, 2019.
2. Королёва С.А. Как помочь молодому специалисту на пути профессионального становления // Психология образования в XXI веке: теория и практика. – С. 339-340.
3. Семенова Е.М. Тренинг эмоциональной устойчивости педагога: учебное пособие. – М.: Изд-во Института психотерапии, 2022.
4. Just Dance (ДжастДенс 2017) – Bailar - URL: <https://www.youtube.com/watch?v=TzXZLxyOjn8>
5. Цукерман Г.А., Мастеров Б.М. Психология саморазвития. – М., 2018.

Упражнение «Четыре шага»

| | |
|--|--|
| <p>№ 1</p> <p>«То, что я хотел бы сделать, но не делаю».</p> | <p>№2</p> <p>«То, что меня может замотивировать сделать это».</p> |
| <p>№ 3</p> <p>«То, что меня останавливает, заставляя не делать это».</p> | <p>№ 4</p> <p>«То, что замотивирует меня сделать это, несмотря на то, что меня останавливает».</p> |

Упражнение «Мыльные пузыри»

| Слева | Справа |
|--|--|
| Я не могу это сделать | Я это сделаю |
| Я не буду, это слишком сложно | Я попробую это сделать |
| Я никогда не сделаю этого хорошо, зачем пытаться | Я все понимаю, поэтому сделаю это хорошо |
| Я не могу это сделать, когда... | Я...чтобы сосредоточиться, когда... |

2023
ГОД ПЕДАГОГА
И НАСТАВНИКА



ПРОФЕССИОНАЛЬНО- ЛИЧНОСТНОЕ РАЗВИТИЕ ПЕДАГОГА

**В УЧРЕЖДЕНИИ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО
ОБРАЗОВАНИЯ**



УДК 371.398.1(075.8)
ББК 74.047.8я73
П 841

Редакционная коллегия:

*Н.Н. Щелова-Лазарева (отв. редактор), Н.М. Ровнина,
А.В. Жуйкова, Е.В. Платонова, С.П. Шмалева, А.А. Машуков,
А.А. Косырский, М.С. Белобаба (макет обложки)*

П 841 Профессионально-личностное развитие педагога в учреждении дополнительного образования: сборник учебно-методических материалов / ответственный редактор Н.Н. Щелова-Лазарева. – Краснодар: Кубанский гос. ун-т, 2023. – 192 с. – 500 экз.

Учебно-методические материалы подготовлены на основе результатов работы муниципальной сетевой инновационной площадки «Тьюторское сопровождение профессионально-личностного развития молодого педагога в учреждении дополнительного образования» и городского методического объединения «Современные образовательные практики социальнo-гуманитарной направленности». Издание направлено на развитие компетентностей педагогов в сфере педагогики, менеджмента образования, методологии и методов организации учебного процесса в контексте цифровизации.

Адресуется педагогическим работникам, студентам, обучающимся по педагогическим направлениям.

УДК 371.398.1(075.8)
ББК74.047.8я73

© Центр детского творчества
«Прикубанский», 2023

ВВЕДЕНИЕ

Учебно-методические материалы подготовлены на основе результатов работы муниципальной сетевой инновационной площадки «Тьюторское сопровождение профессионально-личностного развития молодого педагога в учреждении дополнительного образования» и городского методического объединения «Современные образовательные практики социальнo-гуманитарной направленности».

Предлагаемое издание разработано с учетом современных требований, предъявляемых к образовательной деятельности в области педагогики и менеджмента образования.

Сборник учебно-методических материалов обобщает передовой педагогический опыт, позволяет сформировать навыки организации образовательного процесса, управления формальными и неформальными ресурсами, навыки коммуникации. В частности, издание направлено на формирование у педагогов следующих компетенций:

- умение планировать и принимать решения в образовании и управлении ресурсами, формировать и удовлетворять образовательные потребности;
- получение навыка вести эффективную коммуникацию в профессиональных и семейных группах;
- знание основ правового регулирования системы дополнительного образования;
- умение самостоятельно выстраивать образовательный процесс в контексте цифровизации.

Исчерпывающе эффективной модели тьюторского сопровождения молодых педагогов дополнительного образования невозможно создать условия для поступательного и глубокого вовлечения специалиста в профессию и послужит «лифтом» для дальнейшего профессионального самосовершенствования и развития. Это влияет на уровень качества предоставляемых образовательных услуг в сфере дополнительного образования и позволяет систематизировать, структурировать и актуализировать существующую методическую поддержку молодому педагогу

научных исследований: педагогика и психология, 2019, т. 8, № 3(28).

3. Поляндшоев О.П. Комплексный подход к патристическому воспитанию молодежи Кубани. Краснодар: Диалог-В, 2019. – 301 с.



Жуйкова Александра Викторовна,

*заместитель директора, методист
МАОУДО «Центр детского творчества
«Прикубанский»*

ЭФФЕКТИВНЫЕ ПОДХОДЫ ДЛЯ ВОССТАНОВЛЕНИЯ ЛИЧНЫХ РЕСУРСОВ МОЛОДЫХ ПЕДАГОГОВ

Аннотация.

Занятие с элементами тренинга с молодыми педагогами дополнительного образования позволит им почувствовать уверенность в себе, приобрести опыт сотрудничества с коллегами, снять напряжение.

Работа представлена в форме сценария.

Ключевые слова: тренинг, упражнение, рефлексия, молодые педагоги.

Целевая аудитория: молодые педагоги дополнительного образования.

Проблема. Период вхождения начинающего педагога дополнительного образования в профессию отличается напряженностью, важностью для его личного и профессионального развития. От того, как он пройдет, зависит, состоится ли молодой педагог как профессионал, останется ли он в сфере дополнительного образования или найдет себя в другой сфере деятельности.

Цель: способствовать успешному вхождению молодых педагогов дополнительного образования в профессиональную деятельность,

снятию эмоционального напряжения посредством группового взаимодействия; сформировать благоприятный психологический климат с помощью сотрудничества и взаимопомощи внутри группы.

Задачи:
- создать условия для знакомства участников группы;

- содействовать повышению у педагогов уверенности в себе;

- способствовать снятию внутреннего напряжения и созданию непринужденной обстановки;

Педагогические технологии:
технология педагогика сотрудничества, групповые технологии.

Основное содержание

Ведущий: Добрый день, уважаемые коллеги! Сегодня замечательный, солнечный день!

Давайте поприветствуем друг друга. Поднимите, пожалуйста, правую руку те, кто сегодня пришел к нам с хорошим настроением, и готов поделиться доброй энергией, и левую – тот, кто сегодня немного расстроен, утомлен и кому нужна наша поддержка. Хлопните в ладоши те, кто считает себя уверенным. Замечательно.

Ведущий: Для того, чтобы наша с вами работа была продуктивной, нужно познакомиться. Нас с вами очень много, поэтому я предлагаю вам поиграть в игру бруновское движение.

Сейчас вам всем нужно распределиться по аудитории хлопком и ходить хаотично, по всему залу. Как только вы услышите хлопок и задание встать в группы по количеству участников, которое я озвучу и в течение буквально двух секунд найти себе собеседников на ближайших 30 секунд. Всем понятно? Ну, что начали...

1. Познакомьтесь друг с другом, расскажите кем вы работаете, чем занимаетесь.

2. Продолжите предложение «За этот месяц мне удалось...»

3. Поделитесь друг с другом, что у вас не получается? Чему бы вы хотели научиться? Возможно бы попросили помощи?

4. Поделитесь с коллегами своими профессиональными успехами, если вы еще их не достигли и только в процессе, тогда расскажите о самых значимых успехах своей жизни.

5. Поделитесь с коллегами: чему бы вы могли научиться, что показать, чем поделитесь?

Игра «Бруновское движение» (10 минут)

Ведущий: Спасибо, надеюсь вы все познакомились и немного расслабились. Я прошу всех сесть на места.

Ведущий: Для следующего упражнения мне бы хотелось, чтобы вы разделились на пары, давайте, просто повернемся к своему соседу...

Первый участник пары начинает рассказ со слов: «Меня не любят за то, что...». Второй, выслушав, должен отреагировать, начиная словами: «Все равно ты молодец, потому что...». Затем участники меняются ролями.

Далее проходит обсуждение.

Рефлексия: Все ли смогли отреагировать на рассказ партнера заданным образом? Было ли трудно и в связи с чем? Что чувствовали, когда получали поддержку? *Упражнение «Все равно ты молодец, потому что...» (10 минут)*

Ведущий: Возьмите 4 листа бумаги и пронумеруйте их от 1 до 4.

На первом листе напишите: «То, что я хотел бы сделать, но не делаю».

На втором: «То, что меня может замотивировать сделать это».

На третьем: «То, что меня останавливает, заставляя не делать это».

На четвертом: «То, что замотивирует меня сделать это, несмотря на то, что меня останавливает».

Положите листы на пол по порядку так, чтобы между ними был промежуток в пол шага.

1. Встаньте на лист под номером 1 и определите для себя то, что Вам хотелось бы делать. Но что Вы, к сожалению, не делаете, (например, не отказываетесь от вредных привычек).

2. Перейдите на лист под номером 2 и определите то, чего вы хотите достичь в итоге этим своим желаемым действием. Например, «быть здоровым» или «нормально жить», «стать богатым». Подумайте о том, чего вы хотите достичь в итоге и

опишите про себя, что (и как) вы при этом видите, слышите и чувствуете.

3. Теперь перейдите на лист номер 3 и определите для себя то, что буквально не дает Вам измениться. Например, «не хватает силы воли». Подумайте про себя, что вам мешает достичь желаемого?

4. А теперь перейдите на лист номер 4 и спросите себя: «Что для меня является настолько важным, чтобы я смог проявить силу воли и начать действовать, несмотря на то, что это будет тяжело». (Это, например, «ответственность за семью», «здоровье»). Определите, что для вас является настолько важным, что вы готовы преодолеть барьеры.

5. Теперь, вернитесь к листу под номером 1. Подумайте и представьте себя уже с этим желанием, что вы уже богаты, счастливы, здоровы. Представьте, как вы при этом выглядите, что вокруг вас, как вы себя ощущаете.

6. А теперь сразу перейдите в пункт 4, перешагнув листы номер 2 и 3. И представьте в голове то самое важное для вас, что может преодолеть препятствия, сказав буквально следующее: «Поскольку для меня важно достичь желаемого, я готов найти в себе силу воли и проявить ее, чтобы, например, быть здоровым и нормально жить / получить итоговый результат». Здесь вы подбираете свои слова. Повторю, проговорите эти слова про себя:

7. А теперь перейдите из позиции 4 в позицию 3 и попробуйте найти способ достижения своего желаемого так, чтобы это не нарушало ваших ограничений. Найдти альтернативу или другой способ достижения цели, который не стал бы для вас препятствием. Например, скажите себе если я хочу похудеть, но ленюсь ходить в спортзал, я могу уделить на упражнения дома всего 15 минут в день и уже через месяц я стану стройнее. Примените этот тезис к своим желаниям. Как вы можете достичь желаемого и при этом обойти препятствия? Спасибо. Можете присаживаться.

Ведущий: Каждый раз, когда вам покажется, что вы недостаточно замотивированы, просто достаньте 4 листа и проанализируйте, что вам мешает достичь вашей цели. И помните: просмотр футбола не делает вас защитником, а просмотр фильмов с Брюсом Ли на диване еще никого не научил драться. И если вы хотите превратиться из мечтателя в «деятеля», то пора действовать уже сейчас. *Упражнение 4 часа (25 минут).*

Ведущий: Кто-то из Вас работает педагогом совсем недавно, а у кого-то уже есть небольшой опыт... И возможно у каждого, уже сложилось полное представление о своей профессии....

Описание: участники садятся в круг и по очереди достают из мешочка какой-либо предмет, продолжая фразу «Моя профессия похожа на...», потому что...». *Упражнение «Моя профессия, похожа на...» (10 минут).*

Ведущий: Сейчас я бы хотела вам предложить немного подвигаться для поднятия настроения

Упражнение «Танец на завравке» [4] (Джаст,Дене) (5 минут)
Описание: Для восстановления личных ресурсов педагогам необходимо дать ответ на вопрос: что я могу сделать для себя с целью поднятия настроения и душевных сил?

Ведущий: Скажите, кто летал когда-либо самолетом? Помните ли вы, какие правила пользования кислородной маской в случае поломки самолета? (*Варианты участников*)

Ведущий: Правильно! Сначала надеть маску на себя, а затем – на ребенка. Такая последовательность дана не случайно: если вы не спасете себя, возможно, уже будет некому спасать других. Так и в нашей деятельности: необходимо заботиться не только о своих подопечных, окружающих людях, но и о себе. Сейчас у каждого из вас будет время подумать и ответить на следующие вопросы:

- Что в ближайший год вам бы хотелось?

- Что в вы обязательно сделаете...?

- Что вы пообещаете себе?

- Какие 3 главные цели у вас на грядущий год?

Возьмите те карандаши или фломастеры, которые вам нравятся, и письменно ответьте на эти вопросы. Эти открытки никому не нужно будет озвучивать, они останутся у вас. Время на работу - 15 минут. *Упражнение "Я дарю себе..." (15 минут).*

Ведущий: А сейчас мы с вами попробуем немного расслабиться. Примите удобную позу. Ваше тело расслаблено. Глаза закрыты. Сделайте несколько глубоких вдохов и медленных выдохов.

Теперь представьте себя в каком-нибудь тихом и уютном месте. Может быть, это будет светлая роща ранним солнечным утром: слышите, как звонко поют птицы? Может быть, это будет маленький песчаный пляж на берегу ласкового теплого моря, мягко

шуточные строчки-освобождение от работы. Упражнение "Подарок" (3 минуты).

Ведущий: Сделайте, пожалуйста, большой круг, встаньте так, чтобы чувствовать себя комфортно.

- Всем хорошо?
- Теперь возьмите друг друга за руки!
- Всем комфортно?
- А теперь возьмитесь за руки через одного человека.
- Получилось?

(Чтобы выполнить это задание необходимо будет сделать шаг навстречу друг другу).

- Что нам пришлось сделать с вами?

Ответ участников: Шаг навстречу!

Ведущий: Да, действительно, мы сделали с вами шаг навстречу друг другу! Делайте всегда шаг навстречу: воспитанникам, родителям, коллегам, близким и друзьям, будьте открыты для всего нового и стремитесь к познанию себя и мира, а самое главное для отдыха! Делайте свои шаги и все у вас получится!

Ведущий: Наше время заканчивается, и занятие подходит к концу. Я очень рада знакомству с вами, и думаю, что аплодисменты друг другу будут здесь уместны, ведь мы с вами молодцы!

Упражнение «Шаг навстречу» (3 минуты). Рефлексия занятия (5 минут)

Библиографический список

1. Колядинцева О.А., Посашкова И.П. Личность учителя: постижение себя на пути к успеху: методическое пособие. Омск: ООИПКРО, 2002.
2. Королёва С.А. Как помочь молодому специалисту на пути профессионального становления // Психология образования в XXI веке: теория и практика. – С. 339-340.
3. Семенова Е.М. Тренинг эмоциональной устойчивости педагога: учебное пособие. – М.: Изд-во Института психотерапии, 2002.
4. Just Dance (ДжастДенс 2017) – Bailar. URL: <https://www.youtube.com/watch?v=TzXZLxUQj8>

освещенного закатным солнцем. Волны плавно накатываются одна за другой, тихо шуршат по песку... Попытайтесь вспомнить самое приятное место из своего детства, место, где Вы чувствовали себя очень комфортно. Вспомните себя таким, каким были в детстве.

Представьте, что этот малыш стоит сейчас перед Вами. Попытайтесь понять, что он чувствует. Выглядит ли он радостным или печальным? Может быть, он рассержен или обижен на кого-то? Может быть, он чего-то боится?

Погладьте малыша по голове, улынитесь ему, обнимите его. Скажите, что любите его, что теперь всегда будете рядом с ним, будете поддерживать его и помогать ему. Скажите: «Я люблю тебя. Я принимаю тебя таким, какой ты есть. Ты прекрасен! Я хочу, чтобы ты был счастлив».

После этих слов представьте, что малыш улыбается Вам в ответ и обнимает крепко-крепко. Поцелуйте его, скажите, что Ваша любовь неизменна и всегда остается с ним: «Я всегда с тобой. Я люблю тебя!». Теперь отпустите малыша, помажьте ему на прощание рукой. Теперь сделайте глубокий вдох-выдох, откройте глаза. Скажите себе: «Я принимаю и люблю себя полностью. Я создаю свой прекрасный мир, наполненный радостью и любовью. Я счастлив».

По завершению упражнения уделите внимание тому, насколько отчётливо вам удалось увидеть себя в детстве, и что при этом почувствовали. Постарайтесь ответить для себя на вопросы.

Рефлексия: Что вызвало наибольший интерес и удовольствие, а что было трудно?

- Хотелось бы вам по-настоящему вернуться в детство и что-то изменить?

- Что в данный момент вам хотелось бы сделать или сказать?

Упражнение выполняется под инструментальную музыку.
Упражнение визуализация «Встреча с ребенком внутри себя» (15 минут). Рефлексия упражнения (3 минуты).

Ведущий: Как известно, на любой праздник принято дарить подарки. А отдых – это всегда праздник. Вот и у меня есть подарок для каждого. И пока вы работали, расслаблялись, к нам в гости пришел волшебник, чтобы поздравить каждого лично».

Ведущий раздает каждому участнику тренинга заранее подготовленныеменные конверты, которые содержат



АДМИНИСТРАЦИЯ МУНИЦИПАЛЬНОГО
ОБРАЗОВАНИЯ ГОРОД КРАСНОДАР
МУНИЦИПАЛЬНОЕ КАЗЁННОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
МУНИЦИПАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
ГОРОД КРАСНОДАР
**«КРАСНОДАРСКИЙ НАУЧНО-
МЕТОДИЧЕСКИЙ ЦЕНТР»**
(МКУ КНМЦ)

ИНН/КПП 2310063396 / 231001001
ОГРН 1022301614565, ОКПО 55110945

Юридический адрес:
Коммунаров ул., 150, г. Краснодар, 350000

Фактический адрес:
Дунайская ул., 62, г. Краснодар, 350059
Тел/факс: (861) 235-15-53

E-mail: info@knmc.kubannet.ru

От 27.03.2024 г. № 478

На № _____ от _____

СПРАВКА

дана педагогическим работникам муниципальных организаций дополнительного образования в том, что их статьи опубликованы в сборнике учебно-методических материалов «Профессионально-личностное развитие педагога в учреждении дополнительного образования», размещённом на сайте муниципального казённого учреждения муниципального образования город Краснодар «Краснодарский научно-методический центр» в 2024 году

| № | Ф.И.О. | Должность, ОО | Название статьи |
|---|--------------------------------|--|---|
| 1 | Будник Александр Александрович | педагог дополнительного образования, МАОУДО «ЦДТ «Прикубанский» | «Имитация исполнителя «РОБОТ» в программной среде Scratch 2.0» |
| 2 | Володина Анастасия Петровна | заведующий отделом, МАОУДО «ЦДТ «Прикубанский» | «Ментальная арифметика как средство развития интеллектуальных способностей детей» |
| 3 | Гладкова Наталья Владимировна | заведующий отделом, методист, МАОУДО «ЦДТ «Прикубанский» | «Развитие коммуникативных компетенций педагога» |
| 4 | Давыденко Ольга Ивановна | педагог дополнительного образования, МАОУДО «ЦДТ «Прикубанский» | «Патриотическое воспитание подрастающего поколения. Из опыта работы» |
| 5 | Жуйкова Александра Викторовна | заместитель директора, методист, МАОУДО «ЦДТ «Прикубанский» | «Эффективные подходы для восстановления личных ресурсов молодых педагогов» |

| | | | |
|----|----------------------------------|---|---|
| 6 | Иванова Алиса Владимировна | заведующий отделом, методист, МАОУДО «ЦДТ «Прикубанский» | «Формирование мышления обучающихся методами ТСМ ТРИЗ» |
| 7 | Кокорева Любовь Валерьевна | педагог дополнительного образования, МАОУДО «ЦДТ «Прикубанский» | «Профориентация подростков, обучающихся в организации дополнительного образования» |
| 8 | Конина Надежда Владимировна | педагог дополнительного образования, МБОУ ДО ЦРТДЮ | «Вклад дополнительной общеразвивающей программы «Маленький грамотей» в формирование у детей социальных компетенций XXI века» |
| 9 | Ларионова Наталия Владимировна | педагог дополнительного образования, МБОУ ДО ДЮЦ | «Поддержка одаренности детей, обучающихся иностранному языку в организации дополнительного образования» |
| 10 | Левченко Елена Андреевна | педагог дополнительного образования, МАОУДО «ЦДТ «Прикубанский» | «Развитие художественно-творческих способностей детей с помощью приобщения к народной декоративной росписи» |
| 11 | Мишучков Андрей Александрович | методист, педагог дополнительного образования, МАОУДО «ЦДТ «Прикубанский» | «Цифровизация образовательно-воспитательной деятельности педагога дополнительного образования через применение дистанционных технологий» «Использование диагностического инструментария при реализации ДООП «Академия юного исследователя» |
| 12 | Нестеренко Людмила Александровна | педагог дополнительного образования, МАОУДО «ЦДТ «Прикубанский» | «Традиции празднования Нового года и Рождества в России и Великобритании. Сходства и различия» |
| 13 | Павловская Татьяна Александровна | педагог дополнительного образования, МАОУДО «ЦДТ «Прикубанский» | «Роль педагога в социализации детей и их самореализации на занятиях вокальным творчеством» |
| 14 | Панкова Ольга Анатольевна | педагог дополнительного образования, МАОУДО «ЦДТ «Прикубанский» | «Использование нейроритмики в командообразовании» |
| 15 | Папиашвили Наталья Сергеевна | педагог дополнительного образования, МАОУ ДО МЭЦ | «Стимуляция внимания, памяти и мышления детей дошкольного возраста с помощью нейробики» |
| 16 | Платонова Екатерина Викторовна | заведующий отделом, методист, МАОУДО «ЦДТ «Прикубанский» | «Использование электронных образовательных ресурсов в реализации программ дополнительного образования социально-гуманитарной направленности» «Рельеф профессиональной компетентности педагога: профессиональный дефицит как точка роста» |

| | | | |
|----|------------------------------|--|--|
| 17 | Родченко Владислав Андреевич | педагог-организатор, МАОУДО «ЦДТ «Прикубанский» | «Обзор современного цифрового инструментария педагога дополнительного образования» |
| 18 | Семенова Юлия Витальевна | педагог дополнительного образования, МАОУ ДО МЭЦ | «Символы культурного наследия славянского народа: кукла Кувадка» |
| 19 | Соколова Надежда Николаевна | педагог дополнительного образования, МБОУ ДО ДЮЦ | «Способы духовно-нравственного воспитания на занятиях английским языком» |

Исполняющий обязанности
директора МКУ КНМЦ



Ю.Ю. Михненко

Ю.Ю.Михненко

Герасименко И.Н., *И.Н.*
главный специалист МКУ КНМЦ,
т. 8(861) 235 15 44

00012

Настоящее удостоверение свидетельствует о том, что

**Жуйкова
Александра Викторовна**

с 15 марта 2022 г. по 04 апреля 2022 г.

прошел(а) повышение квалификации в (на)
федеральном государственном автономном
образовательном учреждении
дополнительного профессионального образования
«Академия реализации государственной политики
и профессионального развития работников образования
Министерства просвещения Российской Федерации»

(лицензия Рособринадзора серия 90Л01 № 0010068
регистрационный № 2938 от 30.11.2020)

по дополнительной профессиональной программе

УДОСТОВЕРЕНИЕ

О ПОВЫШЕНИИ КВАЛИФИКАЦИИ

150000010659

Документ о квалификации

**«Викторины, облака знаний, быстрые опросы:
для чего и как создавать?»**

Регистрационный номер

у-000658/6

Города

Москва

Дата выдачи

2022 г.

в объеме

24 часов



Руководитель

Секретарь

М.П.

МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ, НАУКИ И МОЛОДЕЖНОЙ ПОЛИТИКИ
КРАСНОДАРСКОГО КРАЯ

Государственное бюджетное образовательное учреждение
дополнительного профессионального образования
«Институт развития образования» Краснодарского края
(ГБОУ ИРО Краснодарского края)

УДОСТОВЕРЕНИЕ
О ПОВЫШЕНИИ КВАЛИФИКАЦИИ

231201018632

Регистрационный номер № 12645/22

Настоящее удостоверение свидетельствует о том, что
Жуйкова Александра Викторовна

с 11 мая 2022 г. по 17 мая 2022 г.

прошел(а) повышение квалификации в
ГБОУ ИРО Краснодарского края
по теме «Особенности управления образовательной организацией
для начинающего руководителя»

в объеме 40 часов

За время обучения сдал(а) зачеты и экзамены по основным дисциплинам программы:

| Наименование | Объем | Оценка |
|---|---------|---------|
| Базовые курсы основы организации образовательной деятельности | 8 часов | зачтено |
| Управление кадрами | 8 часов | зачтено |
| Управление проектами | 8 часов | зачтено |
| Управление ресурсами | 8 часов | зачтено |
| Управление результатами | 8 часов | зачтено |

Программа(а) стажировку в (на) _____

Итоговая работа из т/лу: _____



Ректор

Секретарь

МП.

Т.А. Гайдук

М.Ю. Лаврентьева

17 мая 2022 г.

Город Краснодар

МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ, НАУКИ И МОЛОДЕЖНОЙ ПОЛИТИКИ
КРАСНОДАРСКОГО КРАЯ

Государственное бюджетное образовательное учреждение
дополнительного профессионального образования
«Институт развития образования» Краснодарского края
(ГБОУ ИРО Краснодарского края)

**УДОСТОВЕРЕНИЕ
О ПОВЫШЕНИИ КВАЛИФИКАЦИИ**

231500012850

Регистрационный номер № 27791/22

Настоящее удостоверение свидетельствует о том, что

Жуйкова Александра Викторовна

с « 18 ноября 2022 г. по « 24 ноября 2022 г.

прошел(а) повышение квалификации в

ГБОУ ИРО Краснодарского края

по теме: **Внедрение бережливых технологий**

(наименование профессии, специальности, направления профессионального образования)

В систему образования

в объеме: 40 часов

(включительно)

За время обучения (с/д/а) зачеты и экзамены по основным дисциплинам программы:

| Наименование | Объем | Оценка |
|---|----------|---------|
| Основа и правовая база бережливого управления в образовательной организации | 7 часов | зачтено |
| Инструменты и методы бережливых технологий | 9 часов | зачтено |
| Основа проектного управления в образовательной организации | 10 часов | зачтено |
| Организация системы непрерывного улучшения в образовательной организации | 8 часов | зачтено |
| «Фабрика проектов» | 6 часов | зачтено |

Проешел(а) стажировку в (на)

(наименование профессии)



Итоговая работа на тему:

(наименование профессии)

Л.Н. Терновая

М.О. Ректор

Секретарь

О.В. Шиньба

Город Краснодар

24 ноября 2022 г.

Дата выдачи