



Государственное профессиональное образовательное
автономное учреждение Ярославской области

Ярославский педагогический колледж

**Сборник
методических разработок занятий в объединениях
дополнительного образования «Мой Выбор»**

Ярославль

2020

СОСТАВИТЕЛЬ:

Герасимова А.В., методист ГПОАУ ЯО Ярославского педагогического колледжа

РЕДАКТОРЫ:

Лунева Е.С., кандидат педагогических наук, методист ГПОАУ ЯО Ярославского педагогического колледжа

Семенова М.Ф., заместитель директора по дополнительному образованию ГПОАУ ЯО Ярославского педагогического колледжа

Сборник составлен на основе работ, представленных на областной смотр-конкурс технического творчества, посвященного празднованию 80-летия Центра детско-юношеского технического творчества. В сборник включены методические разработки занятий в объединениях дополнительного образования Центра дополнительного образования «Мой выбор» государственного профессионального образовательного автономного учреждения Ярославской области Ярославского педагогического колледжа.

Материалы сборника представляют практическую ценность и адресованы педагогам дополнительного образования, педагогам-психологам, социальным педагогам образовательных организаций.

© ГПОАУ ЯО Ярославский педагогический колледж, 2020

© Авторы методических разработок, 2020

СОДЕРЖАНИЕ

Блохина Н.В.	
Конспект занятия по теме: "Цветы из ткани" в объединении дополнительного образования «Театр моды»	5
Денисова И.В.	
Методическая разработка занятия "Техника покрытия столов скатертью. Столовое белье: скатерти, салфетки (виды, способы складывания салфеток)" в объединении дополнительного образования «Дизайн стола»	8
Захарова Е.А.	
Проект учебного занятия «Лепка изделия (сосуда, колокольчика) жгутовым способом» в объединении дополнительного образования «Декоративно-прикладное искусство»	22
Карпова Ю.А.	
Технологическая карта занятия «Развитие коммуникативных навыков и доброжелательного отношения друг к другу» в объединении дополнительного образования «Человек среди людей»	35
Кудрявцева Е.В.	
План - конспект занятия по теме «Редактор материалов. Основы наложения материала» в объединении дополнительного образования «Мир 3-D графики»	40
Лаврентьева Л.В.	
Конспект занятия по теме «Что такое семья?» в объединении дополнительного образования «Учимся жить»	43
Нарышкина Г.Л.	
Конспект занятия по теме «Способы укладки волос: холодная укладка волос, укладка волос при помощи бигуди, воздушная укладка, горячая укладка» в объединении дополнительного образования «Золотой локон»	49
Пудова Ж.В.	
Конспект «Занятие на развитие навыков снятия душевного напряжения безопасным способом» в объединении дополнительного образования «Вместе мы сила»	56
Силина Т.А.	
Конспект занятия по теме: «Активное и пассивное слушание» в объединении дополнительного образования «Человек среди людей»	61

Смирнова Т.М.	
Конспект занятия на тему «Макаронные изделия» в объединении дополнительного образования «Основы товароведения и технологии торговли»	73
Хазова С.В.	
План-конспект занятия «Обучение технике верхней прямой подачи» в объединении дополнительного образования «Волейбол»	86
Чепцова Н.А.	
План-конспект занятия на тему «Невербальное общение. Средства невербального общения» в объединении дополнительного образования «Человек среди людей»	91
Сведения об авторах	96

КОНСПЕКТ ЗАНЯТИЯ В ОБЪЕДИНЕНИИ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ «ТЕАТР МОДЫ»

БЛОХИНА Н.В.

*педагог дополнительного образования
объединения «Театр моды»*

Тема: "Цветы из ткани"

Художественно - декоративное оформление костюма.

Цель занятия: создать условия для личной самореализации каждого обучающегося в процессе изучения темы "Цветы из ткани".

Задачи занятия

Образовательные: овладение различными видами предметной деятельности, расширение познавательной сферы обучающихся через знакомство с новым видом творчества, закрепление знаний по правилам техники безопасности при работе с ножницами, иглками; выполнение цветка из ткани (атласной ленты); формирование способностей творчески и со вкусом подходить к художественно-декоративному оформлению костюма.

Развивающие: формирование способностей к самостоятельному построению новых способов действий (саморазвитию); развитию логического мышления, через использование проблемных вопросов и заданий; формирование навыков работы с тканью, ножницами, иглой; развитие рефлексивных умений, посредством самоанализа собственных достижений.

Воспитательные: воспитание уважительного и бережного отношения к труду и положительного отношения друг к другу; формирование способностей к преодолению трудностей; развитие у обучающихся чувства собственного достоинства и эстетического вкуса; развитие умения ориентироваться в социальной среде.

Рабочие материалы: ткань (лента атласная), иглы, ножницы, нитки, фетр, крепление для броши.

Материалы и оборудование: инструкционные карты выполнения цветка, образцы цветка.

Этапы работы

1.Организационный момент:

Деятельность педагога – установление взаимодействия между

всеми субъектами на занятии; мотивация учебной деятельности.

Цель педагога: создать благоприятную психологическую атмосферу на занятии, а также включить всех обучающихся в работу.

Метод организации работы – объяснительно-иллюстрированный.

Формы организации работы: фронтальная, индивидуальная.

2.Актуализация:

Методы организации работы: проблемные вопросы и задания, рассказ педагога с элементами беседы.

Формы организации работы: индивидуальная, фронтальная.

Вводное слово педагога: «Свою любимую модель несложно превратить в потрясающий выходной наряд при помощи фантастических роз – эти элегантные виды отделки способны превратить обыденное платье в необыкновенное, простую линию в изысканную. Розы из ткани (лент) – одно из восхитительных, но при этом простых в изготовлении декоративных элементов. Цветок из ткани (лент) может быть отдельным элементом (аксессуаром) на одежде, броши, шляпке, сумке, обуви или составной частью композиции из цветов».

3.Объяснение нового материала.

Цель для обучающихся: изучить в процессе практического сравнения понятия: «цвет», «симметрия», «размер» и совершенствовать умение слушать и слышать педагога в процессе выполнения индивидуального задания.

Цель педагога: познакомить обучающихся с понятиями «художественно - декоративное оформление костюма» и «аксессуар» и развить у обучающихся знания посредством выполнения заданий, связанных со сравнением, анализом, обобщением.

Мотивация учебной активности обучающихся: смена видов деятельности, использование различных педагогических технологий, создание условий для личной самореализации обучающихся через возможность высказывать собственное мнение по обсуждаемым вопросам, новым материалам.

Слова педагога: "Художественно-декоративное оформление костюма очень разнообразно и зависит от предназначения костюма, стиля, моды. Сегодня мы будем выполнять цветок из атласной ленты

(розу), которую можно использовать для декорирования и можно её исполнить как съёмный элемент костюма, сумки, шляпки и др. Предлагаю обратиться к рассмотрению образцов работ".

4.Закрепление учебного материала. Практическая работа.

Цель для обучающихся: способствовать формированию интереса к творчеству в процессе индивидуальной работы, собственных знаний по данному вопросу и умений аргументированно выражать собственное мнение.

Цель для педагога: проверить первичный уровень усвоения обучающимися новых знаний, способствовать повышению мотивации обучающихся к закреплению нового материала по средствам применения различных методических приемов.

Методы организации работы: использование проблемных вопросов и заданий; индивидуальная практическая работа.

Методы мотивирования учебной активности обучающихся – смена видов деятельности.

Презентация.

Порядок выполнения работы:

1.Техника безопасности работы с ножницами, иголками, нитками и т.д.

2.Отрезаем необходимое количество атласной ленты.

3.Обжигаем края (чтобы не осыпался край).

4.Вырезаем из фетра основу для цветка.

5.Складываем ленту определенным образом и фиксируем с помощью нити, закрепляем (формируем "лепестки").

6.После формирования цветка прикрепляем его к основе из фетра.

7.Прикрепляем цветок к креплению для броши.

В процессе работы педагог оказывает необходимую помощь.

5.Подведение итогов урока. Рефлексия.

Цель обучающихся: определить уровень собственных достижений и затруднений по изучаемой теме, выстроить свою индивидуальную траекторию развития по изучаемой теме.

Цель педагога: подвести итоги занятия, построив траекторию дальнейшей работы по освоению новой темы для каждого обучающегося.

Педагог организует мини экспозицию на столе. Обучающиеся

оценивают свои работы и работы других обучающихся, делятся впечатлениями.

**МЕТОДИЧЕСКАЯ РАЗРАБОТКА ЗАНЯТИЯ "ТЕХНИКА ПОКРЫТИЯ
СТОЛОВ СКАТЕРТЬЮ. СТОЛОВОЕ БЕЛЬЕ: СКАТЕРТИ, САЛФЕТКИ
(ВИДЫ, СПОСОБЫ СКЛАДЫВАНИЯ САЛФЕТОК)"**

ДЕНИСОВА И.В.

*педагог дополнительного образования
объединения «Дизайн стола»*

План проведения занятия

1. Организационный этап:

- Формулировка темы, целей занятия.
- Мотивационный момент.
- Актуализация знаний обучающихся

2. Формирование новых знаний и умений:

- Рассказ о предстоящем практическом занятии.
- Показ педагогом приёмов по технике покрытия столов скатертью, замене скатерти (видам столового белья) и способам складывания салфеток.
 - Этап реализации технологического процесса обучающимися (выполнение практического занятия).
 - Целевые обходы педагога (соблюдение правил покрытия столов скатертью, замена скатерти и способы складывания салфеток).

3. Подведение итогов:

- Подведение итогов практического занятия.
- Анализ деятельности обучающихся (карты логического мышления, фронтальный опрос, наблюдения за ходом работы, контроль усвоения навыков профессиональной деятельности).
 - Рефлексия (чему научились на уроке, что понравилось больше всего).

Ход занятия:

1. Организационная часть (присутствующие и отсутствующие обучающиеся).

Презентация (Приложение 1).

Слайд 1 Название презентации

Слайд 2 Название модуля: «Столовая мебель и бельё».

Слайд 3 Тема занятия: «Техника покрытия столов скатертью, замена скатерти. Столовое бельё: скатерти, салфетки (виды, способы складывания салфеток)».

Слайд 4 Цели занятия:

1. *Образовательные* – сформировать умения и отработать навыки по технике покрытия столов скатертью, замене скатерти и способам складывания салфеток.

2. *Воспитательные* – воспитать качества личности (честность, добросовестность, аккуратность, эстетичность), целеустремленность в овладении основами профессионального мастерства.

3. *Развивающие* – развивать навыки современного использования столового белья при сервировке стола; творческого отношения к изучению учебного материала; познавательную и мыслительную деятельность, профессиональные умения, самостоятельность обучающихся; аналитические умения, коммуникативные способности, нравственные качества, необходимые при работе в коллективе.

Актуализация опорных знаний:

Цель: подготовить обучающихся к восприятию нового материала.
Обобщение знаний, умений по ранее изученной теме.

Слайд 5 Методика «Вопрос-ответ»

1. Принципы выбора мебели в ресторане?
2. Варианты расстановки мебели
3. Подбор мебели для кафе или ресторана?
4. Что означает сервировать стол?
5. Что лежит на столах в ресторане?

Формирование новых знаний и умений

Рассказ педагога о предстоящем практическом занятии.

Слайд 6 К столовому белью, которым пользуются все участники застолья, относятся скатерти и салфетки.

Слайд 7 Виды и назначение столового белья.

Слайд 8 Классический материал для скатертей – лён и хлопчатобумажная ткань. Существует множество скатертей и из синтетических волокон.

Слайд 9 Размер скатерти зависит от размера стола:

Для квадратного стола: 100 х 100 см или 150 х 150 см.

Для прямоугольного стола: 130 х 160 см – 180 х 210 см.

Для круглого стола: 160 х 160 см.

Слайд 10 Скатерти – чистые, хорошо проглаженные и аккуратно постеленные придают столу праздничный, торжественный вид. Скатерти бывают разными: однотонными и цветными.

Слайд 11 С простым или сложным орнаментом, украшенные узорами или вышивкой.

Слайд 12 Правда, есть здесь свои традиции: для торжественных случаев рекомендуются белоснежные, слегка подкрахмаленные скатерти, а для чайного стола – цветные.

Слайд 13 При выборе скатерти учитывают и психологию цвета:

- красные и жёлтые тона – приветливы,
- синие и зеленые – напротив, холодноваты и сдержанны,
- пёстрые набивные скатерти создают атмосферу радости в детский день рождения,
- затейливо вышитые скатерти создают настроение (например, на Пасху или Рождество).

Слайд 14 Для торжеств, посвящённых определённым праздникам, можно использовать тематическое столовое бельё.

Слайд 15 Сет – альтернатива скатерти; небольшая подставка или подложка для посуды размером не менее 30 х 40 см. Может быть выполнен из дерева, ткани, пластмассы, бумаги и т.д.

Слайд 16 Скатерти должны быть правильно постланы на столе, причем средняя складка должна совпадать с серединой стола. Хорошо выглаженную скатерть берут двумя руками по ширине, резко встряхивают над поверхностью стола и, опустив на стол, протягивают ее на себя. Образовавшаяся при встряхивании между столом и скатертью воздушная прослойка позволяет легко сдвигать скатерть в нужном направлении, чтобы ее центральная складка легла строго по центру стола. Желательно при этом, чтобы концы скатерти свисали равномерно со всех сторон примерно на 25-30 см: если скатерть будет

свисать ниже, то будет мешать сидящим за столом, а если выше – то будет смотреться не эстетично. Кроме того, это очень неудобно, т.к. она может сдвигаться. Каждый угол скатерти должен опускаться строго против ножек стола и закрывать их. Для того, чтобы во время еды не слышно было стука посуды и приборов, под скатерть подстилают плотную фланелевую ткань.

Слайд 17 Непременная деталь при сервировке стола – салфетки. Ведь без салфетки невозможно соблюсти чистоту и опрятность за столом. А, кроме того, хорошо отглаженная и красиво сложенная салфетка еще и украшает стол.

Слайд 18 В настоящее время для сервировки стола используют два вида салфеток — тканевые и бумажные.

Тканевыми салфетками, как правило, губы не вытирают: их кладут на колени. В этом случае на стол ставят бумажные салфетки.

Иногда, на торжественных приемах сервируют только тканевыми салфетками. Тогда их используют и для защиты одежды, и для вытирания губ.

Слайд 19 Салфетки должны быть или в тон скатерти, или контрастировать с ней.

Слайд 20 В зависимости от назначения салфетки подразделяют на столовые и чайные. Столовые салфетки размером 40 x 40 см необходимы за столом практически во всех случаях и только для сервировки стола к чаю рекомендуются, так называемые, чайные салфетки размером 32 x 32 см или 35 x 35 см, преимущественно цветные.

Слайд 21 Бумажные салфетки обычно предварительно свертывают треугольником, кладут по 8 - 10 шт. в салфетницы и ставят на стол. Бумажной салфеткой можно пользоваться только один раз, после чего ее нужно легонько скатать в шарик и положить под борт тарелки, а после еды – на тарелку вместе с использованными приборами.

Слайд 22 Салфетка может быть самой простой, а может быть изысканной и элегантной, большой или миниатюрной, яркой или однотонной. Именно эта деталь сервировки задает стиль всему столу.

Существует много способов сворачивания салфеток, но рекомендуется, чтобы при сворачивании как можно меньше

прикасаться к ним руками, и чтобы в развернутом виде салфетка не выглядела слишком мятой. Кроме того, салфетка должна быть свернута так, чтобы ее легко было развернуть. При сервировке стола к небольшому празднику салфетки складывают простыми фигурами: треугольником, вчетверо, пополам, а для торжественного ужина или обеда – используют более сложные формы складывания салфеток. Свернутые салфетки кладут каждому гостю на закусочную тарелку.

Слайд 23 Выполнение упражнений по складыванию салфеток

Рассматриваем самые распространенные формы складывания салфеток в ресторанах и барах города и попробуем сложить салфетки разными способами. (Педагог показывает поэтапные действия по складыванию салфеток - обучающиеся повторяют за ним).

Салфетки высокими формами:

1. Парусник
2. Шатёр
3. Настольный веер

Салфетки низкими формами:

1. Пламя (лист, павлин)
2. Рубашка
3. Артишок

Слайд 24 - 26 Складывание салфеток высокими формами (Педагог оказывает помощь обучающимся при складывании салфеток).

Слайд 27 - 29 Складывание салфеток низкими формами (Педагог оказывает помощь обучающимся при складывании салфеток).

Слайд 30 Вопросы для закрепления:

1. Какие виды столового белья вы знаете?
2. Для чего служит наперон?
3. Какие виды салфеток вы знаете?
4. Какие ткани чаще используют для изготовления столового белья?

Слайд 31 Подведение итогов

Выставка сложенных салфеток на столе.

Выводы по занятию. Итак, сегодня мы узнали, какое место занимает столовое белье и, конечно же, салфетка в сервировке стола,

изучили основные правила накрытия стола скатертью, научились способам складывания салфеток высокими и низкими формами.

Библиографический список

1. Радченко Л.А. Обслуживание на предприятиях общественного питания: учебное пособие для колледжей, проф. училищ, лицеев [Текст] / Л.А. Радченко - Изд. 4-е перераб. и доп. - Ростов н/Д: Феникс, 2007. - 381 с.

2. Радченко Л.А. Организация производства на предприятиях общественного питания [Текст] / Л.А. Радченко - Изд. 12-е испр. и доп. - Ростов н/Д: Феникс, 2012. - 373 с.

Дополнительные источники:

1. Способы складывания салфеток [Электронный ресурс] – Режим доступа.<https://yandex.ru/video/search?text=%D1%84%D0%BE%D1%80%D0%BC%D1%8B%20%D1%81%D0%BA%D0%BB%D0%B0%D0%B4%D1%8B%D0%B2%D0%B0%D0%BD%D0%B8%D1%8F%20%D1%81%D0%B0%D0%BB%D1%84%D0%B57>.

2. Формы складывания салфеток [Электронный ресурс – Режим доступа.<https://yandex.ru/search/?lr=10840&clid=1923017&text=%D1%84%D0%BE%D1%80%D0%BC%D1%8B%20%D1%81%D0%BA%D0%BB%D0%B0%D0%B4%D1%8B%D0%B2%D0%B0%D0%BD%D0%B8%D1%8F%20%D1%81%D0%B0%D0%BB%D1%84%D0%B5%D1%82%D0%BE%D0%BA%20%D0%B2%20%D1%80%D0%B5%D1%81%D1%82%D0%BE%D1%80%D0%B0%D0%BD%D0%B5>

Приложение 1

ГПОУ ЯО Угличский индустриально – педагогический колледж

Практическое занятие

"Техника покрытия столов скатертью.

Столовое бельё: скатерти, салфетки
(виды, способы складывания салфеток)"

Разработала: педагог дополнительного образования Денисова И. В.
2019 год

Слайд 1

Слайд 2

Тема программы

Столовая мебель и бельё



Тема занятия:

"Техника покрытия столов скатертью.

. Столовое бельё: скатерти, салфетки
(виды, способы складывания
салфеток)"




Слайд 3

Слайд 4

Цели занятия

Сформировать умения и отработать
навыки по технике покрытия столов
скатертью и способам складывания
салфеток



Актуализация опорных знаний

1. Принципы выбора мебели в ресторане?
2. Варианты расстановки мебели?
3. Подбор мебели для кафе или ресторана?
4. Что означает сервировать стол?
5. Что лежит на столах в ресторане?



Слайд 5

Слайд 6



Столовое бельё



Виды и назначение столового белья



Слайд 7

Слайд 8

СКАТЕРТИ МАТЕРИАЛ

лён хлопок искусственные ткани
водоотталкивающие ткани



СКАТЕРТИ РАЗМЕР

Для квадратного стола: 100 x100 см или 150 x150 см
Для прямоугольного стола: 130 x160 см – 180 x210 см
Для круглого стола: 160 x160 см



Слайд 9

Слайд 10

Скатерти

Однотонные Цветные



Слайд 11

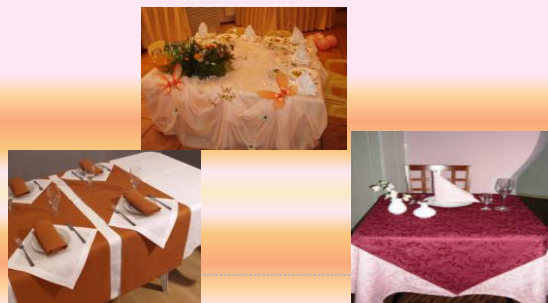
СКАТЕРТИ ЦВЕТ

Выбор цветовой гаммы при оформлении стола существенным образом определяет настроение и характер мероприятия.



Слайд 12

Для торжественных случаев рекомендуются белоснежные, слегка подкрахмаленные скатерти, а для чайного стола – цветные.



Выбор скатерти

На пёструю скатерть можно ставить только однотонную посуду.



При выборе скатерти учитывают и психологию цвета:
- красные и жёлтые тона – приветливы,
- синие и зеленые – напротив, холодноваты и сдержанны.

Пёстрые набивные скатерти создают атмосферу радости в детский день рождения.

Затейливо вышитые скатерти создают настроение (например на Пасху или Рождество).



Слайд 13

Слайд 14

Для торжеств, посвящённых определённым праздникам, можно использовать тематическое столовое бельё.



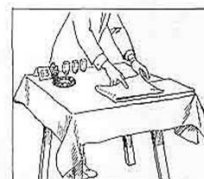
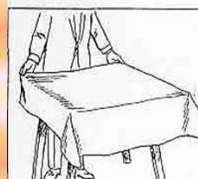
СЕТЫ

.....Сет – альтернатива скатерти; небольшая подставка или подложка для посуды размером не менее 30 x 40 см. Может быть выполнен из дерева, ткани, пластмассы, бумаги и т.д.



Слайд 15

Слайд 16



Слайд 17

Салфетки – обязательный предмет сервировки стола. Хорошо отглаженная и красиво сложенная салфетка украшает стол. Но главное, чтобы салфетки удобно и просто можно было свернуть, а в развёрнутом виде они не выглядели мятыми.



Слайд 18

Виды салфеток

- ▶ В настоящее время для сервировки стола используют два вида салфеток — тканевые и бумажные.
- ▶ Тканевыми салфетками, как правило, губы не вытирают: их кладут на колени. В этом случае на стол ставят бумажные салфетки.
- ▶ Иногда, на торжественных приемах сервируют только тканевыми салфетками. Тогда их используют и для защиты одежды, и для вытирания губ.



САЛФЕТКИ ЦВЕТ

Салфетки должны быть или в тон скатерти, или контрастировать с ней.



Слайд 19

САЛФЕТКИ РАЗМЕР



Салфетки размером 32х32 см или 35х35 см предназначены для сервировки завтраков, чайных и кофейных церемоний.

Салфетки размером 40х40 см используют для сервировки стола к обеду или к ужину.

Бумажные салфетки складывают по 10-12 штук в вазочки или салфетницы, ставят на стол из расчёта 1 ваза на 4 - 6 человек.

Бумажные салфетки не разрезают на части.



Слайд 22

Слайд 21



Практическое занятие

Складывание салфеток разными способами:

Высокими формами:

1. Парусник
2. Шатёр
3. Настольный веер

Низкими формами:

1. Пламя (лист, павлин)
2. Рубашка
3. Артишок

Слайд 23

Слайд 24



Парусник

1. Сложите квадратную салфетку по диагонали,
2. Основание скрутите трубочкой до половины.
3. Соедините края.

Слайд 25



Шатёр

1. Исходная форма салфетка сложена по горизонтали пополам (сгиб сверху).
2. Сложите салфетку треугольником (левый нижний угол совместите с правым нижним углом).
3. Правый угол полученного треугольника переложите влево.
4. Повторите действия п.2, после чего нижний правый угол переложите влево.
5. Правую половину треугольника загните влево и поставьте салфетку так, чтобы не морщились края.

Слайд 26



Настольный веер

1. Исходная форма салфетка сложена пополам лицевой стороной наружу (сгиб сверху). Три четверти ее длины соберите в «гармошку», загибая первую складку вниз.
2. Сложите полученную фигуру пополам, чтобы складки оказались снаружи с левой стороны, а не сложенная часть справа.
3. Возьмите салфетку в руку так, чтобы открытые концы складок смотрели вверх.
4. Сложите не сложенную часть салфетки по диагонали, чтобы получилась «подставка», как это показано на фото. После этого подоткните «подставку» между складками и поставьте салфетку на стол.




Пламя (лист, павлин)

1. Исходная форма салфетка сложена по диагонали.
2. Полученный треугольник сложите «гармошкой», оставляя небольшой треугольник сверху.
3. Вершиной закрепите «гармошку».
4. ... и сложите фигуру пополам.
5. Полученную фигуру можно закрепить кольцом или декоративными элементами.

Слайд 27

Слайд 28



Рубашка

1. Исходная форма салфетка сложена по диагонали.
2. Отогните вверх небольшую полоску ткани в основании треугольника и переверните салфетку лицевой стороной от себя.
3. Правый угол загните влево вниз, левый угол вправо вниз.
4. Расправьте уголки строго симметрично и отогните нижний край назад. «Рубашку» можно украсить бантиком или конфеткой.



Артишок

Салфетку положите изнаночной стороной вверх. Все ее четыре угла загните к центру.
Еще раз загните к центру все углы.
Переверните салфетку. Опять загните к центру все углы. Вытяните кончик салфетки, оказавшийся внутри четырехугольника.
Вытяните остальные кончики. Оставшиеся четыре уголка вытяните из под сложенной фигуры

Слайд 29

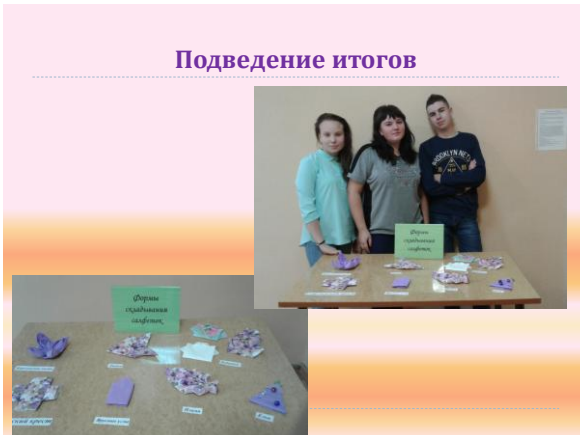
Слайд 30

Вопросы для закрепления:

1. Какие виды столового белья вы знаете?
2. Для чего служит наперон?
3. Какие виды салфеток вы знаете?
4. Какие ткани чаще используют для изготовления столового белья?



Подведение итогов



Слайд 31

**ПРОЕКТ ЗАНЯТИЯ «ЛЕПКА ИЗДЕЛИЯ (СОСУДА, КОЛОКОЛЬЧИКА)
ЖГУТОВЫМ СПОСОБОМ»**

ЗАХАРОВА Е.А.

*педагог дополнительного образования
объединения «Керамика»*

Проектирование занятия

1. Тема «Лепка изделия (сосуда, колокольчика) жгутовым способом». Практическое занятие «Лепка колокольчика». При изучении используются и закрепляются умения и знания, полученные при освоении предыдущих тем, формируются базовые знания и умения в создании декоративных изделий разными способами. Тема состоит из трех практических занятий: «Лепка колокольчика», «Роспись изделия пигментами и ангобами», «Глазурование и подготовка к обжигу изделия».

2. Цель (ожидаемый результат) практического занятия: выполнить оригинальное декоративное изделие в технике жгута.

3. Задачи

Образовательные: закрепить и систематизировать представления, обучающихся о различных способах, приемах лепки, выявить качество и уровень овладения знаниями и умениями, полученными на предыдущих занятиях, обобщить материал как систему знаний, освоить новый способ лепки – технику жгута, научиться пользоваться экструдером.

Развивающие: развивать творческое и критическое мышление, познавательный интерес, умение применять полученные знания и навыки при решении практических задач, сформировать коммуникативные способности при работе в группах.

Воспитательные: прививать культуру умственного труда, умения работать в группе, самостоятельно находить правильное решение поставленной цели воспитывать художественный вкус, эстетическое восприятие окружающего мира; создать условия для проявления творческой индивидуальности каждого обучающегося, развития его самооценки и реализации его личностных качеств.

4. Показатели (критерии) достижения цели:

1. Грамотно разработана композиция работы, с учетом технологических особенностей лепки.

2. Применены оригинальные идеи решения композиции.

3. Работа выполнена качественно, аккуратно.

4. Представлен анализ работы с описанием идеи композиции, художественного образа, указанием ошибок и трудностей, выводом.

5. Использованы дополнительные материалы и инструменты для создания декора.

5. Тип воспитательного процесса: продуктивный.

6. Тип практического занятия: совершенствования знаний, умений и навыков.

7. Формы организации деятельности: обучающихся на первой теоретической части занятия – фронтальная, на второй практической – работа в группах.

8. Методы и формы оценки образовательных результатов: наглядно-демонстрационный метод обучения, активные методы (работа в группах). Наблюдение и оценка выполнения практической работы, взаимооценка.

9. Формы и методы достижения целей: демонстрация обучающимся умений следовать алгоритму работы использовать оборудование для создания декоративного изделия; демонстрация обучающимся знаний основных требований к технологическому процессу создания изделия на форме.

10. Методы, технологии, методики, форма воспитательного занятия: по источнику изложения материала – словесные, наглядные; по характеру учебно-познавательной деятельности – объяснительно-иллюстративный, продуктивный; по степени осознанности восприятия учебного материала – активный.

11. Средства обучения.

Дидактический раздаточный материал: комплект заданий для выполнения практической работы (приложение 1), критерии оценки (приложение 2), методические указания и алгоритм ведения практической работы (приложение 3), ход занятия (приложение 4), интересные факты (приложение 5) последовательность выполнения работы (приложение 6).

Информационно коммуникативные технологии, технические средства обеспечения, расходные материалы. Электронный вариант методического пособия для практической работы «Лепка в жгутовой технике» [1].

Материалы и инструменты для работы на уроке (глина, струна, тряпочки, скалка, шликер, стеки, кисти, штампы, экструдер, стакан с водой, гипсовая болванка или другая основа, бумага для эскизов).

Таблица 1

Технологическая карта занятия

Этапы и временные рамки занятия	Цель этапа (ожидаемый результат)	Показатели достижения результата	Деятельность обучающихся (методы учения)	Формы организации деятельности обучающихся	Деятельность педагога (методы, приемы, способы предъявления материала обучающимся, формы контроля)
1. Организационный этап (2-3 минуты)	Сформировать готовность обучающихся к проведению занятия	Наличие обучающихся по списку учебной группы, готовность к занятию	Занимают места в учебной аудитории, готовят художественные принадлежности	Фронтальная	Приветствие, проверка присутствия обучающихся согласно списку учебной группы, контроль готовности к проведению занятия
2. Объявление темы занятия Постановка цели и задач мотивирование обучающихся (7 минут)	Пробудить интерес к теме занятия, направить к формулированию цели и задач занятия	Сформулированная цель занятия, постановка задач	Предлагают свои формулировки цели занятия	Фронтальная	Объяснить значение практического использования полученных умений и навыков в работе над созданием дизайн – продукт (Приложение 1)
3. Вводный инструктаж 4. Установление регламента (5 минут)	Определить основные этапы работы в группе	Готовность обучающихся к выполнению самостоятельной практической работы	Зрительное и слуховое восприятие информации	Фронтальная	Демонстрация наглядных пособий. Показ основных критериев оценки деятельности на занятии. (Приложение 3)

Таблица 1

Технологическая карта занятия

Этапы и временные рамки занятия	Цель этапа (ожидаемый результат)	Показатели достижения результата	Деятельность обучающихся (методы учения)	Формы организации деятельности обучающихся	Деятельность педагога (методы, приемы, способы предъявления материала обучающимся, формы контроля)
5. Мастер-класс (15 минут)	Определить алгоритм работы	Готовность обучающихся к выполнению самостоятельной практической работы	Зрительное и слуховое восприятие информации	Фронтальная	Демонстрация основных приемов лепки (Приложение 3)
6. Самостоятельная работа в группах (40 минут)	Сформировать навыки самостоятельной работы в группе для достижения общего результата	Выполнение творческой работы с применением основных способов и приемов жгутовой лепки	Самостоятельное выполнение задания, поиск способов решения проблемы и умение применить практические умения и навыки в нестандартной ситуации	Групповая	Наблюдение за выполнением самостоятельной работы, текущий инструктаж, консультации по ходу работы (Приложение 3)
7. Представление результатов самостоятельной работы. (10 минут)	Оценка полученных умений и навыков	Защита работ (изделий ДПИ). Способность обучающихся замечать ошибки и недочеты и анализировать их причины	Слушают замечания преподавателя и осуществляют взаимооценку работ	Групповая	Оценка работы обучающихся в группах, с учетом взаимооценки по критериям (Приложение 2)

Таблица 1

Технологическая карта занятия

Этапы и временные рамки занятия	Цель этапа (ожидаемый результат)	Показатели достижения результата	Деятельность обучающихся (методы учения)	Формы организации деятельности обучающихся	Деятельность педагога (методы, приемы, способы предъявления материала обучающимся, формы контроля)
8. Подведение итогов (3-4 минуты)	Проанализировать выполненные работы, на выявление типичных ошибок при выполнении задания	Оценки, выставленные по результатам выполнения работы	Слуховое восприятие Рефлексия	Фронтальная	Беседа (Приложение 2)
9. Задание на дом (1-2 минуты)	Озвучить краткую перспективу на следующее занятие.	Содержание домашнего задания понято всеми обучающимися	Слуховое восприятие, задают вопросы по выполнению домашнего задания	Фронтальная	Ставит задачу для самостоятельной работы. Определение и разъяснение домашнего задания
10. Уборка рабочих мест (5 минут)	Сформировать навыки самостоятельной работы	Выполнение работы	Демонстрируют практические навыки	Фронтальная	Наблюдение за выполнением самостоятельной работы

Библиографический список:

1. Жгутовая техника лепки мастер-класс изготовления поделок из глины для начинающих [Электронный ресурс]. – Режим доступа.– <https://sdelaisam.mirtesen.ru/blog/43710131754/ZHgutovaya>
2. Захарова Е. А. «Последовательность лепки изделия в жгутовой технике» - учебное пособие [Текст] / Е.А. Захарова – College/ server 1/ General/ керамика
3. Поверин А.И. Гончарное дело [Текст] / А.И. Поверин.– Изд: АСТ -Пресс: Хоббитека, 2016-160 с., ил.
4. Техника. Приемы. Изделия /Долорос Рос: пер. с нем. Ю. О. Бем.- М.: АСТ- ПРЕСС КНИГА, 2017.-144 с.: ил.- (энциклопедия)
5. Федотов Г. Я. Послушная глина: Основы художественного ремесла [Текст] / Г.Я. Федотов.– М.: АСТ-ПРЕСС, 2016-144 с.: ил
6. Чаварра Х. Ручная лепка [Текст] / Х.Чаварра.– М.: ООО «Издательство Астрель», 2013. - 64 с.: ил.- (Уроки керамики)

Дополнительные источники информации

1. Будейный М.А. Искусство керамики [Текст] / М.А. Будейный - М.: Профиздат,2009 - 104 с.:ил
2. Скотт. Мэрилин Керамика. Энциклопедия [Текст] / М. Скотт – изд. Арт-Родник, 2012 - 192 с.: ил.
3. Спиральная лепка из жгутов [Электронный ресурс]. – Режим доступа.- http://www.kefa.ru/article/kefa/you/spiralnaa_lepka_iz_ggutov.htm
4. Презентация из «Художественная керамика» [Электронный ресурс]. – Режим доступа.- <https://infourok.ru/urok-po-izo-hudozhestvennaya-keramika-1528347.html>
5. Техника лепки глины жгутами [Электронный ресурс]. – Режим доступа.- <http://www.premier.region35.ru/tehnika-lepki-gliny-zhgutami.dhtm>
6. Керамика азбука рукоделия [Электронный ресурс]. – Режим доступа.http://www.classpodelki.ru/publ/azbuka_rukodelija/keramika/ke...ka_urok_8/44-1-0-389

Приложение 1

Задание к практическому занятию

Тема «Лепка изделия (сосуда, колокольчика) жгутовым способом»

Цель работы: выполнение изделия в технике жгутовой лепки

Задание для практической работы

1. Разработать оригинальную композицию изделия в жгутовой технике.
2. Выполнить эскиз композиции.
3. Дать оригинальное название изделию, раскрывающее его идею (художественный образ)
4. Слепить изделие в технике жгута и монтажа.
5. Презентовать работу, описывая кому, может принадлежать изделие, где применяться. Какие трудности были в работе.

Время на выполнение работы: 40 минут.

Материалы и инструменты: глина, струна, тряпочки, скалка, шликер, стеки, кисти, штампы, экструдер, стакан с водой, гипсовая болванка или другая основа, бумага для эскизов.

Приложение 2

Критерии оценивания

Критерии	Показатели результата		
1. Грамотно разработана композиция работы, с учетом технологических особенностей лепки	2	1	0
2. Применены оригинальные идеи решения композиции	2	1	0
3. Работа выполнена качественно, аккуратно	2	1	0
4. Представлен анализ работы с описанием идеи композиции, художественного образа, указанием ошибок и трудностей, выводом	2	1	0
5. Используются дополнительные материалы и инструменты для создания декора	2	1	0

Показатели результата:

2 балла – работа выполнена полностью.

1 балл – работа выполнена частично.

0 балл – Работа не выполнена.

Результаты: в зависимости от количества баллов определяется место команды.

Методические рекомендации по выполнению практической работы.

Лепка колокольчика начинается с выбора основы, на которой будем лепить. Колокольчик начинают с 2-3 рядов жгутов. Жгуты скрепляют между собой шликером – и замазывают места соединения пальцами или стекой.

Для придания большей декоративности из жгутиков можно формировать различные фигуры, из которых выполняют узоры, подчёркивающие задуманную форму. Спирали, колечки, капельки, зигзаги, шарики должны плотно прилегать друг к другу в изделии, не образуя просветов, в ажурном изделии просветы можно оставить. Изделие лепят на заготовке, имеющей подходящую форму конуса или перевернутого стакана. Болванку следует обернуть тканью, чтобы в процессе работы она лучше впитывала лишнюю влагу, и изделие в конце работы можно было легко снять.

Алгоритм ведения практической работы «Лепка в жгутовой технике изделия «Колокольчик».

Вам потребуются следующие материалы: глина; шликер; деревянная, пластиковая или гипсовая форма; стеки; поролоновая губка; экструдер.

Алгоритм ведения практической работы:

1. В начале работы нужно сделать эскиз, определяющий форму колокольчика и узоры выкладывания жгутов. Колокольчик начинаем лепить снизу, набирая жгутами 2-3 яруса.

2. Следующий ряд можно набрать из спиралей или других элементов. Чтобы они были одинаковыми, жгутики предварительно нужно нарезать на равные отрезки (3-4 см). При этом жгутики следует слегка прижимать друг к другу, не оставляя просветов, и смазывать стыки шликером.

3. Сверху всю комбинацию элементов накрыть ровным жгутом.

4. Теперь по кругу распределить жгут волнистой формы.

5. Сверху волну накрыть ровным жгутом.

6. Все просветы в изгибах волны и местах соединения деталей залепить шариками из глины. Или оставить ажурные просветы.

7. Загладить внутреннюю сторону колокольчика движениями сверху-вниз палочкой или рельефным стеклом. Дополнительными

кусочками глины выровнять углубления или оставить просветы в ажурном изделии.

8. Из жгутика слепить спираль или капельку и, смазав шликером, приклеить к верхней части колокольчика - это будет ручка и подвес.

9. Внутри колокольчика сделать углубление для подвеса по центру.

10. Вылепить подвес (язык).

11. Декорировать колокольчик насечками и отпечатками, используя штампы и палочки.

Поле окончания лепки следует выполнить следующие действия по обработке и декорированию изделия:

1. В конце работы аккуратно снять изделие с формы и медленно высушить его под пакетом – от быстрой сушки на нём могут образоваться трещины.

2. Зашкурить основание колокольчика и затереть его внутри и снаружи губкой.

3. Высохшее изделие протонировать пигментами, расписать ангобами.

4. Выполнить утильный обжиг изделия при температуре 900°-1000°.

5. Покрыть изделие бесцветной глазурью.

6. Дношко колокольчика вытереть влажной тканью (чтобы оно не приклеилось к поду печи) и обжечь при температуре 1000°-1025°.

7. Вклеить обожженный подвес на нитке.

Приложение 4

Ход занятия

1. Организационный момент

Здравствуйте, давайте проверим подготовку рабочих мест к уроку.

2. Сообщение темы занятия

Тема сегодняшней практической работы «Лепка изделия жгутовым способом»

Техника лепки сосудов из глиняных жгутов была известна еще в каменном веке. Прошли многие тысячелетия, но она до сих пор используется мастерами при лепке уникальных фигурных сосудов. Особенно она незаменима при изготовлении крупных сосудов, которые невозможно сделать на гончарном круге. ([http:// www. kefa.](http://www.kefa)

ru/article/kefa/you/spiralnaa_lepka_iz_ggutov.htm) Так лепились, например, достигающие двухметровой высоты сосуды для воды и вина, так называемые пифосы, получившие широкое распространение в Древней Греции, а сегодня керамисты часто используют приемы жгутовой техники в качестве декора изделий.

3. Формулирование цели

Вопрос: Давайте вспомним, какие способы лепки вы уже знаете?

Ответ: конструктивный, из куска, пластовый, смешанный.

Вопрос: Как вы думаете, зачем нужны разные способы лепки?

Ответ: чтобы быстрее, лучше выполнять керамические работы, создавать оригинальные изделия.

Таким образом, целью нашей работы будет: Изучение особенностей лепки из жгутов и создание оригинального изделия в жгутовой технике.

Вопрос: Что же нужно автору (какие задачи нужно решить), чтобы быстро и качественно создать изделие в определенной технике?

Ответ: знать порядок действий, особенности работы с материалами, применить знания в практической работе.

Вопрос: В древности эту технику использовали для создания сосудов сложной формы, а сейчас ее чаще применяют в декоративных целях. Что значит в декоративных?

Ответ: это значит для украшения.

В этой технике можно создать различные изделия, но сегодня мы с вами попробуем сделать декоративное изделие на форме, например, колокольчик, который может быть украшением интерьера.

4. Мотивация и регламент работы

Вопрос: Где можно применить данную технику?

Ответ: в обучении детей, при создании декоративных изделий.

Сегодня мы с вами поработаем в группах, вот задание, которое вы должны выполнить (кто-то прочитает). Прежде, чем приступить к работе, мы рассмотрим последовательность действий при лепке в жгутовой технике. Затем вы выполните работу, и дадите ей оценку в соответствии с критериями. На всю практическую работу вам отводится 40 минут и 10 минут на ее защиту.

5. Мастер-класс

Показываем последовательность лепки и особенности технологии.

6. Работа обучающихся

Студенты распределяют обязанности и выполняют практическую работу. (Самостоятельная работа в группах). Во время работы студентов можно рассказать им интересные факты о технике жгутовой лепки. (Приложение 5)

7. Физкультминутка

8. Представление результатов работы

Самооценка и взаимооценка работ других групп в соответствии с критериями.

9. Подведение итогов

Как вы думаете, мы достигли цели занятия?

Ответ: да, мы создали оригинальное изделие, при помощи особенных средств жгутовой лепки, а также мы научились работать в команде.

10. Домашнее задание

Подберите варианты керамических изделий, при лепке которых используется жгутовый способ.

11. Уборка рабочих мест

Приложение 5

Интересные факты

Лепка жгутами не канула в лету и после того, как человечество изобрело более совершенные и облегчающие труд гончара способы работы с глиной. В Греции, на Кавказе и в Средней Азии так изготавливались большие сосуды, которые были слишком велики для формирования на гончарном круге. Огромные кувшины, высотой около 2-х метров, в древней Греции их называли «пифос», закапывались в землю, в них хранили вино, масло, зерно.

Кстати, всем известный «ящик Пандоры», фактически был кувшином-пифосом. Ящиком его называют по ошибке из-за некорректного перевода с древнегреческого. Да и Диоген жил не в бочке, их не умели делать в Греции в те времена, а в большом вместительном пифосе, слепленном из глиняных жгутов.

Пифосы имели дно с заостренным концом, поэтому их начинали лепить с венчика. Сначала лепили кольцо, а потом на него по спирали формировали весь сосуд. Этот способ удобен для изготовления

больших полых сосудов. Если лепить изделие среднего размера, можно начинать конструкцию со дна.

Техника лепки, насчитывающая несколько тысячелетий, дошла до нас практически в неизменном виде. Сейчас ее применяют в творческих мастерских, в народном промысле и в студиях арт-терапии. Ученые давно доказали полезность работы с пластичным материалом как для детей, так и для взрослых. Ребенок, разминая глину, создавая изделия из нее, развивает моторику рук, воображение и нервную систему в целом. Для взрослых людей это прекрасный способ избавиться от стрессов, депрессии, отвлечься от житейских проблем.

Технологическая карта занятия « Развитие коммуникативных навыков и доброжелательного отношения друг к другу»

КАРПОВА Ю.А.

*педагог дополнительного образования
объединения «Человек среди людей»*

Цель занятия: способствовать формированию у обучающихся коммуникативных навыков, умения сотрудничать, а также сплочению коллектива и поддержанию интереса к занятиям в объединении.

Занятие: комбинированное – 2 часа (таблица 1)

Методы: диалог, наблюдение, проблемного обучения (постановка проблемных вопросов, решение), игры, арт-терапия.

Материалы: клубок ниток, листы А4, художественные материалы (гуашь, кисти, цветные ручки, маркеры).

Вид учебного занятия: общеразвивающее.

*Таблица 1
Технологическая карта занятия*

Блоки	Этапы учебного занятия	Задачи этапа	Содержание деятельности
Подготовительный	Организационный	Подготовка студентов к работе на занятии	Студенты рассаживаются в круг. Педагог отмечает присутствующих
	Подготовительный (подготовка к новому содержанию)	Обеспечение мотивации	<i>Коммуникативная игра «Клубок»</i> На палец нужно намотать нитку, поздороваться,

		<p>Актуализация знаний</p> <p>Принятие детьми цели учебно-познавательной деятельности</p>	<p>поделиться информацией о себе:</p> <ul style="list-style-type: none"> – Особенно мне нравится, когда люди, окружающие меня... – Особенно меня раздражает, что я... – Мне бывает стыдно, когда я... – Верю что я... – Чего мне иногда по-настоящему хочется, так это... – Иногда люди не понимают меня, потому что я... <p>Затем передать клубок соседу. Нить обматывается вокруг пальца всех сидящих в кругу. Приветствуют друг друга хором.</p> <p>Коммуникативная игра «Передай другому»</p> <p>Предложить студентам вспомнить навыки коммуникативного (эффективного) общения. Педагог бросает клубок обучающемуся, называя навык, он ловит клубок, называет навык и перебрасывает клубок другому студенту.</p> <p>Закрепляют знания навыков: легкость установления контакта, поддержание разговора, навыки синтонного общения, умение договариваться...</p> <p>Педагог спрашивает, что значит доброжелательность? Бросает клубок студентам, они отвечают на вопрос.</p> <p>Доброжелательность – духовно-нравственное качество личности, выражающее благорасположение, симпатию одного человека к другому, пожелание ему добра, блага, успеха; это способность человека радоваться чужим успехам.</p>
--	--	---	--

			<p>ам; это отсутствие зависти, мстительности и безразличия к людям; это умение прощать чужие ошибки, терпение к человеческим недостаткам.</p> <p>Исходя из определения, педагог предлагает сформулировать (в течение занятия) правила доброжелательного отношения друг к другу. Студенты формулируют тему, цель учебного занятия (с помощью педагога).</p>
Основной	Усвоение новых знаний и способов действий	Обеспечение восприятия, осмысления и первичного запоминания связей и отношений в объекте изучения	<p>Обсуждение в кругу: как развивать навыки общения?</p> <p>Педагог сообщает три ошибки в общении людей по Конфуцию. «Есть три ошибки в общении людей:</p> <p>Первая – желание говорить, когда лучше молчать. Вторая – неготовность говорить, когда нельзя молчать. Третья – склонность говорить, не обращая внимания на слушателей».</p> <p>Обсуждение.</p> <p>В беседе с педагогом студенты выявляют основные задачи коммуникации:</p> <ul style="list-style-type: none"> – установить контакт; – выразить/проявить себя; – выслушать, подтвердить, что вы поняли человека; – убедить в своей точке зрения; – получить обратную связь
	Первичная проверка понимания изученного	Установление правильности и осознанности усвоения нового учебного материала, выявление ошибочных или спорных представлений и	<p>Упражнение "Привет себе"</p> <p>Педагог дает инструкцию по выполнению упражнения.</p> <p>Группа встает в круг, спинами в центр. Участник передает соседу справа, шепотом, какое либо послание, которое сам хотел бы услышать. Сосед шепотом передает это сообщение следующему и так</p>

		их коррекция	<p>далее, пока сообщение не дойдет до отправителя. Каждый следующий участник отправляет свое сообщение, когда послание предыдущего участника отойдет на 2-3 человека от него.</p> <p>Инструкция: "Прошепчи соседу тот привет (прощание, поздравление, извинение), который сам хотел бы услышать".</p> <p>Обсуждение: Что вы чувствовали, когда получили свое сообщение? На сколько полученное сообщение отличалось от отправленного? Что привело к искажению? Объединение прерывает работу на перемену.</p>
	Самоанализ	Понять себя, увидеть "по-другому" участников объединения	<p><i>Арт-задание "Недостающий человек"</i></p> <p>Педагог дает инструкцию по выполнению задания. Раздает материалы.</p> <p>Необходимо перенестись мыслями в детство и постараться воссоздать атмосферу, которая тогда вас окружала. Нужно постараться ответить на вопрос: «Какого человека не хватало в детстве?»</p> <p>Подумать о главном человеке, в единственном числе. Он должен быть истинно «недостающим человеком» (мать, отец, бабушка или дедушка, брат, сестра, учитель, настоящий друг, тренер, добрый сосед), благодаря которому жизнь могла бы стать другой, сильно измениться в лучшую сторону.</p> <p>Студенты фиксируют свои эмоции и мысли на лист бумаги, записывая их как эссе, как наброски мыслей или рисуют этого человека.</p> <p>Обсуждение (по желанию)</p>

			<p>студента): обучающиеся описывают внешность, биографию, совместное времяпровождение с "недостающим человеком".</p> <p>Педагог задает вопросы: Что бы хорошее произошло в твоей жизни в присутствии этого человека? Чего бы не произошло в твоей жизни, будь он рядом? Как бы сейчас ты жил, если бы он оказал на меня влияние в детстве? Как бы вы сейчас общались? Есть ли человек в нашем объединении (где-то еще) похожий на "недостающего человека" (внешность, качества)? Смог ли бы он (на сколько) заменить тебе этого человека?</p>
	Закрепление новых знаний, способов действий и их применение	Обеспечение усвоения новых знаний, способов действий и их применения	<p><i>Упражнение "Дискуссия"</i></p> <p>Педагог дает инструкцию по выполнению задания.</p> <p>Студенты объединяются в тройки:</p> <ul style="list-style-type: none"> – один из участников ничего не слышит, не может говорить, но в его распоряжении зрение, жесты, пантомимика; – второй участник не слышит и не двигается, но он может говорить и видеть; – третий – способен только слышать и показывать. <p>Тройкам предлагаются задания: договориться о месте, времени и цели встречи.</p> <p>Обсуждение: что получилось? Что не получилось? Почему?</p>
Итоговый	Рефлексивный	Мобилизация детей на оценку, самооценку успешности достижения цели, определение перспективы	<p>Педагог совместно с детьми подводит итог занятия.</p> <p>Студенты встают в круг и благодарят друг друга за работу. Хвалят поименно за проявленные навыки эффективного общения</p>

		последующей работы	(должны назвать за какие навыки конкретно). Подмечают в ком и какие качества они увидели от "недостающего человека". Делятся, что у меня получилось?
	Информационный	Обеспечение понимания цели, содержания домашнего задания, логики дальнейшего занятия	Педагог раздает распечатки с вопросами к арт-заданию "недостающий человек". Просит студентов подумать над этими вопросами дома. По желанию поделиться ответами на следующем занятии. 1. Смогли ли вы компенсировать (заменить) на сегодняшний момент отсутствие «недостающего человека»? 2. Если на предыдущий вопрос вы ответили «Да», то уточните — кем или чем, когда и при каких обстоятельствах вы бы заменили. 3. Если Вы ответили «Нет», то подумайте насколько актуально для Вас дальше искать подобные компенсации? Обоснуйте, почему это ещё актуально или неактуально. Есть ли у Вас какие-то соображения на этот счёт? 4. Если вы смогли компенсировать «недостающего человека» из детства во взрослой жизни, то постарайтесь ответить на такой вопрос: правильна ли эта компенсация? Или же Вы компенсировали «не тем», «не с теми» или «не так»? Что бы Вы можете сейчас исправить, если компенсация, «не удалась»? Педагог напоминает о том, что на следующем занятии студенты продолжают выполнять упражнения на отработку умений взаимодействия друг с другом.

Библиографический список:

1. Федеральный образовательный стандарт среднего профессионального образования [Электронный ресурс]. Режим доступа.–<https://fgos.ru/>

2. Бороздина Г. В. Основы психологии и педагогики [Текст] / Г.В. Бороздина.– М.:Юрайт, 2016.

3. Фопель К. На пороге взрослой жизни: Психологическая работа с подростковыми и юношескими проблемами. Книга 4. Планирование жизни. Решение проблем. Сотрудничество [Текст] / К. Фопель - М.: Генезис, 2008.

4.Словари и энциклопедии на Академике [Электронный ресурс].– Режим доступа.–https://xn--j1ahfl.xn--p1ai/library/zanyatie_v_sisteme_dopolnitelnogo_obrazovaniya_dete_065526.html

6. «Психологос» энциклопедия практической психологии [Электронный ресурс]. – Режим доступа.
<https://www.psychologos.ru/articles/view/kommunikativnye-navyki>

7. Как развивать навыки общения [Электронный ресурс].– Режим доступа.–<https://bosshunt.ru/kak-razvivat-navyki-obshcheniya/>

ПЛАН - КОНСПЕКТ ЗАНЯТИЯ ПО ТЕМЕ «РЕДАКТОР МАТЕРИАЛОВ. ОСНОВЫ НАЛОЖЕНИЯ МАТЕРИАЛА»

Кудрявцева Е.В.

*педагог дополнительного образования
объединения «Мир 3-D графики»*

Цель: научиться применять и моделировать материалы, с текстурированием поверхности моделей сложной формы, используя различные графические средства.

Задачи:

1. *Обучающая:* формировать систему знаний о моделировании материала и назначении текстур для объектов, изучить основные свойства материала.

2. *Развивающая:* развивать навыки самостоятельного выполнения задания в программе 3DsMax, применять знания и умения на практике в оформлении готового продукта, развивать логическое мышление, ориентироваться в применении технологии.

3. *Воспитательная:* воспитывать эстетические качества и аккуратность в работе, завершать полностью начатую работу.

Результат (формирование компетенций и взаимосвязь с результатом обучения по курсу моделирования) – систематизированные знания о возможностях применения программы 3DsMAX в профессиональной деятельности.

Форма проведения занятия – практическая работа.

Педагогические методы: беседа, практическая работа, индивидуальная работа во время практики, анализ работ, самооценка студента.

Материалы и оборудование: компьютерный кабинет с экраном, презентация учебного материала, для каждого студента доступ к ИКТ, задание в электронном виде, наглядные объекты в электронном виде для практической работы.

План занятия:

Вводная часть. Приветствие, напоминание о том, какие способы создания объектов мы изучали на прошлых уроках:

Сеточное моделирование, полигональное моделирование, «булевы операции», применение модификаторов, создание сплайнов и т.д.

Современные возможности и применение материалов с текстурированием поверхности моделей сложной формы, связь с профессиональной деятельностью.

2 Постановка цели и задачи урока

Научиться применять и моделировать материалы с текстурированием поверхности моделей сложной формы, используя различные графические средства.

Знакомство с основами создания **материалов**, которые впоследствии применяются к различным объектам. Редактор материалов, «стандартный» тип материала, «смесь» из 2-х типов материала, «двухсторонний» тип материала, «верх\низ» тип материала.

Усвоить, что **материалы** – это набор характеристик, присваиваемых модели для придания ей сходства с поверхностью

реального объекта; **карты текстур** – это изображения присваиваемые материалам. Они бывают – растровые (bmp, jpg, tga), процедурные – «шахматное поле»; составные карты текстур.

Практическая работа «Задания на текстуры»: создание материала для объектов сложной формы.

Самостоятельная работа: создание материала и текстуры для готовых моделей, демонстрация готового продукта.

Предлагаются построенные модели с прошлых занятий – шахматная фигура, сувенирная продукция, уличный фонарь и другие модели на выбор.

Уровень 1 – применение образца материала – сохранение модели с применением текстуры в отдельную папку с файлами материалов. (формальный тип, репродукция). Исходный файл образец «Угол комнаты».

Уровень 2 – создание текстуры материала по размерам модели шахматной фигуры и доски (клетка 8x8 шт., по размерам шахматного слона), усовершенствованный материал с применением процедурной карты. Используется готовая шахматная фигура «слона», игровая доска достраивается (сущностная репродукция, знания - умения). Сохранение модели с применением текстуры в отдельной папке с файлами материалов.

Уровень 3 – создание материала «смесь» для модели сложной формы, с применением его к своим моделям – «сувенирная продукция» или «уличный фонарь», создание и применение других материалов, обработать изображение и составить композицию. Сохранение модели с применением текстур в отдельной папке с файлами материалов. Грамотно применять программу 3D графики, как инструмента в профессиональной деятельности (творческий или личностно-ориентированный тип)

При этом выполнении задания учитывается самостоятельная работа, креативность, знание программ, аккуратность, грамотное выполнение практической части и демонстрация готового продукта, своевременное выполнение работы.

3. Заключительная часть

Подведение итогов выполненных работ, анализ работ, как со стороны обучающихся, так и со стороны преподавателя.

Задание для самостоятельной работы: закрепление нового материала, создание библиотеки новых материалов, за счет растровых изображений.

КОНСПЕКТ ЗАНЯТИЯ ПО ТЕМЕ «ЧТО ТАКОЕ СЕМЬЯ?»

ЛАВРЕНТЬЕВА Л.В.

*педагог дополнительного образования
объединения социальной адаптации
подростков «Учимся жить»*

Цель: формирование представлений о семье.

Задачи:

– *образовательные:* дать понятие о семье, проанализировать и дать оценку состояния современной семьи. Познакомить учащихся с некоторыми статьями семейного кодекса. Показать роль семьи в жизни каждого отдельного человека и общества, а так же нравственную ценность семейных отношений;

– *коррекционно-развивающие:* развивать коммуникативные умения и навыки, умение анализировать и решать проблемы, возникающие в семьях. Развивать личностные качества учащихся и навыки познавательной, практической деятельности с использованием компьютерных технологий (владение различными видами публичных выступлений, использование элементов причинно - следственного анализа, исследование несложных реальных связей и зависимостей, анализ изучаемого объекта, поиск и извлечение информации по заданной теме в адаптированных источниках, оценка своих учебных достижений и поведения для корректировки);

– *воспитательные:* воспитывать чувство ответственности перед своей семьей сегодня и чувство долга перед семьей будущего, способствовать нравственному воспитанию учащихся. Содействовать воспитанию гражданственности и патриотизма, уважения к социальным нормам, регулирующим взаимодействие людей.

Оборудование: доска, экран, проектор, ноутбук, маркеры.

Используемые технологии:

– информационные;

- интерактивные;
- сотрудничества.

Методы: проблемно-поисковый и самоконтроля, практический, эвристический, эмоционального стимулирования

Содержание урока

Учитель читает стихотворение.

Моя семья – моя обитель.

Мой дом, мой замок, мой покой.

Убереги, Господь Спаситель

Ее от нечисти лихой.

Убереги нас от соблазнов,

И сохрани от бурь и бед.

Спаси от зависти и сглаза.

А, если нужно, дай совет.

Моей семье я всем обязан.

Не знаю, как благодарить,

Тех, с кем душой и сердцем связан,

И узелок не разрубить.

В семье мы все как будто прутья,

И в веник связаны тугой.

Сплелись, да так, что не раскрутишь

Опасны. На пути не стой.

Пока мы вместе, друг за друга

Нас поломать никак нельзя.

В беде мы все стоим упруго.

Мы клан, мы племя, мы семья.

2. Ход урока.

Вступительное слово учителя.

- Сегодня на уроке мы поговорим о чем-то приятном и согревающем душу каждого человека. Кто догадался?

- Правильно «семья». Итак, тема нашего урока «Семья».

- Семья является значимой частью общества, её малой группой.

- А что такое малая группа? (небольшая по численности группа людей, объединенных общими целями, интересами, нормами и правилами поведения, а также постоянным взаимодействием).

- А какие еще социальные группы вам знакомы. (Большие).

- По каким признакам различают большие социальные группы? (по социальному положению (классы), по этнической принадлежности (нации народности), по возрасту (молодежь, трудоспособное население, нетрудоспособное население), по месту жительства (горожане и сельские жители), по половому признаку (мужчины и женщины), по профессиональной деятельности (люди умственного и физического труда).

- К каким группам относитесь вы? Почему семью мы относим к малой социальной группе?

- Ответьте на вопрос «Что для меня моя семья»?

- Итак, семья - это малая социальная группа, в которой проходит основная часть жизни человека. Большинство людей имеют семью. Обычно в семье есть мать, отец, дети, старшие члены семьи - бабушки и дедушки. Человек, не имеющий семьи, чувствует себя одиноким: ему не о ком позаботится, о нем тоже никто не проявит заботу. Семья остается той группой, в которой проходит основная часть жизни человека.

- Семья зародилась в первобытном обществе и прошла долгий путь своего становления. На всех ступенях развития человечества она играла большую роль во взаимоотношениях людей.

Семья – это семь «Я».

Как вы это понимаете?

- На Руси число 7 всегда было счастливым, поэтому детей было от 5 до 7 человек (муж, жена и дети, которые являются отражением своих родителей);

- Семья – это источник любви ко всем ее членам;

- Семья – это отчий дом;

- Семья – это продолжение рода; Семья – это ячейка, в которой связующим звеном являются отец и мать;

- Семья – это семь слагаемых, о которых мы сегодня и поговорим;

- Семья – это доброта, любовь, терпение, понимание, мудрость, уважение, забота.

- На протяжении истории человечества семья выполняла важные функции.

Функции семьи:

- Обеспечивает продолжение человеческого рода

- Берет на себя воспитание детей
- Удовлетворяет потребности человека в любви и взаимопомощи
- Играет важную роль в организации домашнего хозяйства, ведения семейного бюджета.

Выполняя эти функции, семья придает устойчивость и стабильность обществу.

Физминутка.

- А сейчас мы проведем очень коротенькую игру. Встаньте рядом с партой. Встаньте на одну ногу, руки вытянув вперед. Постояли на одной ноге, потом на другой. Теперь встаньте парами, лицом друг к другу. Снова встаньте на одну ногу, но в парах возьмитесь за руки. Опять постояли на одной ноге, затем на другой.

- Когда было легче удержаться на одной ноге? Почему в паре легче, как думаете? Что вам помогло? (поддержка, взаимопомощь)

- Поддержка человеку нужна всегда, а особенно в семье, потому, что на взаимопонимании держаться семейные отношения. Семья образуется, когда мужчина и женщина вступают в брак.

-Что является основой такой семьи?

Основой такой семьи является чувство любви, которое возникает между ними, желание жить вместе, растить и воспитывать детей. Понятие «брак» произошло от древнерусского слова «брачити», имеющего значение «отбирать, выбирать».

- Что такое «брак»? (брак - добровольный пожизненный союз мужчины и женщины, целью которого является создание семьи)

- Общество стоит на охране брака и защищает его законом. Семейный кодекс Российской Федерации признается только брак заключенный в государственных органах записи актов гражданского состояния (загсах).

- Что является обязательным условием оформления брака?

К обязательным условиям его оформления относятся:

- Достижение брачного возраста – 18 лет
- Взаимное добровольное согласие
- Отсутствие других браков
- Отсутствие родственных связей между лицами, вступающими в

брак

- После заключения брака у супругов появляются по отношению друг к другу определенные права и обязанности (Семейный кодекс. Раздел 3. Глава 6. Личные права и обязанности супругов).

Супруги имеют право:

- Выбора фамилии
- Места жительства
- Совместного решения вопросов воспитания и образования детей

и др.

Обязанности супругов:

- Строить семейные отношения на основе взаимоуважения и взаимопомощи
- Заботиться о благополучии семьи и своих детей.

В традиционном обществе в семье отец зарабатывал деньги и содержал семью, а мать вела домашнее хозяйство, следила за порядком, за воспитанием детей.

- Какие изменения претерпела семья сейчас?

В современном обществе отец и мать работают и поровну делят домашние заботы. Сплоченность семьи характеризуется степенью взаимосвязанности ее членов, любви, душевной близости и крепости родственных уз.

В индустриально развитых странах происходит переход от многодетной к среднедетной семье и малодетной.

-Как вы понимаете многодетная семья, среднедетная семья и малодетная семья? (многодетной учёные считают семью, имеющую 3 детей)

В РФ происходит переход к малодетной семье. Во всем мире возрастает количество неполных семей.

-Какая семья считается неполной?

(Неполная семья - это семья с ребенком, в которой нет супружеской пары. Это семья с одним родителем, чаще «материнская семья», есть такие неполные семьи, где дети проживают вообще без родителей у бабушек и дедушек или других родственников).

Мы уже сказали, что отношения в семье должны строиться на взаимопонимании. А какие еще можно выделить признаки благополучия в семье?

В чем проявляется забота государства по укреплению семьи и увеличению рождаемости?

- Государство выплачивает денежное пособие по беременности и родам, при рождении ребенка, на малолетних детей.

- Гарантирует бесплатное среднее образование и медицинское обслуживание

- Оплачивает полностью или частично питание в школе детям из малообеспеченных семей.

- Предоставляет льготы многодетным семьям.

- Государственная программа «Дети России» особое внимание уделяет оказанию помощи детям - сиротам, детям-инвалидам.

- Проводится государственная политика по увеличению рождаемости.

3.Обобщение и закрепление

Цель: закрепить новые знания

Ожидаемый результат: умение преодолевать трудности, самостоятельно работать, применяя новые знания

Педагогические приемы: фронтальная беседа, наш урок был посвящен важной теме: «Семья».

Скажите на все ли вопросы, которые мы поставили перед собой в начале урока, мы получили ответы?

- Что такое семья? (это малая группа (объединение людей), основанная на браке или на кровном родстве, связанная общим бытом, взаимной помощью, моральной и правовой ответственностью.

-Какие функции выполняет семья? (Обеспечивает продолжение человеческого рода).

-Берет на себя воспитание детей.

-Удовлетворяет потребности человека в любви и взаимопомощи.

-Играет важную роль в организации домашнего хозяйства, ведения семейного бюджета.

4.Итог урока

Цель: подвести итоги урока

Ожидаемый результат: понятие важности семьи, воспитание чувства гордости и ответственности за свою семью

- Мне хочется, чтобы в вашей жизни вы научились очень важному делу- научились благодарить тех, кто для вас делает много добра,- близких и родных людей. Почитание и уважение родителей является во все времена основой порядочности и главным достоянием нашего народа.

«Почитай отца твоего и мать твою, и будет тебе хорошо, и долго будешь жить на земле». Это одно из главных правил для каждого человека. Проявляй заботу о родителях.

Незримо следуют родители за нами,
И в радости, и в час, когда пришла беда,
Они стремятся оградить нас от печалей,
Но мы, увы, их понимаем не всегда.
Вы нас простите,
Милые, родные,
У нас ведь, кроме вас,
Дороже нет людей.
Как говорится,
Дети - радость жизни,
А вы для нас - опора в ней.

Основное понятие Семья - мир самых близких людей. Любовь, забота, согласие и почитание родителей - основа семьи.

5. Рефлексия

Цель: Осмысление полученных знаний, формулирование трудностей, возникших на уроке и путей их решения

Ожидаемый результат: Умение делать самооценку учебной деятельности, умение творчески выражаться.

Педагогические приемы: игровая форма, метод «Незаконченное предложение»

Сегодня на занятии я узнал...
Мне понравилось...
Я научился...
Главным своим результатом я считаю...

6. Домашнее задание

Подумать и сформулировать основные принципы «Моей семьи»

КОНСПЕКТ ЗАНЯТИЯ ПО ТЕМЕ «СПОСОБЫ УКЛАДКИ ВОЛОС: ХОЛОДНАЯ УКЛАДКА ВОЛОС, УКЛАДКА ВОЛОС ПРИ ПОМОЩИ БИГУДИ, ВОЗДУШНАЯ УКЛАДКА, ГОРЯЧАЯ УКЛАДКА»

НАРЫШКИНА Г.Л.

*педагог дополнительного образования
объединения «Золотой локон»*

Каждая девушка стремится к стильному и красивому внешнему виду. Добиться его можно с помощью правильно оформленной укладки волос. Не

только наряд и макияж определяет уровень привлекательности. Удачно подобранная укладка способна сделать любую женщину более красивой. Рассмотрим различные варианты укладки волос.

Укладка волос холодным способом

Холодный способ укладки волос применяется с очень давних пор. Одним из достоинств этого способа является его безвредность. Волосы при таком способе укладки не травмируются, так как не подвергаются высокотемпературной и химической обработке.

Холодный способ укладки позволяет разнообразить композицию прически, так как в этом случае, используя разные сочетания отдельных элементов (например, видов и размеров волн), парикмахер может создавать различные формы прически, менять ее рисунок.

При выполнении укладки холодным способом пряди волос, предварительно обработанные специальным фиксирующим средством, укладывают с помощью рук и расчески. Укладка, выполненная этим способом также называемая «пальцевой укладкой» или ондуляцией.

Форма прически, уложенной холодным способом, лучше сохранится, если при сушке волос использовать специальную сеточку. После сушки сетку снимают, и волосы с помощью расчески оформляют в прическу, придавая им пышность и естественность. Окончательную форму прически фиксируют лаком для волос.

Познакомимся с некоторыми вариантами укладок, выполняемых холодным способом.

Вашему вниманию представлены разновидности волн (Рис.1).

«Прямые волны»

«Косые волны»

«Поперечные волны»

Рисунок 1

Разновидности волн холодной укладки



Вашему вниманию представлена укладка волос при помощи бигуди (Рис.2)

Рисунок 2

Укладка волос при помощи бигуди

Один из самых старых проверенных и удобных способов сделать из прямых волос кудри или локоны, а также придать объём – укладка волос на бигуди. Это очень быстрая и стойкая возможность создать женственный образ.



Бигуди — это безопасный способ создать локоны, не повреждая структуру волос. Прядь начинайте

накручивать с самых кончиков, старайтесь закрутить ровно и без перегибов. Это избавит от оттопыренных в разные стороны концов. Накручивайте с натяжением, перпендикулярно к росту волос, стараясь, чтобы прядь не вылезала из бигуди. Оставьте до полного высыхания волос.

Бигуди по своей форме бывают:

1. Папильотки - использование таких бигуди может стать настоящим приключением для ваших волос. Потому что они изготавливаются из подручных материалов.

2. Бигуди бумеранги - по своей форме напоминают длинный валик, сделанный из поролона или прорезиненного материала с тонкой

проволокой внутри бигуди. Бумеранги хорошо гнутся и поэтому хорошо удерживают пряди в нужном положении.

3. Бигуди липучки - у каждой девушки имеются бигуди на липучке. Они удобны в пользовании, компактны. Объемную прическу с их помощью создать просто, кудри получаются без заломов.

4. Электрические бигуди это современный и практичный способ создания красивых локонов. Нагрев происходит благодаря электрическому току. В специальный корпус встроен нагревательный элемент.

5. Термобигуди - это еще одна разновидность бигуди, которые при помощи тепла создают локоны. Отличие от электрических состоит в том, что их нужно опускать в кипяток или горячую воду. Внутри у них имеется восковой стержень, который нагревается одновременно с нагревом бигуди. Когда воск остывает, то он начинает отдавать тепло волосам, создавая, таким образом, кудряшки.

6. Бархатные - особую любовь заслужили бигуди, имеющие бархатное или велюровое покрытие, сделанные из этого мягкого материала, они нисколько не травмируют и не запутывают волосы, что делает их самыми безопасными в использовании.

7. Волшебные бигуди - данный продукт совсем недавно появился на рынке и сразу же завоевал симпатии девушек и женщин. Это спиральки ярких цветов, для изготовления которых используется тонкий силикон. Внутри него нет никакого каркаса из проволоки. Так же в наборе имеется специальный крючок, которым вы подхватываете прядку и продеваете её (Рис. 3).

Рисунок 3 «Виды воздушных бигудей»



Рисунок 4 «Воздушная укладка волос»

Воздушная укладка волос



Укладка волос при помощи щетки и фена осуществляется в зависимости от длины волос (Рис 4).

Укладка феном для поднятия корней с помощью плоской скелетной щетки называется бомбажем. Он применяется и в мужском, и в женском зале при выполнении повседневных вечерних и модельных причесок.

При помощи круглой щетки придают форму концам волос или выпрямляют вьющиеся волосы. Этот метод укладки называется **брашинг**, он применяется только в женском зале.

Феном удобно укладывать волосы любой длины. Прически из коротких волос будут пышнее и сохранятся более длительное время, если волосы смочить у корней гелем, жидким лаком или пенкой для укладки.

Укладка феном требует особой тщательности проработки. Нужно очень тщательно просушить волосы, стараясь, чтобы уже высушенные волосы не соприкасались с мокрыми; четко проработать все детали, одновременно создавая объемную форму прически и следя за тем, чтобы струя воздуха не обжигала кожу. Для этого рекомендуется направлять струю воздуха по касательной линии к голове, от корней к концам пряди. После укладки волосы расчесывают расческой с редкими зубьями. Пользуясь расческой, плоской щеткой и феном, можно выполнять волны.

Укладка волос горячим способом

Некоторые современные способы укладки волос предполагают использование таких инструментов, как фен, щипцы или утюжок. Они пользуются огромной популярностью, поскольку позволяют за считанные минуты создать красивый стильный образ.

Рисунок 5 «Укладка плойкой или щипцами»

Плойка или щипцы



Стоит сразу уточнить, что такое устройство требует определенных навыков. А потому вам придется несколько раз потренироваться создавать определенную форму, прежде чем получится идеальный результат. Кроме того, как и любые методы, предполагающие термическое воздействие, этот тоже требует предварительного нанесения термозащитного спрея или крема. В любом случае, слишком часто применять плойку не рекомендуется (Рис.5).

Горячая укладка с помощью щипцов

Укладка волос электрощипцами выполняется только на сухие и чистые волосы, так как пользоваться электрощипцами при мокрых волосах опасно.

Локон - это прядь волос, скрученная в трубочку (рис.6).

Рисунок 6 Горячая укладка с помощью щипцов

Укладка при помощи щипцов





Рисунок 7 «Укладка при помощи щипцов гофре»

С помощью щипцов гофре формируются забавные угловатые кудряшки – мелкие, крупные или средней величины, в зависимости от того, какого размера насадка была пущена в ход (рис.7).

На стриженных головах интересно смотрится мелкое «африканское» гофре с явно выраженными тугими завитками-заломками, густо покрывающими каждую прядь.

Пряди, достигающие плеч, фактически не знают ограничений. Они одинаково хороши как сплошь покрытые мелким гофре, так и избирательно им украшенные.

Если в вашем «арсенале красоты» имеются щипцы с самой крупной насадкой-гофре, обработайте ею волосы по всей длине, и получите роскошные локоны для выхода в свет или романтического свидания.

Не все женщины, приобретающие утюжок-гофре, намерены украшать свои волосы оригинальными волнами. Для многих он становится эффективным средством придания объёма тонким и слабым волосам.



Укладка при помощи утюжков

Прямые волосы нуждаются в обязательной завивке, а волнистые, конечно же, в выпрямлении. Это известное женское правило может, и не поддается логике, но действует неизменно. Девушки тратят баснословные деньги на покупку термоприборов для создания различных причесок, не зная, что укладка с помощью утюжка способна стать

универсальным средством и для завивки, и для выпрямления.

КОНСПЕКТ «ЗАНЯТИЕ НА РАЗВИТИЕ НАВЫКОВ СНЯТИЯ ДУШЕВНОГО НАПРЯЖЕНИЯ БЕЗОПАСНЫМ СПОСОБОМ»

Пудова Ж.В.

*педагог дополнительного образования
объединения «Вместе мы сила»*

Цель: выработка умения переводить негативное эмоциональное состояние в позитивное состояние.

Задачи:

- психологическое просвещение, закрепление в понимании оптимального эмоционального тонуса;
- развитие навыков саморегуляции эмоциональных состояний;
- развитие любознательности, воспитание адекватного отношения к собственным переживаниям, сплочение детей, воспитание уважения и способности сопереживать другому человеку.

Методические приемы: игровая ситуация, беседа-диалог, продуктивная деятельность детей, рефлексия, анализ, подведение итогов.

Количество участников: 13 человек.

Ход занятия:

1. Всем добрый день! Мы продолжаем наши занятия. На предыдущих занятиях мы разобрали – (ответы детей). А чем займемся сегодня, и какие важные вопросы обсудим - вы узнаете, посмотрев небольшой ролик.

2. Просмотр ролика « Эмоции».

3. Обсуждение.

4. Беседа на тему «Эмоции и настроение. Управление настроением».

Цель: сформировать понятие об эмоциях, их видах, и коррекции негативных эмоциональных состояний. Время: 10 минут.

Техника проведения:

Эмоции – это внешнее проявление душевного состояния.

Мир эмоций очень велик и разнообразен. Каждый человек обязательно должен проявлять свои эмоции для поддержания своего психического и психологического здоровья. С помощью эмоций можно научиться управлять не только собой, но и другими людьми. Людям

свойственно перенимать и заряжаться эмоцией другого человека. Эмоции это важная часть в общении между двумя людьми. Они могут, как сблизить их, так и отдалить друг от друга навсегда. Под влиянием отрицательных эмоций возникают ссоры, которые могут иметь серьезные последствия. А под действием положительных эмоций формируется симпатия, дружба или даже любовь.

Настроения не то же самое, что эмоции. Во-первых, настроения часто бывают менее интенсивными и длятся дольше, чем эмоции. И, в отличие от большинства эмоций, настроения не имеют какой-то определённой причины. Мы не можем точно сказать, почему мы находимся в хорошем расположении духа или почему у нас тяжело на душе.

А сейчас я задам вам три вопроса и мы узнаем. Насколько «Вы человек настроения?»

1. Вы часто встаёте не с той ноги?

2. Бывает ли с вами, что ваше настроение портится без всякой причины?

3. У вас горячий темперамент?

Если вы ответили да на все три вопроса, то вот ваш диагноз: вы очень легко поддаётесь переменам настроения.

Так откуда же берётся настроение? Многие люди думают, что наша повседневная активность, отношения, успехи и провалы создают наше настроение. Но это только часть правды. Наше здоровье, сон, еда и даже время суток также определяют наше настроение. То есть настроение является показателем нашего физиологического состояния и нашего психологического опыта в каждый данный момент времени. Наше настроение подобно термометру: реагирует на все внутренние и внешние изменения, происходящие с нами.

5. Упражнение «Карусель общения»

Участники по кругу продолжают фразу, заданную ведущим.

«Меня радует в колледже ...», «Мне грустно когда...», «Я сержусь, когда...», «Я горжусь собой, когда...»

6. Обучение навыкам снятия душевного напряжения

Насколько важно умение контролировать свои эмоции для волонтеров?

Да - очень важно!

- Если волнуетесь очень сильно перед клиентом, то сделайте глубокий вдох – не настолько глубокий, чтобы вас приняли за безмерно уставшего, просто сосредоточьтесь на дыхании. Это поможет восстановить сердцебиение и даст вам возможность начать разговор не писклявым голосом, как бывает от волнения. Что самое важное в начале общения с клиентом? Дайте ему возможность почувствовать, что вы рады его приходу! Глубокий и незаметный вдох, улыбка (обязательно) и слова – «здравствуйте, что вы хотели»?

Давайте научимся управлять своим настроением.

Невыраженный гнев усиливается и усугубляется. В противоположность известной мудрости злость не проходит сама по себе: телу нужно освободиться от выработанного адреналина. Так что, прежде чем сказать что-то, о чем вы потом пожалеете, позанимайтесь физкультурой, послушайте расслабляющую музыку или посчитайте про себя, пока не почувствуете, что гнев вас оставил. Исследования показывают, что регулярные физические упражнения – один из самых эффективных регуляторов настроения. Даже 10-минутная прогулка может победить тоску и повысить ваш уровень активности. Другими хорошими регуляторами настроения могут быть: музыка, упражнения на релаксацию, избегание негативных мыслей, юмор и занятие своим хобби или другой продуктивной деятельностью.

- А может у вас уже есть свой метод или прием поднятия собственного настроения? – ответы детей.

- Сегодня я для вас приготовила «Чудесный мешочек для поднятия настроения»

- Улучшить свое настроение можно с помощью массажа рук. Известно, что на пальцах находятся проекции зон головного мозга. Поэтому сильное надавливание по 3–4 секунды на каждую поверхность всех 10 пальцев улучшает сообразительность, память и настроение. Для этой цели мы возьмем в руки шишки сосны, затем каштаны - которые перекачивают в руке, чтобы постоянно стимулировать активные точки пальцев.

- Показ массажера «Суд-жок», вы знаете что это?

- Он оказывает благотворное влияние на организм в целом: усиливает обменные процессы при ожирении, нормализует аппетит и сон, снимает усталость и стресс, улучшает кровообращение, поднимает жизненный тонус.

- игрушки «Антистресс» ЗАЯЦ - Игрушки антистресс недаром называют «антидепрессантами», ведь поднять настроение с их помощью можно за считанные минуты.+ пушистики

- Четки - Это универсальный инструмент, который позволяет раскрыть духовный потенциал и направить собственную энергию в правильное русло.

-Эспандер+ резиновый мяч с шипами.

- Но только это может победить хандру и плохое настроение? Нет. Велика роль для поднятия настроения окружающих нас запахов.

- Апельсин как аккумулятор солнечного света, способен рассеивать грустные мысли, помогает выйти из депрессивного состояния, дарит чувство успокоения. Также снимает напряжение, способствует тому, что у вас формируется более позитивный взгляд на окружающий мир. Прекрасно поднимает силы.

- Лаванда оказывает благотворное воздействие и физическое, и на эмоциональное состояние человека, умиряет гнев, повышает тонус и помогает относиться спокойнее к происходящему вокруг.

- Роза оказывает успокаивающий эффект при приступах гнева, ревности, устраняет тревожные ощущения, снимает нервное напряжение, повышает чувство обаяния и собственной привлекательности.

-Мята - Она обладает успокоительным и расслабляющим действием. Ее используют при депрессиях, стрессах и бессонницах.

-Можжевельник - тонизирует, укрепляет нервную систему, устраняя страхи, лень, апатию.

- Мне часто задают вопрос? Выпишите- посоветуйте, что можно скушать для поднятия настроения.

- Посмотрите, я приготовила для вас поднос с продуктами- Ваша задача выбрать продукты, которые улучшают наше настроение. Шоколад, банан, морковь, мандарин, курага, орехи грецкие. Леденцы. Яблоко, сухарики, чипсы, клюква.

- Теперь каждый из вас должен выберите три способа, которым вы чаще всего будете поднимать себе настроение:

- прослушивание музыки;
- физические упражнения (или прогулка);
- просмотр телевизора;
- чего-нибудь съесть;

- Корчим рожицы - Не мешает и вам построить рожицы перед зеркалом, такая мимическая гимнастика поможет избавиться от эмоциональной нагрузки и, возможно, подымет настроение.

- Улыбаемся и смеёмся. Если вы умеете улыбаться даже при плохом настроении, то нервное напряжение вам не грозит. Конечно, бывают ситуации, когда это сложно делать, но улыбку все же выдавить из себя очень нужно. Ваш организм искренне удивится «неправильной» реакции. -Во время улыбки и тем более смеха приток крови и кислорода усиливается, мозг лучше работает, что благотворно сказывается на психическом состоянии.

Именно по этой причине, улыбка и смех снимают усталость, помогают переключиться на другое состояние, растормаживая защитную реакцию организма.

- позвонить или поговорить с кем-нибудь;
 - побыть одному;
 - избегать человека или то, что портит ваше настроение;
 - использовать юмор;
 - забыть в любимом деле (хобби);
 - попробовать рассмотреть проблему с разных сторон.
- ответы студентов

7. Анализ занятия «Впечатления»

Цель: получение обратной связи, выяснение степени усталости, активности, интереса к происходящему.

Время: 10 минут.

Техника проведения: участники делятся впечатлениями о тренинговом занятии.

- Вот и закончилось наше занятие. Я вам предлагаю поделиться своими мыслями, идеями, настроением. Что вам особенно понравилось в нашем занятии?

Расскажите о своём настроении до начала занятия и сейчас

- Я приготовила всем небольшой сюрприз - раскраски «Антистресс»-

8. Ритуал окончания занятия

Цель: снять эмоциональное напряжение, завершить занятие на положительной ноте.

Время: 5 минут.

Техника проведения: подростки прощаются по очереди и высказывают пожелания друг другу.

Инструкция: «Давайте поблагодарим за проделанную работу друг друга. Пожелайте друг другу что-нибудь тёплое и хорошее. До следующей встречи».

КОНСПЕКТ ЗАНЯТИЯ «АКТИВНОЕ И ПАССИВНОЕ СЛУШАНИЕ»

СИЛИНА Т.А.

*педагог дополнительного образования
объединения «Человек среди людей»*

Цели занятия:

образовательная:

– раскрыть важность умения слушать и слышать других для эффективного общения;

– познакомить с видами слушания, техниками активного слушания;

– доказать, что умения слушать и слышать играют важную роль в жизни человека.

воспитательная:

– воспитывать интерес и доброжелательное отношение к другим людям;

– воспитывать стремление к взаимопомощи и поддержке друг друга в различных ситуациях.

развивающая:

– способствовать развитию навыка эмпатийного слушания;

– формировать навык работы в коллективе, учиться принимать людей с разными личностными особенностями;

– способствовать развитию коммуникативных, интеллектуальных, творческих способностей обучающихся и умений общаться со сверстниками и взрослыми.

Задачи:

– определить понятие слушания как активного или пассивного процесса;

– научиться обучающимся применять навыки пассивного и активного слушания в игровых ситуациях;

– повысить стремление к межличностному сотрудничеству, позитивному восприятию друг друга.

Показатели достижения целей:

– успешное выполнение практических заданий, предлагаемых на занятии;

– осознание важности применения техники активного слушания в процессе обучения и общения.

Оборудование:

– компьютер;

– мультимедиа проектор;

– экран.

Используемый материал:

– анкета «Умеете ли Вы слушать?»;

– текст притчи для обсуждения;

– правила эмпатического слушания;

– тренинговые упражнения.

Время занятия: 2 часа (перерыв 10 минут)

Структура занятия:

Этапы занятия	Содержание деятельности педагога и обучающихся	Время (мин.)
Организационный	Настрой на работу. Принятие целей занятия, готовность к решению поставленных задач. Прослушивание песни из кинофильма Л.Гайдая «Иван Васильевич меняет профессию» «Не видят люди друг друга...»	5
Мотивационный	Обсуждение слов Омара Хайяма, понимание притчи	5
	Просмотр фрагмента фильма «Три метра над уровнем неба». Обсуждение содержания. Выводы педагога о понимании других.	10

Теоретический блок №1	Вопросы педагога о процессе слушания. Задачи, решаемые в процессе слушания.	10
Диагностический блок	Тест «Умеете ли вы слушать?» (Основная цель: продемонстрировать 12 признаков «плохих слушателей»).	5
Теоретический блок №2	Понятие активного слушания. Техники активного слушания. Обсуждение. Работа в группах: разработка правил эмпатического слушания	20
Практический блок №1	Упражнение «Отражение чувств» Цель: развитие способности к эмпатическому слушанию, помочь на собственном опыте сравнить эффект отражения чувств и отражения содержания	15
Теоретический блок №3	Понятие пассивного слушания. Техники пассивного слушания. Обсуждение.	10
Практический блок №2	Упражнение «Мудрый слушатель» Цель: развитие навыков активного слушания. Упражнение «Слушай внимательно» Цель: отработка умения слушать других	25
Рефлексия	Вопросы к участникам занятия, подведение итогов	5

Ход занятия:

Организационный блок:

Встреча обучающихся, занимающихся в объединении.
Приветствие. Опрос о настроении и настрой на работу.

Педагог: Сегодня на нашем занятии мы раскроем важность умения слушать и слышать других для эффективного общения, познакомимся с видами слушания, техниками активного слушания и попытаемся доказать, что умения слушать и слышать играют важную роль в жизни человека.

Педагог предлагает прослушать отрывок песни из кинофильма «Иван Васильевич меняет профессию».

Вопросы для обсуждения:

1. Как Вы думаете, какой основной смысл вложил автор в эти строки?
2. Почему люди остаются одиноки, не находят или теряют свою вторую половинку?
3. Почему не могут найти друзей?

(Педагог старается подвести к тому, что люди стараются говорить и думать только о себе, не слушают и не слышат других).

Мотивационный блок:

1. Зачитать слова Омара Хайяма: «Умение слушать - хорошее воспитание, способность слышать - талант»

Вопросы для обсуждения:

- Как Вы понимаете данное высказывание?
 - Почему люди, в основном, не слушают и не слышат друг друга?
 - А как поступаете Вы сами? Почему?
2. Прочитать небольшую притчу «Ты меня слышишь?» (Приложение №1).

Как Вы думаете, почему так очень часто происходит в общении между людьми?

Вывод, к которому подводит педагог: «Бывает так: мы думаем, что с другими что-то не так, а оказывается - проблема в нас самих...и многих неразрешимых, как нам кажется, вопросов, можно бы было избежать»

3. Просмотр фрагмента фильма «Три метра над уровнем неба».

Спросить, знаком ли такой молодежный фильм.

Кратко рассказать основной сюжет фильма.

Вопросы для обсуждения:

1. Что произошло с героями? Почему история, которая прекрасно началась, закончилась печально?

2. Как бы Вы сами поступили?
3. Какой выход можно найти из сложившейся ситуации?

Вывод педагога и обучающихся: для человека необходимо, чтобы его слушали, слышали и понимали. Если вы научитесь быть хорошим слушателем, то успех в любой деятельности и в общении вам гарантирован.

Теоретический блок №1

Педагог: Часто слушание воспринимается как пассивное поведение в разговоре. Но это неправильно. Пока один говорит, другой, в лучшем случае, просто молчит, как только один замолкает, начинает говорить сам, в худшем - просто перебивает другого, не интересуясь тем, о чем только что шла речь.

Вопросы для обсуждения:

1. Скажите, пожалуйста, происходило ли у вас общение в таком ключе? Какие чувства у вас при этом возникали?
2. Хотелось ли вам продолжать разговор о своих проблемах, особенно если эти проблемы для вас важны и значимы?
3. Возникало ли у вас ощущение доверительного общения, ощущение, что вас слушают внимательно и вы нужны тому, с кем вы говорите? Почему так происходило?
4. Вспомните, было ли у вас ощущение, что вам с этим человеком хорошо и комфортно и вы хотите еще и еще встретиться с ним.

В процессе слушания решаются две задачи:

- воспринимается содержание сообщения (*что?* и *как?* говорится);
- улавливается эмоциональное состояние собеседника (важно знать, что испытывает другой человек: нетерпение, раздражение, волнение или равнодушие).

Вывод педагога: В слушании очень важно давать обратную связь собеседнику. Когда мы слушаем внимательно и заинтересованно, искренне воспринимаем проблемы, то делаем первый шаг к эффективному общению.

Диагностический блок

Педагог раздает анкеты (Приложение №2).

Участникам предлагается 12 вопросов, на которые они, не особенно задумываясь, должны искренне ответить «да» или «нет».

Выводы педагога: данная анкета дает возможность продемонстрировать участникам 12 признаков плохих слушателей,

ведь известно, что отрицательные примеры, «вредные советы» запоминаются лучше положительных.

Теоретический блок №2

Педагог: Как мы выяснили ранее, в слушании важно давать обратную связь. Обратная связь может быть двух видов: отражение информации и отражение чувств говорящего. Одной из техник обратной связи в общении бывает активное слушание. Что это такое?

Это вид слушания, в котором на первый план выступает отражение информации. Оно может быть рефлексивным и нерефлексивным. (Педагог напоминает обучающимся, что рефлексия - это осознание и анализ собственных чувств, причин поступков).

Активное слушание предполагает заинтересованное отношение к собеседнику, уточняющие фразы по типу: «Правильно ли я понял, что...?», «Так ли это...?», а так получение подтверждения в ответ на вопрос. Благодаря этому ваш собеседник понимает, что информация понята правильно. И это называется нерефлексивное слушание – при котором вы не даете анализа и интерпретации, а просто отражаете мысль человека.

Рефлексивное слушание - это более активное участие в разговоре, переформулирование высказанной мысли таким образом, чтобы акцентировать главные идеи. Например: «То есть ты думаешь, что он это сделал специально, чтобы тебя обидеть?»

После таких вопросов человек начинает лучше понимать сложившуюся ситуацию.

Такие приемы активного слушания будут действовать только тогда, когда человек находится в спокойном эмоциональном состоянии.

А сейчас рассмотрим техники активного слушания.

Выяснение, уточнение:

- я не понял
- повторите еще раз...
- что вы имеете в виду?
- не могли бы Вы объяснить?

Парафраз, то есть повторение слов собеседника своими словами, чтобы удостовериться, что вы его правильно поняли:

Отражение чувств:

- мне кажется, Вы чувствуете...
- понимаю, Вы сейчас разгневаны...

Резюмирование:

- и так, Вы считаете...
- Ваши слова означают...
- другими словами...

Работа в группах (по 6 человек): разработка правил эмпатического слушания (Приложение №3).

Педагог дает разъяснение, что такое эмпатия, эмпатическое слушание.

Когда работа в группе завершится, обучающиеся зачитывают свои варианты, сравнивают с вариантами педагога.

Вывод педагога и обучающихся: эмпатическое слушание – это не поиск и интерпретация скрытых, тайных мотивов поведения собеседника, а отражение чувств партнера, что дает возможность лучше понять собеседника и способствует эффективному общению.

Практический блок №1

Для закрепления теории предлагаю выполнить упражнение «Отражение чувств» (Приложение №4).

Вывод: с помощью этого упражнения и мы попытались развивать способность к эмпатическому слушанию, а также на собственном опыте сравнить эффект отражения чувств и отражения содержания.

Теоретический блок №3

Случаются ситуации, когда приходится слушать человека, находящегося в состоянии аффекта, сильного возбуждения, и в данном случае приемы активного слушания не срабатывают. В этой ситуации его нельзя назвать собеседником, это человек, который не контролирует собственные эмоции. Здесь главное - успокоиться, овладеть собой, и только после этого с ним можно общаться «на равных», только тогда он сможет действительно услышать то, что вы ему говорите.

В таких случаях эффективно работает так называемое *пассивное слушание*. Здесь важно просто слушать человека и давать ему понять, что он не один, что вы его слышите, понимаете и готовы поддержать. Лучше всего здесь применяются техника пассивного слушания, которая называется «угу-реакции»: «Да-да, угу, ну конечно». Эта техника требует от вас одного: чтобы разговор не прерывался, пока собеседник не «остынет».

Затем можно включать активное слушание в виде отражения эмоционального состояния: «Я вижу, что ты взволнован...», «Ты, наверно, очень переживаешь...», «Конечно, это очень неприятно...». Здесь уместно будет применять уже известную нам технику эмпатийного слушания.

В тех случаях, когда партнер возбужден, когда беседа складывается таким образом, что, переполненный чувствами, он говорит, не закрывая рта, и ваша беседа носит достаточно доверительный характер, вовсе не обязательно отвечать развернутыми фразами. Достаточно просто поддерживать собеседника короткими фразами типа «да-да», «угу», кивать головой или повторять последние слова («угу - реакции»).

Практический блок №2

1. Выполняется упражнение «Мудрый слушатель» (Приложение №5).

По окончании проводится обсуждение в свободной форме. Желаящие участники могут высказаться по поводу своих ощущений.

– Что первое пришло в голову, как захотелось сказать? Почему?

– Отличалось ли это от того, как вы обычно слушаете?

– Какие выводы можно сделать?

2. Выполняется упражнение «Слушай внимательно» (Приложение №6).

Анализ проведения упражнения.

Рефлексия.

Педагог: Сегодня на занятии вы узнали, как не только слушать друг друга, но и слышать, познакомились с приемами активного и пассивного слушания, и попробовали использовать их на практике.

Когда-то автор «Маленького принца» Антуан де Сент-Экзюпери сказал: «Самая большая роскошь - это роскошь человеческого общения. Без умения слушать и слышать полноценное общение невозможно, и мы вместе сегодня попытались это доказать. Я постаралась сегодня сделать вас «активными слушателями» и это вам поможет в формировании доверительных отношений друг с другом.

Вопросы для обсуждения:

1. Чем полезно именно для вас данное занятие?

2. Что нового узнали?

3. Что чувствовали?

Спасибо за занятие. Мне было приятно работать с вами, надеюсь и вам со мной. Всем до свидания.

Библиографический список:

1.Грецов А.Г. Тренинги развития с подростками. Творчество. Общение. Самопознание [Текст] / А.Г. Грецов.– Питер, 2016

2.Пономаренко Л.П. Психология для старшеклассников [Текст] / Л.П. Пономаренко.– Ч.2, – Москва, Владос, 2013

3.Рогов Е.Н. Настольная книга практического психолога в образовании [Текст] / Е.Н. Рогов.– Москва, 1995

4.Сартан Г.Н. Психотренинги для учителей и старшеклассников [Текст] /Г.Н. Сартан.– Москва, 1995

Приложения

Приложение №1

ПРИТЧА - «ТЫ МЕНЯ СЛЫШИШЬ?»

Один муж хотел помочь своей жене, у которой, как он подозревал, были проблемы со слухом.

Однажды вечером он стал у нее за спиной на противоположном конце комнаты и шепотом сказал:

- Ты меня слышишь?

Ответа не последовало, он подошел поближе и повторил:

- А сейчас слышишь?

Результат тот же.

Он подошел еще ближе и спросил:

- Ты меня слышишь?

Так и не услышав ответа, он, наконец, повторил свой вопрос, стоя у нее прямо за спиной.

Она повернулась к нему и сказала:

- В четвертый раз говорю: Да!

Приложение №2

Анкета «Умеете ли Вы слушать?»

Участникам предлагается 12 вопросов, на которые они, не особенно задумываясь, должны искренне ответить «да» или «нет».

1. Часто ли вы с нетерпением ждёте, когда другой закончит говорить и даст возможность высказаться вам?
2. Бывает ли, что вы спешите принять решение до того, как поймёте суть проблемы?
3. Правда ли, что вы порой слушаете лишь то, что вам нравится?
4. Не мешают ли вам эмоции слушать собеседника?
5. Часто ли вы отвлекаетесь, когда ваш собеседник излагает свои мысли?
6. Не запоминаете ли вы вместо основных моментов беседы какие-либо несущественные?
7. Бывает ли так, что слушать другого человека вам мешают собственные предубеждения?
8. Прекращаете ли вы слушать собеседника, когда появляются трудности в понимании сказанного?
9. Занимаете ли вы негативную позицию к говорящему?
10. Перебиваете ли вы собеседника?
11. Избегаете ли вы взгляда собеседника в разговоре?
12. Возникает ли у вас желание прервать собеседника и вставить своё слово за него, определив его собственные выводы?

При интерпретации результатов подсчитывается количество ответов «нет».

При сумме набранных баллов 10-12 участники характеризуются как достаточно хорошие слушатели, у которых собственные эмоции не мешают слушать даже то, что не очень нравится.

При сумме баллов от 8 до 10 участники проявляют умение слушать партнёра, даже если чем-то не довольны. Иногда всё же они позволяют себе перебить собеседника для того, чтобы вставить своё «веское слово».

При сумме баллов менее 8 участники характеризуются как не умеющие слушать своего партнёра по общению. Если им не нравится, что человек говорит, перестают слушать его.

Основная задача данной анкеты – продемонстрировать участникам 12 признаков плохих слушателей, ведь известно, что отрицательные примеры, «вредные советы» запоминаются лучше положительных.

Приложение №3

Правила эмпатического слушания

1. Необходимо настроиться на слушание: на время забыть о своих проблемах, освободится от собственных переживаний и постараться отстраниться от готовых установок и предубеждений относительно собеседника.

2. В своей реакции на слова партнера вы должны в точности отразить переживание, чувство, эмоцию, стоящие за его высказыванием, но сделать это так, чтобы продемонстрировать собеседнику, что его чувство не только правильно понято, но принято вами.

3. Необходимо держать паузу. После вашего ответа собеседнику обычно надо промолчать, подумать.

4. Необходимо помнить, что эмпатическое слушание - не интерпретация скрытых от собеседника тайных мотивов его поведения. Надо только отразить чувство партнера, но не объяснять ему причину возникновения у него этого чувства.

5. В тех случаях, когда партнер возбужден, когда беседа складывается таким образом, что партнер говорит, «не закрывая рта», а ваша беседа носит уже достаточно доверительный характер, вовсе не обязательно отвечать развернутыми фразами, достаточно просто поддерживать партнера междометиями, короткими фразами типа «да-да», «угу», кивать головой или же повторять его последние слова.

6. Методику эмпатического слушания имеет смысл применять только в том случае, когда человек сам хочет поделиться какими-то переживаниями

Приложение №4

Упражнение «Отражение чувств»

Цель: развивать способность к эмпатическому слушанию, помочь на собственном опыте сравнить эффект отражения чувств и отражения содержания.

Содержание: упражнение выполняется в парах. Ведущий произносит любую фразу, содержание которой резко контрастирует с эмоциональной окраской (интонацией, мимикой, жестами, позой). Участники должны передать истинное содержание фразы, определив ее подтекст; опираясь на паралингвистические (экспрессивные) признаки,

описать ситуацию, в которой может быть произнесена такая фраза, а также чувства того, кто произносит эту фразу.

Примеры фраз: «Ах, вас только здесь не хватало!», «Ну ты и красавица сегодня!», «Ой–ой, как страшно, испугал!».

Далее участники сами приводят примеры подобных фраз. Обсудить, как поняли бы смысл этих фраз иностранцы или маленькие дети (реагировали бы на форму, а не на содержание), почему экспрессивная составляющая важнее формального семантического значения (настоящее содержание передает именно экспрессия).

Группа обсуждает, по каким признакам удалось найти истинный смысл произносимого. Что чувствует собеседник, когда к нему обращаются подобным образом. В каких случаях люди прибегают к такому способу общения. Что, кроме слов, может передавать информацию.

Приложение №5

Упражнение «Мудрый слушатель»

Цель: развитие навыков активного слушания.

Ведущий зачитывает высказывание всей группе. Участники отвечают,

используя техники активного слушания.

Возмущенно:

а) «Я вчера ходила в магазин, мне там два раза пробили сметану и два раза пробили хлеб и я переплатила 60 рублей!».

б) «Сколько можно, мой ребенок второй раз в этом учебном году теряет у вас в школе сменную обувь!».

в) «Мама, со мной никто не играет!»

Приложение №6

Упражнение «Слушай внимательно»

Цель: отработка умения слушать других.

Содержание: это упражнение в конфликтных ситуациях, когда никто никого не слушает.

Инструкция педагога: «Порой мы что-то говорим и чувствуем, что наш собеседник в своих мыслях, находится где-то далеко-далеко. Как мы это узнаем? Каким образом вы можете заметить, что вас,

наоборот, внимательно, хорошо слушают - ваша мама, лучший друг или лучшая подруга?

Я задам вам тему, в которой вы сможете поупражняться в настоящем слушании. Тема следующая: «Что я делаю, когда бываю по-настоящему разъярен» (2 минуты дается на подготовку, затем педагог спрашивает по очереди).

Другие возможные темы для разговора:

- Что я делаю, когда сильно радуюсь?
- Как я приобретаю новых друзей?
- Что меня тревожит (заботит)?
- Что мне нравится в нашей группе?
- Что мне не нравится в нашей группе?
- Как я себя чувствую в группе?
- Что я делаю для нашей группы?
- Когда я бываю одинок?

Анализ упражнения:

Кто особенно внимательно тебя слушал?

Как ты это заметил?

Ты сам прилагаешь усилия для того, чтобы слушать других?

Кто хорошо слушает тебя?

**КОНСПЕКТ ЗАНЯТИЯ «МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ»
ПО ДООП «ОСНОВЫ ТОВАРОВЕДЕНИЯ И
ТЕХНОЛОГИИ ТОРГОВЛИ»**

СМИРНОВА Т.М.

*педагог дополнительного образования
объединения «Основы товароведения и
технологии торговли»*

Тема занятия: Макароны изделия

Тип занятия: Урок сообщения новых знаний

Цель занятия: Создание условий для восприятия учебного материала по теме занятия через ИКТ.

Задачи занятия:

1. Объяснить обучающимся характерные особенности товароведческих свойств и пищевой ценности макаронных изделий по назначению и типам.

2. Воспитывать у обучающихся культуру труда на занятии, расширить и развить у них профессиональный кругозор и интерес.

Методы занятия: Словесно-наглядный с использованием ИКТ

Комплексно-педагогическое обеспечение занятия: учебная литература «Пищевые продукты - товароведение» З.П. Матюхина, С.П. Ащеулова, ребусы, презентация: «Макаронные изделия», раздаточный материал – функциональные карты по контролю знаний и домашнему заданию.

Ход занятия

1. *Организационный момент*

– Проверка готовности обучающихся к занятию, проверка списочного состава

– Сообщение тем занятия

2. *Занимательная ситуация* – решение ребусов (Приложение 1)

3. *Объяснение темы занятия:* (слайды 1-2)

Все макаронные изделия подразделяются на группы А, Б, В; сорта (высший, первый, второй). Обозначения макаронных изделий, изготовленных с использованием дополнительного сырья, дополняются соответствующим названием, например, лапша высшего сорта яичная (слайд 3)

Сорт изделий определяется сортом муки. Стандартом предусмотрен выпуск макаронных изделий высшего сорта (из муки высшего сорта — крупки), первого сорта (из муки первого сорта — полукрупки), второго сорта (из муки второго сорта — полукрупки).

Ассортимент макаронной продукции очень разнообразен. Наряду с обычной продукцией выпускаются следующие сорта макаронных изделий:

- высший яичный; высший яичный с увеличенным содержанием яиц;
- томатные первого и высшего сортов;
- молочные первого и высшего сортов с добавлением молока коровьего, цельного сухого обезжиренного коровьего молока;
- творожные первого и высшего сортов;
- витаминизированные первого и высшего сортов;
- быстрораствориваемые;

- макаронны с овощами;
- изделия с сухими дрожжами или дрожжевым экстрактом;
- изделия с соевой мукой;
- изделия с рыбным белковым концентратом.

Пищевая ценность. Основными потребительскими достоинствами макаронных изделий являются: высокая питательная ценность, поскольку для их изготовления применяется пшеничная мука лучшего качества с большим содержанием белковых веществ и минимальным количеством минеральных веществ; высокая усвояемость белков (86 %), жиров (90 %) и углеводов (98 %); кулинарные достоинства — быстрота и простота приготовления блюд (продолжительность варки мелких изделий около 5 мин, толстостенных — 15-20 мин) (слайд 4)

Пищевая ценность и потребительские достоинства зависят от сорта и состава муки и применяемых обогатителей.

Макаронные изделия специального назначения изготавливают, например, для детского и диетического питания:

- мелкие (в виде крупки) изделия повышенной биологической ценности для детского питания из муки высшего сорта с введением казеината, глицерофосфата железа, витаминов В₁, В₂ и РР;

- безбелковые изделия (в виде вермишели) для лечебного питания и для детей, нуждающихся в гипопротеиновой и аглютеновой диете; вырабатываются из смеси кукурузного крахмала с добавлением витаминов;

- изделия для вторых блюд. Сформированную лапшу пропускают через ванну с маслом или опрыскивают маслом, затем сушат при 70-130 °С. В такой лапше жир не окисляется в течение 6 месяцев. Она имеет высокую пищевую ценность и не склеивается в готовом виде;

- изделия для длительного хранения. Свежие изделия упаковывают в термостойкие пакеты и облучают с двух сторон инфракрасными лучами при 100-160 °С в течение 3-4 мин. Таким образом, изделия стерилизуются, и сохранимость их увеличивается.

Помимо сортовых различий товарная классификация подразделяет макаронные изделия на типы, а типы — на подтипы.

Весь ассортимент макаронной продукции подразделяется нормативной документацией на четыре типа: трубчатые изделия, нитеобразные, ленточные, фигурные.

К трубчатым изделиям относят три подтипа — макаронны, рожки, перья (слайд 5)

Макаронны подразделяются на следующие виды: обыкновенные (диаметром 5,6-7 мм), обыкновенные гофрированные (диаметром 5,6-7

мм), особые (диаметром 4,0-5,5 мм), особые гофрированные (диаметром 4,0-5,5 мм), любительские (диаметром более 7 мм), любительские гофрированные (диаметром более 7 мм), соломка (диаметром до 4 мм).

Длина макарон коротких 15-30 см, длинных более 30 см.

Рожки — коротко резанные трубчатые изделия, слегка изогнутые, длина по внешней кривой от 1,5 до 5 см. Рожки бывают следующих видов: обыкновенные (диаметром 5,6-7 мм), особые (диаметром 4,1-5,56 мм), соломка (диаметром до 4,1 мм), для фарша (диаметром 20 ± 3 мм).

Перья — коротко резанные трубчатые изделия с косым срезом и длиной от острого угла до тупого среза от 3 до 10 см. Вырабатывают следующих видов: любительские (диаметром более 7 мм), обыкновенные (диаметром 5,6-7 мм) и особые (диаметром 4,1-5,56 мм).

К нитеобразным изделиям относятся вермишель паутинка (сечением не более 0,8 мм), обыкновенная (сечением не более 0,9-1,5 мм) и любительская (сечением от 1,6 до 3,5 мм).

Лентообразные изделия включают прежде всего лапшу, которая выпускается гладкой, гофрированной, пилообразной, волнообразной и т.п. Размеры лапши произвольные, однако ширина ленты должна быть не менее 3 мм, толщина не более 2 мм. Лапша выпускается узкой (до 7,0 мм включительно) и широкой (от 7,1 до 25,0 мм) (слайд 6)

Фигурные изделия подразделяются на следующие виды: алфавит и фигурки размером 8x2x10 мм; ушки и бантики; ракушки различных размеров (диаметром до 30 мм и толщиной стенок не более 1,2 мм); звездочки, шестеренки, колечки (диаметром 10 мм и толщиной 1,55 мм); крупа и зерно рисового типа (диаметром не более 3 мм и длиной не более 10 мм); квадраты, треугольники и другие фигурные пластинки (толщина не более 1,2 мм, сторона квадрата, треугольника не более 12 мм); болонские штамповые изделия (размеры пластинок от 10x10 до 50x50 мм, толщина от 0,7 до 1,5 мм) (слайд 7, 8)

В приведенном классификационном перечне в качестве признака для подразделения макаронных изделий принята их форма. Нередко пользуются другими признаками, например технологическими, размером, характером поперечного сечения и т.п.

В зависимости от **способа формирования** различают прессованные и штампованные изделия. Штампуют фигурные изделия, остальные получают прессованием.

В зависимости от **длины** макаронные изделия подразделяют на длинные (от 20 до 40-50 см), короткие и коротко резанные (от 1,5 до 20 см), суповые засыпки (в виде тонких плоских и фигурных срезов толщиной 1-3 мм).

В зависимости от *способа раскладки перед сушкой* макаронные изделия подразделяются на прямые (все изделия подвесной сушки), рассыпные (все коротко резанные изделия и суповые засыпки, которые сушатся насыпью), мотки и бантики (вермишель и лапша специальной раскладки).

Ассортимент макаронных изделий постоянно пополняется.

Макаронные изделия характеризуются высокой питательной ценностью и хорошей усвояемостью. Они содержат не менее 11 — 12 % белковых веществ, 70-72 % углеводов (в основном крахмала), 13 % влаги и 0,5-0,7 % жира, содержание минеральных веществ и клетчатки, не усвояемых организмом, незначительно (слайд 9)

Факторы, формирующие качество макаронных изделий

Основным сырьем для производства макаронных изделий служат специальная макаронная мука, хлебопекарная мука высшего и первого сортов с содержанием не менее 28 % клейковины и воды.

К **дополнительному сырью** относят: обогатительные добавки — яйца, яйцепродукты, цельное и сухое молоко и др.; вкусовые и ароматические добавки — овощные и фруктовые соки; витаминные препараты — В₁, В₂, РР; улучшители — поверхностно-активные вещества, применяемые для придания макаронным изделиям специфических органолептических и физико-химических свойств (слайд 10).

Процесс производства макаронных изделий в настоящее время осуществляется на автоматической поточной линии и состоит из операций подготовки сырья, замеса, обработки теста (приминания и прокатывания), формовки (фигурные изделия прессуют, штампуют, лапшу изготавливают ручным методом), сушки, выстойки (стабилизации), сортировки и упаковки.

Качество макаронных изделий во многом зависит от правильной сушки. Медленная сушка приводит к закисанию и плесневению, быстрая — к растрескиванию, неравномерной окраске без стекловидного излома и с неудовлетворительными свойствами при варке. Коротко резанные изделия сушат 20-90 мин при температуре 50-70 °С, длинные — 16-40 мин при температуре 30-50 °С.

Оценка качества макаронных изделий производится по органолептическим и физико-химическим показателям согласно требованиям стандарта.

Органолептические показатели - цвет, состояние поверхности, форма, вкус и запах, состояние после варки и вид в изломе.

Цвет макаронных изделий должен быть однородным с кремовым или желтоватым оттенком. Беловатый или с сероватым оттенком цвет указывает на дефектное сырье, нарушение технологического процесса прессования или сушки.

Излом прессованных изделий должен быть стекловидным. Белый мучной излом указывает на дефекты сырья или обработки теста.

Поверхность должна быть гладкой, лощеной или слегка матовой. Шероховатость изделий нежелательна, хотя при варке она исчезает.

Вкус и запах сухих и сваренных изделий должен быть без особенностей: не должно ощущаться горечи и повышенной кислотности, затхлого и плесневого запаха или каких-либо других посторонних вкусов и запахов.

Состояние после варки — важнейший показатель макаронных изделий. Сваренные в течение 10-20 мин макаронные изделия должны увеличиваться в объеме не менее чем в 2 раза, хорошо сохранять форму, быть мягкими, эластичными, не слипаться, не образовывать комков. Другое важное свойство, связанное с варкой, — сохраняемость сухого вещества.

Форма должна быть правильная, соответствующая наименованию изделий (слайды 11, 12)

Физико-химические показатели качества - влажность, кислотность, прочность и содержание лома (для макарон), содержание крошки, металлопримесей, отсутствие амбарных вредителей. На основании полученных данных делается вывод о качестве продукции.

4. *Закрепление учебного материала*: функциональные карты по контролю знаний (Приложение 2)

5. *Подведение итогов занятия*.

6. *Домашнее задание (по желанию) в виде онлайн кроссворда* <https://procrossword.ru/online/199/> (Приложение 3)

Приложение №1

1.



АРОНЫ

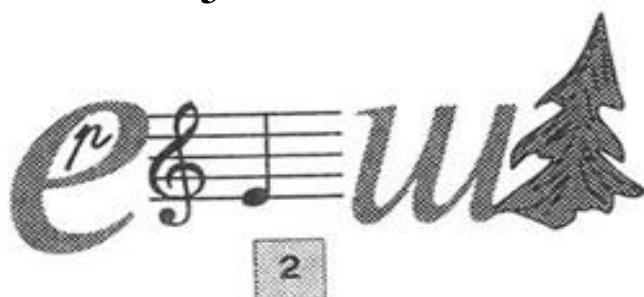
РЕБУСЫ



2.



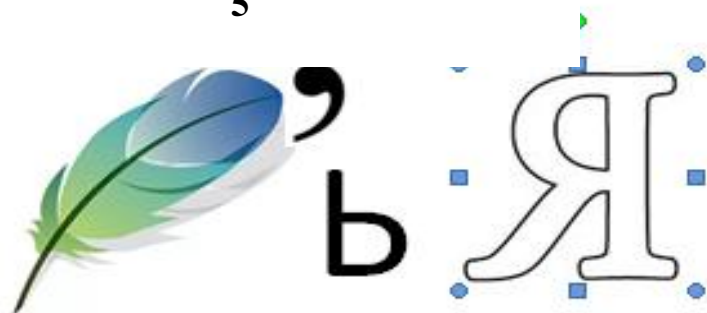
3



4



5



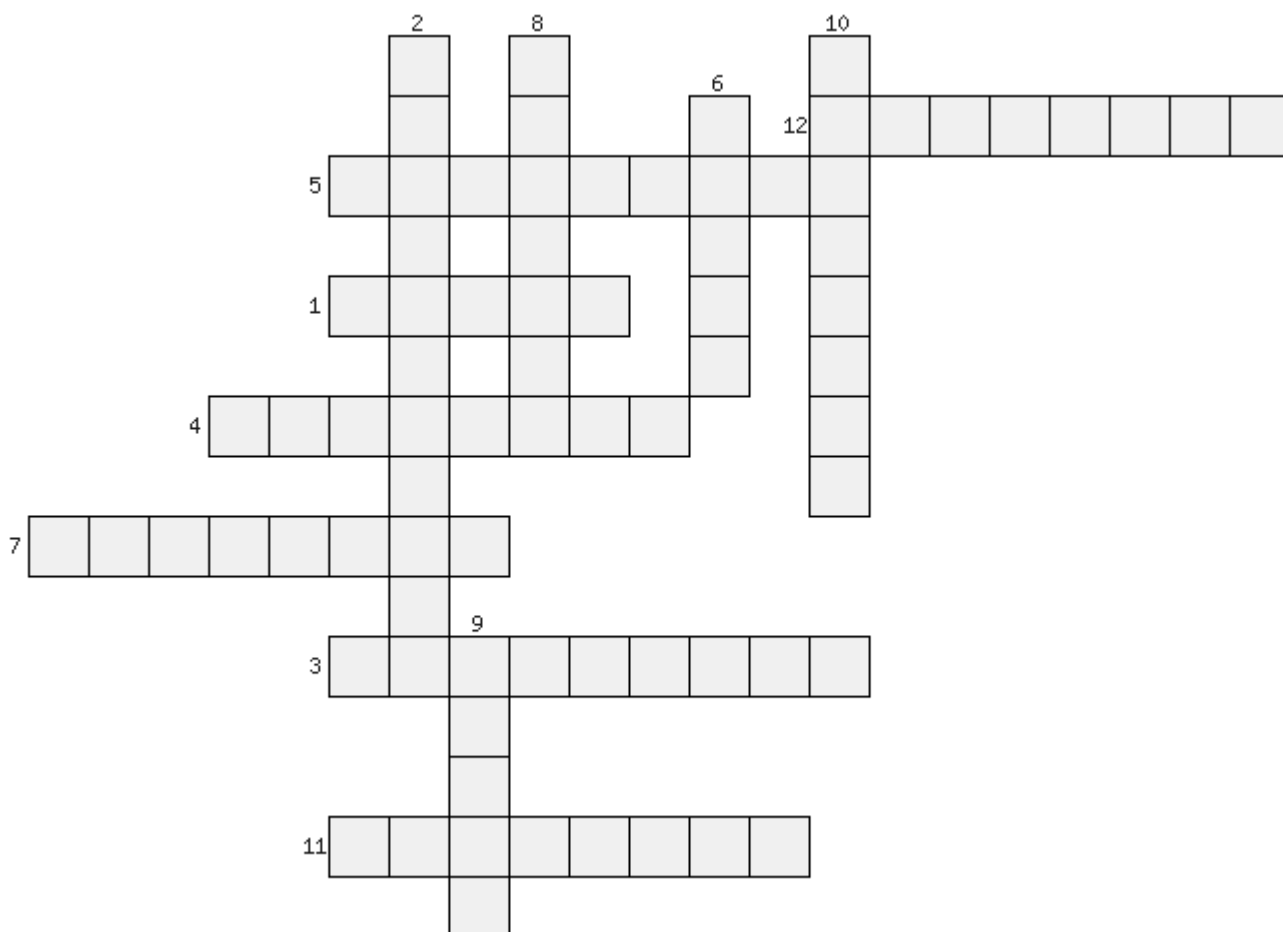
1. Макароны, 2. латша, 3. вермишель, 4. ракушки, 5. перья

ФУНКЦИОНАЛЬНАЯ КАРТА
(закрепление учебного материала)

ИНСТРУКЦИЯ: *Глядя на рисунок, впишите в пустое поле наименование вида макаронных изделий*




ДОМАШНЕЕ ЗАДАНИЕ
Кроссворд на тему «Макаронные изделия»



1. Макаронное изделие в виде длинных узких полос теста.
2. Макаронные бабочки.
3. Разновидность макаронных изделий; круглая в сечении и более тонкая, чем спагетти.
4. Итальянская паста, выполненная в виде звезды с отверстием посередине.
5. Мелкие макаронные изделия в форме ушек.
6. Трубочатые макаронные изделия в форме короткой прямой трубки с косым срезом.
7. Вид макаронных изделий с круглым сечением, диаметром 2 мм, и длиной больше 15 см.
8. Фигурные макароны в форме раковины.
9. Макаронное изделие, которое имеет изогнутую форму и прямой срез.
10. Фигурные макароны, напоминающие куриный гребень
11. Трубочатые макаронные изделия, из высушенного пшеничного теста, замешанного на воде.
12. Итальянская паста в виде короткой трубочки.

Ответы на кроссворд



2 Ф Р 10 Г
А А П 12 Р И Г А Т О Н Ы
5 О Р Е К К Ь Е Т Е
Ф У Р Б
1 Л А П Ш А Ь Е
Л К Я Ш
4 С Т Е Л Л И Н И К
Е И
7 С П А Г Е Т Т И
Т 9
3 В Е Р М И Ш Е Л Ь
О
Ж
11 М А К А Р О Н Ы
И

Проще простого!
Поздравляем, кроссворд разгадан.

[Текстовая версия](#)

Приложение 4

Макаронные изделия



Слайд 1

Слайд 2



Используемое сырьё влияет на деление макаронных изделий на группы А, Б, В (зависимо от сорта пшеницы) и на высший, первый и второй сорт (в зависимости от сорта муки):

группа А: изготовленные из муки твёрдой пшеницы (дурум) высшего, первого и второго сорта.

группа Б: изготовленные из муки мягкой стекловидной пшеницы высшего и первого сорта.

группа В: изготовленные из пшеничной хлебопекарной муки высшего и первого сорта.

Твёрдые сорта пшеницы имеют большее содержание клейковины и меньшее содержание крахмала, чем мягкие. Изготовленные из них макаронные изделия имеют более низкий гликемический индекс.



Слайд 3

Пищевая ценность. Основными потребительскими достоинствами макаронных изделий являются: высокая питательная ценность, поскольку для их изготовления применяется пшеничная мука лучшего качества с большим содержанием белковых веществ и минимальным количеством минеральных веществ; высокая усвояемость белков (86 %), жиров (90 %) и углеводов (98 %); кулинарные достоинства — быстрота и простота приготовления блюда (продолжительность варки мелких изделий около 5 мин, толстостенных — 15-20 мин).



Слайд 4

Трубчатые макаронные изделия

Fusilli — фузилли (спираль) — родом из северной Италии. Название происходит от слова «fuso», с итальянского «веретено», с помощью которого пряли шерсть. По форме Фузилли напоминают три скрепленные вместе и закрученные по спирали лопасти.



Релле — пенне (перья) — Rigate (ребристые), Lisce (гладкие), Piccole (маленькие) — все Пенне имеют характерную динамичную форму полой трубочки с косыми срезами, на манер очиненного старинного пера, в сравнении с привычными прямыми классическими макаронами.



Tortiglioni — тортильони (рожки) — одна из первых изобретенных в Неаполе форм макарон — короткие трубочки с характерным рисунком, от которого и получили свое название — «tortiglione» — восходящие по спирали бороздки, которые остаются после обработки на токарном станке.



Mascaroni — маккерони (макароны) — небольшие тонкие трубочки, чуть согнутые.



Слайд 5

Слайд 6

Нитеобразные и лентообразные макаронные изделия

Баветте (итал. Bavette) — похоже на сплюснутые спагетти



Вермишель (итал. Vermicelli; от итал. verme — червь) — длинные, округлые и достаточно тонкие (1,4 мм — 1,8 мм).



Спагетти (итал. Spaghetti; от итал. spaghe — строка) — длинные, округлые и достаточно тонкие (1,8 мм — 2,0 мм). Изначально их длина составляла 50 см. Сейчас для удобства её сократили до примерно 25 см, но можно найти и длинные спагетти (Производители обычно помещают их в раздел «специформат»).



Феттуччине (итал. Fettuccine) — тонкие плоские полоски теста шириной около 7 мм.



Тальятелле (итал. Tagliatelle) — тонкие и плоские полоски яичного теста шириной около 5 мм. Отличающиеся от феттуччине, в основном, только меньшей шириной (разница составляет минимум 2 мм).



Фигурные макаронные изделия

Farfalle — фарфалле — бабочки.



Conchiglie — кончилиэ — изделия в виде ракушек; пригодны для заполнения начинкой. Бывают гладкие (lisce) и рифленые (rigate).

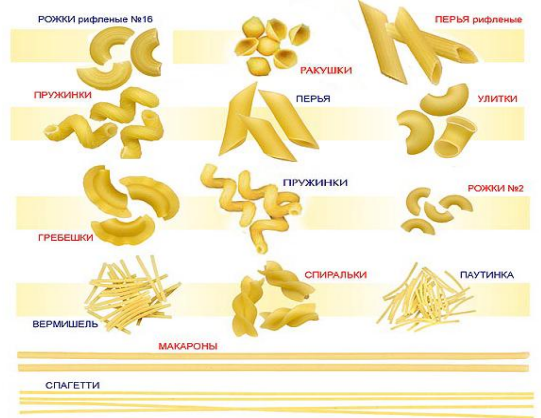


Другие фигурные макаронные изделия



Слайд 7

Слайд 8



РОЖКИ рифленые №16

ПЕРЬЯ рифленые

ПРУЖИНКИ

РАКУШКИ

ПЕРЬЯ

УЛИТКИ

ПРУЖИНКИ

РОЖКИ №2

ГРЕБЕШКИ

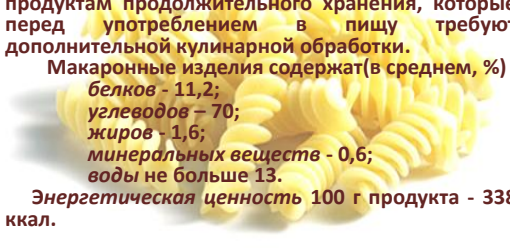
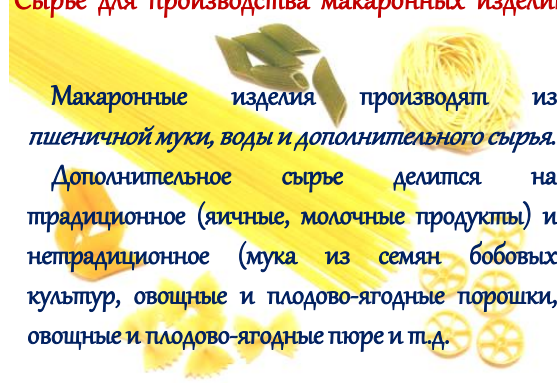
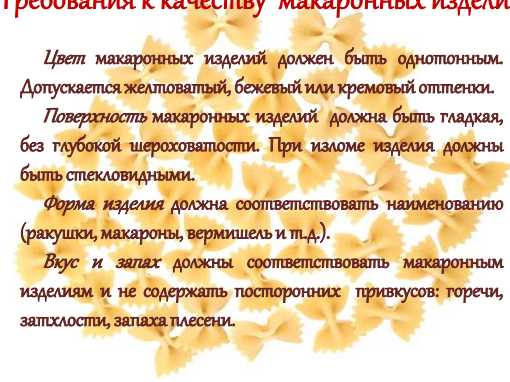
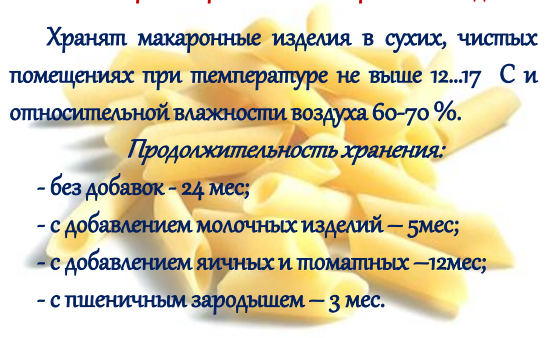
СПИРАЛЬКИ

ПАУТИНКА

ВЕРМИШЕЛЬ

МАКАРОНЫ

СПАГЕТТИ

<p>Пищевая ценность макаронных изделий</p> <p>Макаронные изделия относятся к пищевым продуктам продолжительного хранения, которые перед употреблением в пищу требуют дополнительной кулинарной обработки.</p> <p>Макаронные изделия содержат (в среднем, %)</p> <p>белков - 11,2; углеводов – 70; жиров - 1,6; минеральных веществ - 0,6; воды не больше 13.</p> <p>Энергетическая ценность 100 г продукта - 338 ккал.</p> 	<p>Слайд 9</p>
<p>Слайд 10</p>	<p>Сырье для производства макаронных изделий</p> <p>Макаронные изделия производят из пшеничной муки, воды и дополнительного сырья.</p> <p>Дополнительное сырье делится на традиционное (яичные, молочные продукты) и нетрадиционное (мука из семян бобовых культур, овощные и плодово-ягодные порошки, овощные и плодово-ягодные пюре и т.д.)</p> 
<p>Требования к качеству макаронных изделий</p> <p>Цвет макаронных изделий должен быть однотонным. Допускается желтоватый, бежевый или кремовый оттенок.</p> <p>Поверхность макаронных изделий должна быть гладкая, без глубокой шероховатости. При изломе изделия должны быть стекловидными.</p> <p>Форма изделия должна соответствовать наименованию (ракушки, макароны, вермишель и т.д.).</p> <p>Вкус и запах должны соответствовать макаронным изделиям и не содержать посторонних привкусов: горечи, затхлости, запаха плесени.</p> 	<p>Слайд 11</p>
<p>Слайд 12</p>	<p>Условия и сроки хранения макаронных изделий</p> <p>Хранят макаронные изделия в сухих, чистых помещениях при температуре не выше 12...17 С и относительной влажности воздуха 60-70 %.</p> <p>Продолжительность хранения:</p> <ul style="list-style-type: none"> - без добавок - 24 мес; - с добавлением молочных изделий – 5мес; - с добавлением яичных и помидорных –12мес; - с пшеничным зародышем – 3 мес. 

ПЛАН-КОНСПЕКТ ЗАНЯТИЯ «ОБУЧЕНИЕ ТЕХНИКЕ ВЕРХНЕЙ ПРЯМОЙ ПОДАЧИ» ПО ДООП «ВОЛЕЙБОЛ»

ХАЗОВА С.В.

*педагог дополнительного образования
объединения «Волейбол»*

Цель: совершенствовать технику выполнения отдельных игровых элементов, действия игроков в технике верней прямой подачи.

Задачи:

I. Образовательные задачи:

Продолжить обучение технике верхней прямой подачи.

II. Воспитательные задачи;

Воспитывать умение выполнять коллективные действия.

III. Оздоровительные задачи.

Развивать силовые качества.

Место проведения: спортивный зал

Инвентарь: секундомер, свисток, в/б мячи, в/б сетка

Таблица 1 Содержание занятия

Часть урока и учебный материал	Время выполнения	Организационно-методические указания
<u>I. Подготовительная часть.</u>	20мин	
1. Построение, приветствие, сообщение задач занятия.	30с	Напомнить о правилах ТБ при занятиях в большом спортивном зале, о внешнем виде занимающихся
2. Строевые упражнения.	30с	Обратить внимание на выполнение команд «налево», «направо», «кругом»
3. Ходьба: - на носках; - на пятках.	60с	Обратить внимание на осанку, дыхание, руки вверх и на пояс

<p>4. Бег.</p> <ul style="list-style-type: none"> - правым боком вперед; - левым боком вперед; - спиной вперед; - с захлестыванием голени. 	<p>4мин</p>	<p>Средний темп, дыхание равномерное</p>
<p>5. Ходьба.</p>	<p>30с</p>	<p>На восстановление дыхания</p>
<p>6. Перестроение.</p>	<p>30с</p>	<p>В круг на расстояние вытянутых рук</p>
<p>7. ОРУ.</p>	<p>10мин</p>	<p>В кругу</p>
<p>1. И.п. – Узкая стойка, руки на пояс.</p> <p>1 – 3 – круговые движения головой вправо;</p> <p>4 – И.п.;</p> <p>5 – 8 – тоже влево.</p>	<p>8 раз</p>	<p>Спина прямая, плечи не поднимать. Движения делать как можно большей амплитудой</p>
<p>2. И.п. – Узкая стойка, руки в стороны.</p> <p>1 – 3 – круговые движения в лучезапястных суставах вперед;</p> <p>4 – И.п.;</p> <p>5 – 8 – тоже назад;</p>	<p>8 раз</p>	<p>Руки и спина прямые, кисть и пальцы вытянуты в стороны</p>
<p>3. И.п. – Узкая стойка, руки в стороны.</p> <p>1 – 3 – круговые движения в локтевых суставах вперед;</p> <p>4 – И.п.;</p> <p>5 – 8 – тоже назад;</p>	<p>8 раз</p>	<p>Руки не сгибать и не опускать. Кисти не согнуты в кулак</p>
<p>4. И.п. – Узкая стойка, руки в стороны.</p> <p>1 – 3 – круговые движения в</p>		<p>Спина прямая, плечи не поднимать, руки не сгибать. Движения делать как можно</p>

<p>плечевых суставах вперед;</p> <p>4 – И.п.;</p> <p>5 – 8 – тоже назад;</p> <p>5. И.п. – Узкая стойка, ноги врозь, руки вперед.</p> <p>1 – 3 – круговые движения в плечевых суставах вовнутрь;</p> <p>4 – И.п.;</p> <p>5 – 8 – тоже наружу;</p> <p>6. И.п. – Узкая стойка, руки на пояс.</p> <p>1 – 3 – наклон вправо, левая рука вверх;</p> <p>4 – И.п.;</p> <p>5 – 8 – тоже влево.</p> <p>7. И.п. – Узкая стойка, руки на пояс.</p> <p>1 – наклон, руки вперед;</p> <p>2 – И.п.;</p> <p>3 – 4 – наклон назад, руки вверх.</p>	<p>8 раз</p> <p>8 раз</p> <p>8 раз</p>	<p>большой амплитудой</p> <p>Спина прямая, плечи не поднимать, руки не сгибать. Движения делать как можно большей амплитудой</p> <p>Все тело прямое, не сутулиться. Ноги прямые, можно подниматься на носок</p> <p>Нужно как можно глубже нагнуться. При наклоне назад следует встать на носки и всем телом прогнуться</p>
<p>8. И.п. – Узкая стойка, руки на пояс.</p> <p>1 – 3 – круговые движения в тазобедренном суставе вправо;</p> <p>4 – И.п.;</p> <p>5 – 8 – тоже влево.</p> <p>9. И.п. – Узкая стойка, руки вперед.</p> <p>1 – мах правой ногой к левой руке;</p>	<p>8 раз</p> <p>8 раз</p>	<p>Выполнять как можно с большей амплитудой</p> <p>Ноги не сгибать в коленных суставах, носочек тянуть</p>

<p>2 – И.п.;</p> <p>3 – 4 – тоже левой к правой.</p> <p>10. И.п. – Узкая стойка, руки на колени.</p> <p>1 – 3 – круговые движения в коленных суставах вправо;</p> <p>4 – И.п.;</p> <p>5 – 8 – тоже влево</p> <p>11. И.п. – Узкая стойка, руки вниз.</p> <p>1 – прыжок, руки вверх;</p> <p>2 – И.п.</p> <p>8. Перестроение</p>	<p>8 раз</p> <p>8 раз</p> <p>30с</p> <p>60мин</p>	<p>Выполнять с большей амплитудой</p> <p>Выпрыгиваем как можно выше и приземляемся на носки</p> <p>В две шеренги</p>
<p><u>II. Основная часть</u></p>		
<p>1. Обучение технике верхней прямой подачи.</p> <p>1. построение в 2 шеренги лицом друг к другу, имитации верхней подачи</p> <p>2 . Совершенствование техники верхней прямой подачи: верхняя прямая подача при встречных передачах в паре через сетку с трехметровой линии; верхняя прямая подача при встречных передачах в паре через сетку с лицевой линии (в правую половину площадки, в левую половину площадки, в переднюю линию, заднюю линию);</p> <p>3. Учебная игра для совершенствования подачи, приёма и передач мяча.</p>	<p>10 мин</p>	<p>обучающиеся передают мяч друг другу верхней прямой подачей</p> <p>Построение в колонны с обеих сторон волейбольной сетки, передача мяча верхней прямой подачей.</p> <p>Разделить обучающихся на команды, 2 сторонняя игра в волейбол до 10 очков.</p> <p>Убирать аккуратно.</p> <p>Отметить лучших, указать на ошибки.</p>
<p><u>III. Заключительная часть.</u></p>		

1. Весь инвентарь убирается на свои места.		
2. Построение, подведение итогов занятия		

Подача – это технический прием, с помощью которого мяч вводят в игру, стремясь в тоже время затруднить взаимодействия противника. Поэтому подача является и средством нападения.

В школьном волейболе используются несколько способов подач:

- верхняя прямая с вращением (силовая);
- верхняя прямая без вращения (планирующая);
- верхняя прямая в прыжке;
- нижняя прямая.

Техника подачи состоит из:

- исходного положения;
- подбрасывания мяча;
- замаха;
- ударного движения;
- опускания рук;
- переход к игровым действиям

Подготовительные и специальные упражнения:

- подача мяча, установленного в держателе;
- «подача» теннисного мяча;
- подача в стенку, сетку;
- подача на точность: в определенную зону, ближе, дальше, в разрез между двух игроков, по линии и т.д.;
- подача на силу;
- чередование подач на силу и точность;
- чередование подач на расстояние: дальше, ближе;
- чередование способов подач и т.д.

Развитие силы ударного движения правой (левой) руки обеспечивается многократным и многосерийным выполнением динамических упражнений с резиной и амортизаторами, имитирующими ударное движение в преодолевающем режиме. Для этой цели выполняются броски набивных мячей различного веса и

размера с акцентированным их выбросом. Особенного эффекта достигают парные упражнения с двумя набивными мячами. При этом один из партнеров выбрасывает мяч из-за головы двумя руками по высокой траектории, а другой по более пологой. Это делается, для того чтобы мячи не сталкивались в воздухе. Через некоторое время партнеры меняются ролями, затем отдыхают и вновь выполняют очередную серию бросков. Используя также броски теннисных мячей, метание камней на дальность.

**ПЛАН-КОНСПЕКТ ЗАНЯТИЯ НА ТЕМУ «НЕВЕРБАЛЬНОЕ ОБЩЕНИЕ.
СРЕДСТВА НЕВЕРБАЛЬНОГО ОБЩЕНИЯ»**

ЧЕПЦОВА Н.А.

*педагог дополнительного образования
объединения «Человек среди людей»*

Цель: систематизировать теоретические знания о невербальных средствах общения, развить навыки их практического использования в процессе общения.

Задачи:

1. Образовательные: обобщить и актуализировать знания учащихся о невербальных средствах общения.

2. Развивающие:

- развить навыки интерпретации невербальных сигналов в общении, идентификации эмоциональных состояний людей по невербальным проявлениям в поведении, умение выразить свои мысли с помощью жестов;

- содействовать развитию социальной и коммуникативной компетентности, аналитического мышления, активности, рефлексивных способностей учащихся.

3. Воспитательные:

- создать условия для выражения обучающимися собственного мнения, воспитания активной жизненной позиции;

Тип учебного занятия: обобщение и систематизация знаний.
Практическое занятие.

Используемая технология: технология интерактивного обучения.

Межпредметные связи: психология, социальная психология, деловая культура.

Оборудование: карточки с заданиями, бланки для самооценки.

Ход занятия.

I часть. Организационный момент, мотивация и постановка цели занятия.

II часть. Обобщение и систематизация теоретических знаний и практических умений учащихся.

III часть. Подведение итогов занятия, рефлексия.

Слова педагога: Здравствуйте! Наше занятие сегодня позволит вам на практике продемонстрировать компетенции, знания и умения в невербальной коммуникации.

Для оценки результатов нашей работы в течение занятия нам нужно разделить на две команды и выбрать капитанов. Команды выбрали капитанов. Приступаем к работе. Сегодня давайте поговорим об общении невербальном.

Вопросы учащимся:

1. Что означает выражение «читать человека»?
2. Какова роль невербального общения в межличностном взаимодействии?
3. Согласны ли вы с утверждением, что жесты следует «читать» в их совокупности и трактовать в контексте их проявления?

Каждый обучающийся выражает свою точку зрения, далее в групповом обсуждении формируется командный ответ.

Невербальные средства общения это:

1. Кинесика – движение мышц лица, пантомимику (движение тела), жесты, взгляд.
2. Экстралингвистика – речевые паузы, кашель, плач, смех и паралингвистика – громкость, тембр, ритм, высота звука.
3. Проксемика – расположение людей в пространстве при общении.
4. Такесика – прикосновения при общении: поцелуи, отталкивания, рукопожатия.

Мимика человека - движения мышц лица, отражающие внутреннее эмоциональное состояние. Она дает истинную информацию о том, что переживает человек. Мимические выражения несут более 70% информации, т.е. глаза, взгляд, лицо человека способны сказать больше, чем произнесенные слова. Лоб, брови, подбородок, нос, рот, глаза - основные части лица выражают основные человеческие эмоции: страдание, гнев, радость, печаль, удивление и т.д. Давайте сейчас проверим, так ли это:

2. Игра «За стеклом».

Цель: формирование взаимопонимания партнеров по общению на невербальном уровне.

Для успешного выполнения будущей профессиональной деятельности вам необходимо обладать социально-коммуникативной компетентностью, так как ваша профессиональная деятельность осуществляется в режиме коммуникации. Но важно не только уметь выстраивать общение, слушать, но и владеть навыками интерпретации невербальных средств общения для более точного понимания социальных партнеров.

Ещё древнеримский оратор Цицерон говорил о том, что «все движения души должны сопровождаться жестами и мимикой, способными разъяснить дела души и мысли».

Представим ситуацию, когда между вами и вашим собеседником звуконепроницаемое стекло, а вам очень нужно передать ему что-то важное.

Капитан каждой команды получает карточку с заданием. Командой выбираются участники, задачами которых станет передать содержание определённой фразы, используя только невербальные средства общения. Вслух содержание карточек произносить нельзя. Участники выполняют задание, а команда-соперник, расшифровывая невербальную информацию, называет фразу. Эксперты осуществляют оценку: за каждый абсолютно верный ответ, команда получает 2 балла, за близкий, но не совсем верный – 1 балл, за неверный – 0 баллов.

Фраз для каждой команды предложено 5, следовательно, максимальное количество баллов – 10.

3. Упражнение «Анабиоз». Работа в парах.

Цель: развить навыки по установлению невербального контакта, осуществлять переход от отчуждения к контакту, применяя различные способы разрушения взаимной изоляции.

Слова педагога: «Сейчас я предлагаю вам немного отдохнуть и выполнить упражнение «Анабиоз». Наверное, каждому знакомо чувство отчуждения, незримой стеной встающее между двумя людьми: партнеры как бы деревенеют друг перед другом, перестают чувствовать и понимать друг друга. Вероятно, знакомо и противоположное ощущение: между людьми возникает абсолютное взаимопонимание, и, словно по незримому каналу, переживания и намерения свободно перетекают от одного к другому».

Участники разбиваются на пары. В каждой паре игроки распределяют между собой роли «замороженного» и «реаниматора». По сигналу «замороженный» застывает в неподвижности, изображая погруженное в анабиоз существо - с окаменевшим лицом и пустым взглядом. Задача «реаниматора», на которую отводится одна минута, - вызвать партнера из анабиотического состояния, оживить его. «Реаниматор» не имеет права ни прикасаться к «замороженному», ни обращаться к нему с какими-либо словами. Все, чем он располагает, это взгляд, мимика, жест и пантомима.

Признаками успешной работы «реаниматора» можно считать произвольные реплики «замороженного», его смех, улыбку и другие эмоциональные проявления. Критерии выхода из анабиоза, которые могут варьировать от явных нарушений молчания и неподвижности до едва заметных изменений в выражении лица, устанавливаются самими участниками, оцениваются экспертами.

4. Написать эссе на тему: «Роль невербальных средств общения в моей будущей профессиональной деятельности». Презентация авторской позиции. Групповая рефлексия по ходу презентации каждым учащимся своего творческого продукта.

III часть занятия: Тестирование. Подведение итогов. Рефлексия.

Основные задания выполнены, и педагог предлагает учащимся провести самоанализ с применением теста **«Уровень владения невербальными компонентами в процессе общения»**, по окончании тестирования подводит итоги.

Далее, команды выполняют дополнительное задание: совместно формулируют вывод по материалу практического занятия. Скорректированный вывод зачитывают капитаны команд. За наиболее точную формулировку команда дополнительно получает 1 балл.

Подведение итогов, оглашение результатов.

Слова педагога: «Итак, сегодня вы продемонстрировали не только теоретические знания, но и навыки практического использования невербальных средств в процессе общения, что является необходимой составляющей вашей будущей профессиональной деятельности.

Свою работу на занятии вы оцениваете сегодня самостоятельно. Перед вами листы самооценки. Заполните их и сдайте.

Всем спасибо за активную работу и интересное занятие. До свидания».

СВЕДЕНИЯ ОБ АВТОРАХ

1. Блохина Наталья Владимировна – мастер производственного обучения государственного профессионального образовательного учреждения Ярославской области Мышкинского политехнического колледжа, педагог дополнительного образования государственного профессионального образовательного автономного учреждения Ярославской области Ярославского педагогического колледжа

2. Денисова Ирина Владимировна – мастер производственного обучения государственного профессионального образовательного учреждения Ярославской области Угличского индустриально-педагогического колледжа, педагог дополнительного образования государственного профессионального образовательного автономного учреждения Ярославской области Ярославского педагогического колледжа

3. Захарова Елена Александровна – преподаватель государственного профессионального образовательного учреждения Ярославской области Рыбинского полиграфического колледжа, педагог дополнительного образования государственного профессионального образовательного автономного учреждения Ярославской области Ярославского педагогического колледжа

4. Карпова Юлия Александровна – преподаватель государственного профессионального образовательного автономного учреждения Ярославской области Рыбинского промышленно-экономического колледжа, педагог дополнительного образования государственного профессионального образовательного автономного учреждения Ярославской области Ярославского педагогического колледжа

5. Кудрявцева Елена Валерьевна – преподаватель государственного профессионального образовательного учреждения Ярославской области Рыбинского полиграфического колледжа, педагог дополнительного образования государственного профессионального образовательного автономного учреждения Ярославской области Ярославского педагогического колледжа

6. Лаврентьева Любовь Владимировна – заместитель директора по учебно-воспитательной работе государственного профессионального образовательного автономного учреждения Ярославской области Любимского аграрно-политехнического колледжа, педагог дополнительного образования государственного

профессионального образовательного автономного учреждения Ярославской области Ярославского педагогического колледжа

7. Нарышкина Галина Владимировна – мастер производственного обучения государственного профессионального образовательного учреждения Ярославской области Даниловского политехнического колледжа, педагог дополнительного образования государственного профессионального образовательного автономного учреждения Ярославской области Ярославского педагогического колледжа

8. Пудова Жанна Васильевна – педагог - психолог государственного профессионального образовательного автономного учреждения Ярославской области Рыбинского промышленно-экономического колледжа, педагог дополнительного образования государственного профессионального образовательного автономного учреждения Ярославской области Ярославского педагогического колледжа

9. Силина Татьяна Александровна – педагог - психолог государственного профессионального образовательного учреждения Ярославской области Рыбинского колледжа городской инфраструктуры, педагог дополнительного образования государственного профессионального образовательного автономного учреждения Ярославской области Ярославского педагогического колледжа

10. Смирнова Татьяна Михайловна – преподаватель государственного профессионального образовательного автономного учреждения Ярославской области Любимского аграрно-политехнического колледжа, педагог дополнительного образования государственного профессионального образовательного автономного учреждения Ярославской области Ярославского педагогического колледжа

11. Хазова Светлана Васильевна – преподаватель государственного профессионального образовательного учреждения Ярославской области Рыбинского колледжа городской инфраструктуры, педагог дополнительного образования государственного профессионального образовательного автономного учреждения Ярославской области Ярославского педагогического колледжа

12. Чепцова Наталья Анатольевна – кандидат психологических наук, заместитель директора по учебно-воспитательной работе государственного профессионального образовательного учреждения Ярославской области Рыбинского полиграфического колледжа, педагог дополнительного образования государственного профессионального образовательного автономного учреждения Ярославской области Ярославского педагогического колледжа