

Ученическое самоуправление: как стать лидером (электронное приложение на сайте журнала)

Тема занятия	Цель	Содержание занятия
1. Я – это я	Знакомство и сплочение участников, формирование и развитие Я-образа, актуализация процессов самопознания	Вводная часть 1. Упражнение на знакомство «Звезда». Принятие правил работы группы 2. Разминка «Если бы я...» 3. Мотивация. Дискуссия «Я сам строю свою жизнь» Основная часть 1. Упражнение-коллаж «Настоящая личность. Настоящий лидер» 2. Упражнение «Давай меняться» 3. Упражнение «Автопортрет» 4. Упражнение «Образ Я» Заключительная часть
2. Мой мир	Формирование у учащихся понимания ценности и уникальности каждой личности	Вводная часть 1. Ритуал приветствия «Комплименты» 2. Разминка «Настроение» 3. Рефлексия предыдущего занятия 4. Мотивация. Притча «Каждый человек уникален» Основная часть 1. Беседа «Личность. Индивидуальность» 2. Упражнение «Рекламный ролик» 3. Упражнение «Я реальное – Я идеальное» 4. Упражнение «Волшебная лавка» Заключительная часть
3. Моя самооценка	Формирование навыков самоанализа, самокритики, позитивной самооценки и уверенности в себе	Вводная часть 1. Ритуал приветствия «Комплименты» 2. Разминка «Печатная машинка» 3. Рефлексия предыдущего занятия 4. Мотивация. Притча «Сад» Основная часть 1. Мини-лекция «Самооценка – составляющая личности» 2. Упражнение «Я» 3. Упражнение «Я сегодня смог» 4. Упражнение-рисунок «Карта моей души» 5. Упражнение «Пессимист, реалист, оптимист» 6. Упражнение «Дневник победы» 7. Упражнение «Контраргументы» 8. Упражнение «Нарисуй себя»

		9. Упражнение «Девиз» Заключительная часть
4. Шаг вперед. Качества личности – качества лидера	Создание условий для раскрытия лидерского потенциала, определение качеств, характеризующих лидера	Вводная часть 1. Ритуал приветствия «Комплементы» 2. Разминка «Найди меня» 3. Рефлексия предыдущего занятия 4. Мотивация. Притча «Человек, который хотел вести за собой людей» Основная часть 1. Дискуссия «Лидер – это...» 2. Упражнение «Круг и я» 3. Упражнение-игра «Кто лидер?» 4. Упражнение «Стая» 5. Упражнение «Эмблема: 5 лидерских качеств» Заключительная часть

Этап 2. Эмоционально-волевой модуль «Управляя собой – управляю другими»
План занятий

Тема	Цель	Содержание
1. Мир вокруг: эмоции и чувства	Знакомство с основными эмоциями и чувствами; формирование умения слушать собеседника, понимать, передавать настроения, чувства, эмоции	Вводная часть 1. Ритуал приветствия «Комплименты» 2. Разминка «Зеркало» 3. Рефлексия предыдущего занятия 4. Мотивация. Притча «Два волка» Основная часть 1. Мини-лекция «Эмоции и чувства. Функции эмоций и чувств» 2. Упражнение «Передай маску» 3. Упражнение «Планета чувств» 4. Упражнение «Фантом» 5. Упражнение с картами «Монстрики чувств» Ютты Хох-Коран 6. Упражнение «Театр эмоций» 7. Упражнение «Эмоциональный термометр» Заключительная часть
2. Понимаю, узнаю...	Развитие навыков распознавания эмоциональных состояний	Вводная часть 1. Ритуал приветствия «Комплименты» 2. Разминка «Нарисуй за минуту» 3. Рефлексия предыдущего занятия 4. Мотивация. Притча «Остров чувств» Основная часть 1. Упражнение «Отгадай чувство» 2. Игра «Таможня» 3. Арт-упражнение «Рисунок «Что я чувствую» 4. Упражнение «Коллаж-маска» 5. Упражнение «Волшебный цветок» Заключительная часть
3. Выражаю эмоции	Проработка эмоциональных состояний и поиск способов их приемлемого выражения	Вводная часть 1. Ритуал приветствия «Комплименты» 2. Разминка «Попугай» 3. Рефлексия предыдущего занятия Основная часть

		1. Дискуссия «Что значит владеть чувствами?» 2. Упражнение «Подводное царство» 3. Арт-упражнение «Рисуем лица» 4. Упражнение-активатор «Бумажные мячики» 5. Игра «Способность понимать чувства» 6. Упражнение «Выражение эмоций» 7. Упражнение «Разные люди. Разные лица» Заключительная часть
4. Шаг вперед. Эмоции под контролем	Развитие лидерских качеств, навыков адекватного реагирования на собственные эмоции и эмоции других людей; развитие навыков управления эмоциональными состояниями, формирование эмоциональной устойчивости	Вводная часть 1. Ритуал приветствия «Комплименты» 2. Разминка «Путаница» 3. Рефлексия предыдущего занятия 4. Мотивация. Стихотворение Р. Киплинга «Заповедь» Основная часть 1. Дискуссия «Эмоции правят человеком или наоборот» 2. Упражнение «Польза и вред эмоций» 3. Упражнение «Управление сильными эмоциями» 4. Упражнение «Война и мир» 5. Упражнение-активатор «Меняющаяся комната» 6. Упражнение «Кино о себе» 7. Упражнение «Рисунок эмоций» Заключительная часть

Этап 3. Коммуникативный модуль «Я среди людей»

План занятий

Тема	Цель	Содержание
1. Я среди людей	Формирование коммуникативных навыков, умения сотрудничать; расширение возможностей установления контакта в различных ситуациях	Вводная часть 1. Ритуал приветствия «Комплименты» 2. Разминка «Сороконожка» 3. Рефлексия предыдущего занятия 4. Мотивация. Игра «Сказочный дом» (с использованием карточек «Волшебный сундучок») Основная часть 1. Мини-лекция «Что такое общение?» 2. Рисунок «Моя главная проблема в общении» 3. Упражнение «Просьба» 4. Коммуникативная игра «Катастрофа в пустыне» 5. Упражнение «Эмоционально окрашенные слова» 6. Упражнение «Иван Петрович» 7. Упражнение «Завершите предложение» 8. Упражнение «Письмо» Заключительная часть
2. Общение без слов	Обучение навыкам невербального общения; развитие способности понимать окружающих на невербальном уровне	Вводная часть 1. Ритуал приветствия «Комплименты» 2. Разминка «Нарисуй за минуту» 3. Рефлексия предыдущего занятия 4. Мотивация. Презентация «Мимика, жесты, поза» Основная часть 1. Мини-лекция «Невербальное общение» 2. Упражнение «Автобус» 3. Упражнение «Всеобщее внимание» 4. Упражнение «Испорченный телефон» 5. Упражнение «Через стекло» 6. Упражнение «Картины» 7. Упражнение «Желание» 8. Игра «Демонстрация фильма» Заключительная часть
3. Коммуникативная игра-тренинг «Моя вселенная»	Расширение возможностей установления контакта в различных ситуациях; повышение уровня коммуникации, обучение навыкам эффективного	Вводная часть 1. Ритуал приветствия «Комплименты» 2. Разминка «Ласковое слово» 3. Рефлексия предыдущего занятия 4. Мотивация. Притча «Три типа слушателей» Основная часть

	слушания; отработка навыков понимания других людей и себя; развитие социального интеллекта	1. Упражнение «Спор при свидетелях» 2. Игра «Бинго-бинго» 3. Упражнение «Слепой и поводырь» 4. Игра «Инопланетяне» 5. Упражнение-медитация «Судно, на котором я плыву» 6. Групповой коллаж «Моя вселенная» Заключительная часть
4. Шаг вперед. Ключ к успеху	Развитие коммуникативных, организаторских навыков, лидерских качеств	Вводная часть 1. Ритуал приветствия «Комплименты» 2. Разминка «Скала» 3. Рефлексия предыдущего занятия 4. Мотивация. Мультфильм «О страхе на пути к успеху» Основная часть 1. Дискуссия «Согласны ли вы с великими?» 2. Упражнение «Портрет лидера» 3. Беседа «Путь к успеху» 4. Упражнение-активатор «Трясина» 5. Упражнение «Правила достижения успеха» 6. Игра-медитация «Дотянись до звезды» Заключительная часть