

Методическая разработка серии компетентностных коммуникативных тренингов «Секреты эффективного общения»

<http://dop.68edu.ru/bank/catalog/practice-36>

Информация об авторе (держателе) практики	
Фамилия	Безрукова
Имя	Ольга
Отчество	Петровна
Контактный телефон	84752 580436
Адрес электронной почты	sdyusshor-6@yandex.ru
Регион	Тамбовская область
Адрес образовательной организации	392024, г.Тамбов, ул.Рылеева, д.84
Наименование образовательной организации (полностью, в соответствии с уставом)	Муниципальное автономное учреждение дополнительного образования «Детско-юношеская спортивная школа №6»
Должность	Заместитель директора по учебно-воспитательной работе
Информация о практике	
Направленность дополнительного образования	Физкультурно-спортивная и социально-педагогическая
Название практики	Методическая разработка серии компетентностных коммуникативных тренингов «Секреты эффективного общения»
Краткое описание (до 140 печатных знаков)	Технология проведения тренинговой работы с детьми и подростками, в т.ч. оказавшимися в трудной жизненной ситуации, занимающимися спортом
Форма проведения (выбрать из предложенных вариантов): очная; очно-заочная; дистанционная	очная
Направления деятельности (выбрать из предложенных вариантов): разноуровневые дополнительные общеразвивающие программы; модульные дополнительные общеразвивающие программы для детей из сельской местности; программы вовлечения в систему дополнительного образования детей, оказавшихся в трудной жизненной	серия компетентностных коммуникативных тренингов

<p>ситуации;</p> <p>программы для организации летнего отдыха и заочных школ;</p> <p>программы дистанционных курсов по дополнительным образовательным программам; организация мероприятий по просвещению родителей в области дополнительного образования детей</p>	
<p>Целевая аудитория (выбрать из предложенных вариантов):</p> <p>дошкольники;</p> <p>дети младшего школьного возраста;</p> <p>дети среднего школьного возраста;</p> <p>дети старшего школьного возраста;</p> <p>молодежь;</p> <p>взрослые</p>	<p>дети среднего школьного возраста;</p> <p>дети старшего школьного возраста</p>
<p>Единовременное вовлечение детей при реализации практики (указать максимальное количество единовременного вовлечения детей)</p>	<p>80 человек</p>
<p>Возрастные ограничения (от 1 до 100 лет)</p>	<p>до 18 лет</p>
<p>Цель практики</p>	<p>Формирование эффективных навыков общения, умения понимать других людей, оценивать и понимать себя</p>
<p>Задачи практики</p>	<ul style="list-style-type: none"> - формирование у детей и подростков способностей анализировать личностные особенности партнера по общению; - знакомство с правилами позитивного мышления и формирование практических навыков по их применению; - формирование умения устанавливать обратную связь с собеседником
<p>Краткое обоснование актуальности практики</p>	<p>Современный спорт в силу своих специфических особенностей предъявляет разнообразные и высокие требования к психическим качествам, так как психоэмоциональная подготовка спортсмена не менее важна, чем тренировка физических качеств.</p> <p>Для большинства подростков, испытывающих трудности во взаимодействии со сверстниками, характерно отсутствие знаний о том, как общаться, и навыков конструктивного взаимодействия. Занятия спортом позволяют снизить уровень агрессивности у подростков за счет развития морально-волевой сферы,</p>

	<p>повышения уровня самоконтроля в поведении и деятельности, обуздания эмоциональных проявлений.</p> <p>Анализ социального состава учащихся групп отделения единоборств и волейбола ДЮСШ №6 показал следующие результаты: 70 % обучающихся из неполных семей, 40% обучающихся из малоимущих семей, 19% обучающихся имеют отклонения в поведении, из них 1% – состоят на учете в ПДН и ЗП, 8% – на внутришкольном учете общеобразовательных школ.</p> <p>Дети, имеющие отклонения в поведении – это учащиеся, занимающиеся в течение нескольких лет в секции, и чаще всего имеющие значительные результаты. Агрессию, конфликтность и негилизм они проявляют, как правило, в подростковом возрасте.</p> <p>Таким образом, агрессивность подростков, занимающихся спортом, является стимулом к победам в спорте. При этом следует учесть, что длительные занятия спортом могут привести к трансформации спортивной агрессии в некие жизненные установки, которые могут отразиться на социальной адаптации подростков в обществе.</p> <p>Наблюдения, анализ анкетирования детей и родителей, анализ социальных карт обучающихся групп отделения единоборств и волейбола подтолкнули нас к созданию серии компетентностных коммуникативных тренингов, ориентированных на детей, имеющих отклонения в поведении, занимающихся в секциях единоборств и волейбола.</p> <p>Опираясь на возрастные особенности спортсменов подросткового возраста: значительное внимание к собственному внутреннему миру, погружение в себя, мечтательность, уход от реальности, опора на личное мнение (опыт), несогласие с мнением взрослых, большое количество негатива, самоуверенность, лживость, бурное проявление новых чувств (в связи с половым созреванием), нами разработан коммуникативный тренинг по трем блокам: «Секреты общения», «Справимся с агрессией вместе» и «Стоп конфликт».</p> <p>Адресат коммуникативного тренинга: учащиеся спортивной школы, имеющие отклонения в поведении</p>
<p>Методология практики</p>	<p>Современный спорт в силу своих</p>

	<p>специфических особенностей предъявляет разнообразные и высокие требования к психическим качествам, так как психоэмоциональная подготовка спортсмена не менее важна, чем тренировка физических качеств.</p> <p>Для большинства подростков, испытывающих трудности во взаимодействии со сверстниками, характерно отсутствие знаний о том, как общаться и навыков конструктивного взаимодействия. Занятия спортом позволяют снизить уровень агрессивности у подростков за счет развития морально-волевой сферы, повышения уровня самоконтроля в поведении и деятельности, обуздания эмоциональных проявлений.</p> <p>Обучение опирается на следующие принципы:</p> <ol style="list-style-type: none">1. Принцип и правила максимальной активности. В процессе тренинга дети должны вовлекаться в специально организованные действия. Это может быть проигрывание той или иной ситуации, выполнение упражнений, наблюдение за поведением других, обсуждение своих и чужих действий. Принцип активности, в частности, опирается на известную из области экспериментальной психологии идею: человек усваивает 10% того, что слышит, 50% того, что видит, 70% того, что проговаривает, и 90% того, что делает сам.2. Общение по принципу «здесь и теперь». На тренинге дети общаются «здесь и теперь», т. е. обсуждают только то, что делается и говорится во время занятий. Считается, что таким образом уменьшается влияние психологической защиты и поддерживается психологическая безопасность.3. Принцип и правило персонификации высказываний. Все высказывания должны строиться с использованием личных местоимений единственного числа: «я чувствую...», «мне кажется...», «я считаю...». Это важно, так как напрямую связано с одной из задач тренинга – научиться брать ответственность на себя и принимать себя таким, какой есть.4. Принцип творческой позиции. Правило отсутствия критики и безоценочности высказываний. В целях создания условий для творческой активности любая критика на тренинге должна быть сведена к минимуму и касаться только конкретного высказывания или поведения, а не
--	---

	<p>личности.</p> <p>5. Принцип партнерского общения. Партнерским общением является такое, при котором учитываются особенности каждого участника, его чувства, эмоции, переживания, создавая в группе атмосферу безопасности, доверия, открытости.</p> <p>6. Принцип объективности. Правило обратной связи.</p> <p>Важнейшие моменты тренинга – осознание детьми мотивов своего поведения, переход от импульсивных действий к сознательной саморегуляции. Именно это позволяет ребенку не только на тренинге, но и в дальнейшем управлять своим внешним поведением и собственным внутренним миром. Поэтому так важны обсуждения всего, что происходит в группе.</p> <p>7. Правило строгой конфиденциальности и доверительности общения.</p> <p>8. Искренность и открытость.</p> <p>Уже эти процедуры, создающие особые условия начавшегося взаимодействия, их игровой характер позволяют отчасти снять естественное напряжение и тревогу детей. Нормы тренинговой группы создают особый психологический климат. Дети, осознавая это, начинают сами следить за соблюдением групповых норм.</p> <p>Оптимальное количество детей в группе – 10-15 человек.</p> <p>В методической разработке серии тренинговых занятий содержится несколько тренинговых упражнений, что позволяет разделить одно занятие на несколько частей и проводить их поэтапно, занимая 15-20 минут тренировочного времени. Продолжительность тренинга по каждой тематике должна быть не менее 3-х дней.</p> <p>Критерии оценки результатов и способы их определения:</p> <ul style="list-style-type: none">- эмоциональное благополучие в коллективе;- доброжелательные отношения с окружающими;- умение подростков выбирать адекватные способы общения с окружающими и реализовывать полученные знания и умения в процессе взаимодействия;- способность к взаимодействию со сверстниками, взрослыми (умение устанавливать взаимодействие, согласовывать и координировать деятельность с другими ее участниками, объективно оценивать свой вклад в решение общих задач коллектива, включаться в различное
--	--

	<p>ролевое поведение);</p> <ul style="list-style-type: none"> - отсутствие пропусков подростками занятий без уважительной причины; - активное взаимодействие подростков в ходе занятий; - положительные отзывы детей в анкете обратной связи; - отсутствие жалоб окружающих на негативное поведение подростков
<p>Ожидаемый результат (какие компетенции формируем, что имеем на выходе и т.д.)</p>	<p><u>Ожидаемые результаты:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - сформированность у детей и подростков способностей анализировать личностные особенности партнера по общению; - сформированные практические навыки по применению правил позитивного мышления; - сформированное умение устанавливать обратную связь с собеседником; - умение организовать собственную адекватную деятельность по выполнению сложных задач; умение работать в команде; - достижение нормы количественного показателя индекса враждебности – $6-7 \pm 3$, индекса агрессивности – 21 ± 4
<p>Продолжительность реализации практики</p>	<p>3 года</p>
<p>Материально-техническое оснащение: помещение; оборудование, непосредственно задействованное в процессе; расходные материалы; учебно-методические материалы</p>	<p><u>Материальный ресурс:</u></p> <p>Оборудование для тренинга №1: стулья, писчая бумага, фломастеры (карандаши или ручки) на каждого, спичечные коробки 2 шт, цветная бумага, картинка, кнопки, бланк «Бинго», музыкальный центр, диск, бумага с цифрами от 1 до 10, бланки анкеты «Умеете ли вы контролировать себя», карточки с правилами ведения беседы и дискуссии.</p> <p>Оборудование для тренинга №2: стулья, писчая бумага, фломастеры (карандаши или ручки) на каждого, воздушные шарики, доска, мел, таблички с названиями к упражнению.</p> <p>Оборудование для тренинга №3: стулья, писчая бумага, фломастеры (карандаши или ручки) на каждого, музыкальный центр, диск.</p> <p><u>Информационные ресурсы:</u></p> <p>1. Ашкинази А.С., Маришук В.Л. и др. «Сравнительная характеристика агрессии и агрессивности у единоборцев, спортсменов других специализаций и неспортсменов» // Материалы 8-го Международного конгресса «Современный олимпийский спорт и спорт для всех». Т.1. Алматы: Мин. обр. и науки Республики Казахстан,</p>

	<p>казахская академия спорта и туризма, 2004. С.160-162.</p> <p>2. Агрессия/ Бэрн Р., Ричардсон Д. – СПб, Питер, 2000 – 352 с.</p> <p>3. Агрессия в спорте/ Сафонов В.К – СПб, Изд-во СПб ГУ, 2003 – 157 с.</p> <p>4. Агрессия как фактор адаптации подростков, занимающихся спортом/ Платонова З.Н. – «Спортивный психолог» № 3 (28) 2009 г.</p> <p>5. Психология спорта/ Ильин Е.П. – СПб, Питер, 2008 - 352 с.</p> <p>6. Портал Центр спортивной психологии www.psports.ru Статья «Агрессия в спорте» Сысоева О. 07.06.2010</p> <p>7. Социология физической культуры и спорта: Учеб.пособие Лубышева Л.И. – Москва, Издательский центр «Академия», 2001 – 240 с.</p> <p>8. Социология спорта: учебно-методическое пособие/ Захаров М.А. – 2-е изд., перераб. и доп. – Смоленск, СГАФКСТ, 2008 – 216 с.</p> <p>9. Вяткин, Б.А. Интегральная индивидуальность человека в спорте: познание, проявление, развитие / Б.А. Вяткин. – Пермь, 1999.</p> <p>10. Гогонов, Е.Н. Психология физического воспитания и спорта / Е.Н. Гогонов, Б.И. Мартыанов. – М.: Академия, 2003. – 288 с.</p> <p>11. Гогонов, Ф.Н. Психология: учеб. пособие / Ф.Н. Гогонов. – М.: Просвещение, 1976. – 240</p> <p>12. Зимин, П.П. Воля и ее воспитание у подростков / П.П. Зимин. – Ташкент, 1985. –382</p> <p>13. Иванников, В.А. Проблема воли: история и современность / В.А. Иванников // Проблемы психологии воли. – Рязань, 1991. – 199 с.</p> <p>15. Калинин, В.К. На путях построения теории воли / В.К. Калинин // Психологический журнал. – 1989. – № 2.</p> <p>16. Калинин, В.К. Эмоционально-волевая регуляция поведения и деятельности / В.К. Калинин. – Симферополь, 1983. – С. 175-181</p>
<p>Необходимый уровень подготовки педагогов: количество задействованных педагогов и/или иных специалистов; необходимый уровень подготовки, компетенций и навыков педагогических и/или иных работников</p>	<p><u>Кадровый ресурс</u>: заместитель директора по УВР, 5 тренеров-преподавателей, инструктор-методист, педагог-психолог, социальный педагог. Составляющие в профессиональной компетентности педагога, участвующего в реализации тренинговой программы: - специальная профкомпетентность, которая характеризует владение деятельностью на высоком профессиональном уровне и включает не только наличие специальных знаний о</p>

	<p>психологических особенностях ребенка с отклонением в поведении, но и умение применить эти знания на практике;</p> <ul style="list-style-type: none"> - социальная профкомпетентность характеризует владение способами совместной профессиональной деятельности и сотрудничества, приемами профессионального общения с детьми, оказавшимися в трудной жизненной ситуации; - личностная профкомпетентность характеризует владение способами самовыражения и саморазвития, способность планировать свою профессиональную деятельность в условиях осуществления обучения и воспитания ребенка, имеющего отклонения в поведении, самостоятельно принимать решения, способствующие успешной социализации. <p>Требования к квалификации тренеров-преподавателей: высшее педагогическое образование физкультурно-спортивной направленности, среднее специальное образование физкультурно-спортивной направленности.</p> <p>Требования к квалификации инструктора-методиста: высшее педагогическое образование физкультурно-спортивной направленности</p>
<p>Личностные достижения педагога</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. МАУДО ДЮСШ №6 включено в: Национальный реестр «Ведущие образовательные учреждения России», в Книгу почета Всероссийского реестра организаций, предприятий, учреждений, индивидуальных предпринимателей, активно участвующих в социально-экономическом развитии субъектов Федерации и муниципальных образований за 2017, 2018 и 2019 годы. 2. Региональная рейтинговая оценка организаций дополнительного образования в 2015-2017 учебном году (2 место). 3. Рейтинговая оценка муниципальных организаций дополнительного образования физкультурно-спортивной направленности 2018 г. (3 место). 4. Конкурс методических материалов в номинации «Методическое пособие», 1 место (Безрукова О.П.), 2018 г. 5. Муниципальный этап конкурса «Спорт-альтернатива пагубным привычкам», 1 и 2 место (Груздева И.Ю.), 2018 г. 6. Региональный конкурс компетентностных тренингов, ориентированных на детей,

	оказавшихся в трудной жизненной ситуации (Безрукова О.П., Комиссарова Т.Н., Пузиков В.В., Рязанов С.А., Насонкин В.А., Мещеряков С.Н.(сертификат участников), 2019 г.
Перспективы практики	<ul style="list-style-type: none"> - Разработка программы индивидуальной коррекции агрессивного поведения детей и подростков, занимающихся спортом; - распространение опыта тренинговой работы с детьми и подростками, занимающимися спортом; - сетевое взаимодействие с психологическими и медицинскими центрами в целях привлечения квалифицированных специалистов и расширения образовательного пространства; - создание и реализация обучающей программы для тренеров-преподавателей по проведению тренингов с детьми, имеющими отклонения в поведении
Алгоритм действий при реализации практики	<p><u>1. Подготовительный этап:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - анкетирование родителей (законных представителей) детей; - организация и проведение семинара для специалистов – участников тренингов; - освещение информации о тренинге на официальном сайте ДЮСШ; - мониторинг уровня толерантности, тревожности и конфликтности; - составление индивидуальных маршрутов для детей, имеющих отклонения в поведении. <p><u>2. Основная часть:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - организация и проведение коммуникативных тренингов; - проведение спортивно-массовых и досуговых мероприятий согласно плану; - организация и проведение круглого стола для специалистов – участников тренинга; - подбор и анализ информации для издания сборника и обобщения информации о тренинге. <p><u>3. Заключительный этап:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - мониторинг уровня толерантности, тревожности и конфликтности; - семинар для специалистов тренинга; - анкетирование родителей и учащихся по итогам реализации тренинга; - корректировка тренинговой программы в соответствии с результатами реализации тренинга
Степень сложности реализации практики (от 1 до 10 баллов)	10 баллов
Проблемные зоны, риски, открытые вопросы	При проведении тренингов с детьми, имеющими отклонения в поведении, педагоги столкнулись с

	<p>рядом трудностей.</p> <p>Порицание, указание на ошибку могут вызвать смущение, огорчение, агрессию и негативное поведение детей. Похвала у одного вызывает бурную радость, а у другого наряду с удовлетворением возникает чувство смущения. Ребенок не обучен сопереживанию в новых для него условиях. Ведущий должен развивать нравственные качества у детей в группе.</p> <p>Поведение участников тренинга, занятых решением конкретной задачи или оказанием поддержки, может либо способствовать развитию группы, либо затруднять его. Примерами подобного поведения могут быть самоустранение от работы, критиканство, прерывание разговора, стремление к самоутверждению, внесение неуместных предложений. При проведении групповой работы следует обратить внимание на особенности взаимодействия между участниками, которые могут спровоцировать появление трудностей.</p> <p>Споры и ссоры являются очень важной частью межличностного общения, в связи с этим они могут присутствовать и в групповой работе. Для уменьшения агрессивности во время спора или ссоры можно применять различные психологические техники (техника мозгового штурма, релаксация).</p> <p>Нарушение границ доверительных отношений – вся групповая работа основана на доверительных отношениях, в частности, на убеждении, что никто из группы за ее пределами не расскажет о том, что происходит на занятии. Без этого самораскрытие невозможно. Для тревожных и мнительных детей группа должна стать надежным местом, где все секреты под охраной. Поэтому, принимая нормы и правила поведения, необходимо обязательно уделить внимание вопросам доверия: обсудить аспекты конфиденциальности, обозначить ее границы.</p> <p>В коллективе могут возникать своеобразные содружества или группировки. Они могут оказаться полезными, если способствуют достижению общих целей. Например, взаимная поддержка двух робких, психологически зажатых участников поначалу может служить защитой от давления извне, вынуждающего их делать то, к чему они еще не готовы. Однако дружеские связи могут тормозить коммуникативные процессы в</p>
--	---

	<p>группе из-за возникающей путаницы во взаимоотношениях и боязни разгласить конфиденциальную информацию. Союзники склонны во всем соглашаться между собой, они то и дело обмениваются понимающими взглядами, вступаются друг за друга. В таких условиях открытое выражение чувств подавляется, нормы терапевтического общения не соблюдаются, а изменение и развитие личности встречает сопротивление. Те, кто не допущен в группировку, чувствуют себя в некотором роде аутсайдерами, и сплоченности группы тем самым наносится урон. Создать сплоченность, преодолеть соперничество и раскол помогают задачи, которые требуют объединения и совместной работы всех участников тренинга. Важно использовать группировки для устранения барьеров в общении между детьми, а не пытаться их расколоть</p>									
<p>Уровень удовлетворенности и заинтересованности родителей</p>	<p>100%</p>									
<p>Результативность реализации практики</p>	<p>Опыт применения коммуникативных компетентностных тренингов на тренировочных занятиях был реализован впервые.</p> <p>По итогам реализации мы провели промежуточный анализ: педагогическое наблюдение, анкетирование родителей учащихся и апробировали тест Басса-Дарки на начальных этапах проведения тренингов.</p> <p>Результаты наблюдения и анкетирования показали положительную динамику уровня толерантности, снижение уровня тревожности и конфликтности.</p> <p>Родители детей, испытывающих высокий уровень тревожности и конфликтности, в анкетах отметили снижение жалоб со стороны классного руководителя и учащихся класса.</p> <p>Тренеры-преподаватели отмечают рост коллективизма и способности к взаимодействию со сверстниками и взрослыми.</p> <p>При проведении исследования по тесту Басса-Дарки были получены следующие результаты.</p> <p>Спортсмены, занимающиеся рукопашным боем</p> <table border="1" data-bbox="775 1877 1482 2069"> <thead> <tr> <th data-bbox="775 1877 1031 1989">Ф.И.О.</th> <th data-bbox="1031 1877 1257 1989">Индекс агрессивности</th> <th data-bbox="1257 1877 1482 1989">Индекс враждебности</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td data-bbox="775 1989 1031 2024">Николай</td> <td data-bbox="1031 1989 1257 2024">23</td> <td data-bbox="1257 1989 1482 2024">7</td> </tr> <tr> <td data-bbox="775 2024 1031 2069">Александр П.</td> <td data-bbox="1031 2024 1257 2069">22</td> <td data-bbox="1257 2024 1482 2069">9</td> </tr> </tbody> </table>	Ф.И.О.	Индекс агрессивности	Индекс враждебности	Николай	23	7	Александр П.	22	9
Ф.И.О.	Индекс агрессивности	Индекс враждебности								
Николай	23	7								
Александр П.	22	9								

	Алексей Д.	23	9
	Виталий	22	8
	Александр К.	20	10
	Константин	21	7
	Валерий	24	8
	Алексей В.	24	10
	Павел	20	8
	Александр В.	21	8
	Среднее арифметическое	20,9	8,4
Спортсмены, занимающиеся дзюдо			
	Ф.И.О.	Индекс агрессивности	Индекс враждебности
	Николай	23	8
	Александр П.	20	7
	Алексей Д.	23	7
	Виталий	20	8
	Александр К.	20	8
	Константин	21	8
	Валерий	24	7
	Алексей В.	24	8
	Павел	20	8
	Александр В.	21	7
	Среднее арифметическое	19,9	7,1
Спортсмены, занимающиеся волейболом			
	Ф.И.О.	Индекс агрессивности	Индекс враждебности
	Константин	23	8
	Дмитрий	22	9
	Александр	23	10
	Герман	20	8
	Виталий	21	10
	Алексей	21	7
	Павел	24	8
	Станислав	24	10
	Вячеслав	20	8
	Игорь	21	8
	Среднее арифметическое	21,9	8,5
<p>По ответам детей, занимающихся рукопашным боем, дзюдо и волейболом мы узнали у каждого испытуемого индекс агрессивности и индекс враждебности. Далее были вычислены средние показатели индексов в каждой из групп занимающихся. Нормой индекса</p>			

	<p>враждебности является величина: $6-7 \pm 3$.</p> <p>У спортсменов, занимающихся рукопашным боем, индекс враждебности составляет 8,4; у детей, занимающихся дзюдо 7,1; а у спортсменов, занимающихся волейболом 8,5.</p> <p>Нормой агрессивности является величина ее индекса, равная 21 ± 4. У группы учащихся, занимающихся рукопашным боем, среднее арифметическое составляет 20,9; у спортсменов-дзюдоистов – 19,9; а у детей, занимающихся волейболом – 21,9.</p> <p>Таким образом, по тестированию Басса-Дарки можно сделать вывод, что спортсмены-волейболисты более агрессивны, нежели спортсмены-борцы. Причем более агрессивны учащиеся, занимающиеся рукопашным боем. В свою очередь агрессивность у всех детей не превышает норму индекса.</p> <p>Тест Басса-Дарки будет проведен повторно в мае. Результаты теста позволят судить об изменениях в индексе агрессии и враждебности</p>
--	--

Руководитель образовательной организации

(подпись)

А.П. Николаев

(расшифровка подписи)