

Составитель: **Инкина Оксана Николаевна**

## **Введение в профессионально-педагогическую специальность**

**Методические указания  
для практических занятий**

Печатается в авторской редакции  
Компьютерная верстка В.Я. Вульферт

---

Подписано к печати 27 октября 2022г. Формат 60×84<sup>1/16</sup>  
Объем 0,6 уч.-изд. л. Изд. №29 Тираж 20 экз.

Отпечатано в мини-типографии Инженерного института Новосибирского ГАУ  
630039, г. Новосибирск, ул. Никитина, 147, ауд. 209



Кафедра технологий обучения, педагогики и психологии

**ФГБОУ ВО Новосибирский ГАУ  
ИНЖЕНЕРНЫЙ ИНСТИТУТ**

# **ВВЕДЕНИЕ В ПРОФЕССИОНАЛЬНО- ПЕДАГОГИЧЕСКУЮ СПЕЦИАЛЬНОСТЬ**

**Методические указания  
для практических занятий**

**Новосибирск 2022**

Составитель: канд. пед. н., доцент Инкина О.Н.

Рецензент: докт. тех. наук, доцент Гуськов Ю.А

**Введение в профессионально-педагогическую специальность:** метод. указания для практических занятий / Новосиб. гос. аграр. ун-т. Инженер. ин-т; сост. О.Н. Инкина. – Новосибирск, 2022. – 11 с.

Методические указания содержат темы практических занятий, задания и упражнения для выполнения, список рекомендованной литературы.

Предназначены для студентов Инженерного института НГАУ, обучающихся по направлению подготовки 44.03.04 Профессиональное обучение (по отраслям).

Утверждены и рекомендованы к изданию методическим советом Инженерного института (протокол №3 от 23 октября 2022 г.)

Например, ситуация “Проверка знаний”. Учитель слушает ответ школьника у доски и одновременно, добываясь непрерывного педагогического общения со всем классом, стремится невербальными средствами, не мешая отвечающему, подключить к размышлению над ответом всех сидящих за партами. Как учитель реагирует на отвлечение от материала урока? Это и удивление, и строгий взгляд, и выражение повышенной заинтересованности ответом, и порицание.

Студенты парами готовят подобные предложенные ими ситуации и демонстрируют реакции.

### III. Моделирование. Внутренний монолог.

Студенты выбирают портрет, целесообразнее детский или юношеский (работы И. Е. Репина, В. Серова, Рембрандта и др.).

На основании анализа внешнего вида героя составляют представление о внутреннем состоянии изображенного на картине человека. Основной механизм определения эмоционального состояния — эмпатия, вчувствование. Сочинить монолог и представить его аудитории. В подготовке поможет работа М. О. Кнебель.

Анализ работы студентов строится на характеристике способности адекватно описать мир чувств, мыслей и внешне передать состояние героя.

### Рекомендуемая литература

1. **Бодалев А. А.** Личность и общение.— М., 1983.—С. 99—107, 184—185.
2. **Гиппиус С. В.** Гимнастика чувств.— М.—Л., 1967.
3. **Изард К.** Эмоции человека.— М., 1980.
4. **Кнебель М. О.** Поэзия педагогики.—М., 1976.—С. 80—86.
5. **Кан-Калик В. А.** Учителю о педагогическом общении.— М., 1987.—С. 115, 122—131.
6. **Лабунская В. А.** Невербальное поведение.— Ростов-на-Дону, 1986.—С. 33—35, 50—63.
7. Основы педагогического мастерства/Под ред. И. А. Зязюна.— Киев, 1987.—С. 108—112.
8. **Станиславский К. С.** Работа актера над собой//Собр. соч.: В 8 т.— Т. 3.-С. 27- 59.
9. **Щуркова Н. Е.** Практикум «Основы педагогической техники» //Общественно-педагогическая работа — необходимое звено в профессиональной подготовке будущего учителя/Под ред. М. С. Тесемницына.— М., 1974.—С. 117-194.

Ученик у доски. Выполнил задание. Ваша реакция: сложная. “Все правильно”;  
радостная. “Молодец!”;  
веселое удивление;

приятное удивление такому прекрасному результату;  
удивление: “Ты уверен, что у тебя все правильно?”;

огорчение и осуждение;

жесткое осуждение;

сочувствие, но ироническое осуждение;

сарказм: “Прекрасно!”

Для того чтобы реакция студентов была не чисто внешней, а органичным выражением внутреннего отношения, полезно предлагать студентам описать причины таких реакций, оправдать вариант выбора воздействия, мысленно дорисовывая обстоятельства классной жизни, выразить свое отношение в виде внутреннего монолога словесно, а затем невербально.

В случае затруднений можно продемонстрировать примеры мимической реакции на слайдах, заранее заснятых по данной тематике.

**Упражнение 13. Индивидуальная передача информации.** Часть студентов получают задания на карточках и выполняют их индивидуально. Остальные студенты, не зная содержания карточки, расшифровывают поведение товарища. Таким образом, это упражнение комплексное, включает умение выражать и читать эмоциональную реакцию. Задания на карточках:

Вы входите в класс. Вас встречают организованно. Вы удовлетворены началом урока.

Вы входите в класс. Здесь шум, крик. Вы не ожидали этого и очень удивлены.

Вы входите в класс. Это любимый ваш коллектив. Вы ждете интересного урока.

Вы входите в класс. Вам пока еще трудно в нем работать. Вы должны сразу же организовать ребят.

Вы пришли в класс сказать, что учитель болен и что урок отменяется.

Вы пришли сообщить поздравительную телеграмму.

Идет самостоятельная работа. Вы проходите по рядам, наблюдая, как ученики работают. Они хорошо работают.

Вы проходите по рядам. Один из учеников сегодня работает лучше, чем всегда. Отметьте, чтобы он это видел.

**Упражнение 14.** Логика невербального поведения — это укрепление творческого уровня. Студентам предлагается самим наметить логику поведения в типичных школьных ситуациях. Выполняется в парах, подключается аудитория.

**Цель дисциплины** – обеспечить овладение студентами практическими умениями и навыками, процедурами тренинга и оценки, методами диагностики обучаемых, способами самооценки, приемами развития педагогической техники.

**Задачи изучения дисциплины.** В соответствии с поставленной целью выделяются следующие задачи изучения дисциплины студентами:

– выявление уровня мотивационно-ценностного отношения студентов к педагогической деятельности;

– выявление особенности представлений студентов о профессиональной деятельности педагога;

– выявление особенностей восприятия педагога различными категориями людей;

– выявление особенностей представления об идеальном и реальном ученике;

– формирование прогностических умений в предвидении результатов своих действий;

– развитие стремления к самовыражению;

– развитие навыков социальной перцепции;

– актуализация понятий стиль общения, позиция в общении, тактика поведения в общении.

## ЛАБОРАТОРНО – ПРАКТИЧЕСКОЕ ЗАНЯТИЕ №1

**Тема: Введение в педагогическую профессию. Самовоспитание – путь формирования профессионального мастера**

**Цель:** создание у студентов исходной установки на формирование позиции педагога. Формирование потребности в самопознании, самосовершенствовании; ознакомление с техникой и приемами самовоспитания.

**Оборудование:** плакаты с высказываниями выдающихся педагогов об учителе; фрагменты фильмов “Школа: время перемен”, “Учитель, которого ждут”; фрагменты видеозаписей выступлений педагогов-новаторов; эмблемы кафедры педагогического мастерства.

**Опорные понятия:** профессия, педагог, учитель, самовоспитание, самопознание, самоанализ, самопротозирование, самообязательство, самоконтроль, самооценка, самоотчет, самостимулирование, самокритика, самоодобрение, самоубиждение, самоприказ, программа самовоспитания.

## ПЛАН ЗАНЯТИЯ

- I. Проверка теоретических знаний.
- II. Беседа на тему “Мой идеал учитель”.
- III. Микровыступления “Я и профессия” (3-5 мин).

IV. Анализ программ самовоспитания выдающихся людей.  
V. Заполнение дневника профессионального становления по схеме и составление программ самовоспитания.

#### ХОД ЗАНЯТИЯ

1. Проверка теоретических знаний.
1. Общественная значимость профессии учитель.
2. Функции учителя в социальном обществе. Требования к учителю.
3. Роль самовоспитания в профессиональном формировании личности учителя.
4. Основные этапы самовоспитания.
5. Способы самовоспитания.

II. Беседа на тему “Мой идеал учителя”.

**Задание 1.** Просмотреть фрагмент одного из фильмов – “Шкала: время перемен”, “Учитель, которого ждут” и др. – и проанализировать основные тенденции развития современной школы, обуславливающие повышение требований к личности учителя.

**Задание 2.** Просмотреть фрагменты видеозаписей выступлений педагогов-новаторов по Центральному телевидению (Ш. А. Амонашвили, Е. Н. Ильина, В. Ф. Шаталова и др.), раскрыть основные требования к современному учителю, основываясь на просмотренных фактах.

**Задание 3.** На основании материала домашних сочинений обосновать свое мнение о наиболее существенных качествах идеального учителя. В процессе выполнения заданий происходит раскрытие общих требований к педагогу через образы конкретных учителей, осуществляется проекция заданных качеств на жизненный опыт студентов. Это позволяет представить социальный идеал как лично значимый и эмоционально окрашенный.

**Задание 4.** Составить обобщенный перечень качеств идеального учителя на основании выводов, сделанных студентами на предыдущих этапах занятий. Провести анализ сформированности этих качеств у себя по 5-балльной шкале (5-качество устойчиво сформировано, 1-отсутствует совсем).

**Задание 5.** Выполнение упражнений на развитие педагогического воображения:

- а) выразить свое представление об идеале учителя через графическую символику. В качестве примера можно взять эмблему кафедры педагогического мастерства (на фоне солнечного диска две тянущиеся навстречу руки – ребенок и взрослого человека);
- б) посредством тех же, графических средств отразить свой сегодняшний уровень готовности к педагогической деятельности.

радостно: “Наконец-то!” и т. д.

V. Вы вызываете ученика. Он заявляет: “Я не выполнил задание”.  
Ваша реакция:

сочувствую: “Понимаю, как тебе неприятно”;

осуждаю: “Это недопустимо!”;

жду: “Что будет дальше, чем объяснить?”;

готов заступить: “Да, тебе помешало отсутствие по болезни”

удивлен: “Не ожидал такого от тебя”;

удивлен: “Это уже в который раз!”;

безразлично: “Меня это не трогает”.

При анализе выполнения этих заданий следует предложить описать содержание тех ситуаций, которые бы оправдали все действия. Все ситуации можно проиграть с позиций учителя и ученика, сопоставив содержание, наполнение ситуаций, какие последствия вызывают данные реакции у партнера, т. е. работать над целесообразностью мимики для определенных ситуаций.

**Упражнение 12. Выращивание индивидуальной реакции.** В отличие от предыдущего, это упражнение выполняется перед аудиторией. Ситуации упрощены. Требуется творчество. Студенты по очереди принимают роль учителя. После выполнения упражнения всей группой выбирается наиболее целесообразный вариант и демонстрируется перед аудиторией. Мы предлагаем примеры ситуаций, предложенных Н. Е. Шурковой, возможны и другие ситуации

Вы пишете на доске. Ученики должны писать вместе с вами в тетрадах одновременно. “Вдруг” раздается какой-то “шум”, оборачиваетесь, выражая:

удивление: “Что случилось?!”;

осуждение: “Кто еще не начал работать?!”;

требование: “Да перестаньте же, пора успокоиться”;

выжидание: “Я жду тишины”;

гнев: “Тихо! Нельзя шуметь, когда все работают”;

страдание: “Как можно шуметь, когда здесь у нас важное дело?!”

Контрольная работа. Вы за столом. Видите, как ученик пытается воспользоваться шпаргалкой. Ваши взгляды встречаются.

Ваш взгляд:

с укоризной;

с настойчивым запретом;

с лукавым сочувствием;

с безмерным удивлением;

с ожиданием дальнейших действий;

с гневом и т. д.

позволяет проникнуть в духовный мир человека, наиболее точно отразить внешний рисунок поведения.

Упражнения на развитие основ мимической и пантомимической выразительности

В начале в виде разминки даются небольшие задания, приемлемые в социально-психологическом тренинге как психогимнастика. Для стимулирования невербальной активности могут быть предложены ситуации, взятые из пособия, подготовленного Т. С. Яценко (Методические основы социально-психологического обучения будущих учителей.—М.: НИИОП АПН СССР, 1985.—С. 71—78).

**Упражнение 10а. Войди в круг.** Все стоят в кругу. Один вне его. С помощью невербальных средств надо попытаться войти в него. Упражнение выполняется быстро, возможность испробовать предлагается всем.

**Упражнение 10б. Подари подарок.** Все сидят в круге. По очереди предлагается сделать подарок кому-нибудь из членов группы (или всем). Выполняется невербально.

**Упражнение 10в. Чувство, с которым я пришел на занятие.** Предлагается по желанию высказать с помощью мимики и жестов те чувства, с которыми шел на занятие. Задание можно представить и как чувства, с которыми находишься на занятии.

В анализе упражнений не следует давать оценку выполнения, обращая внимание на возможность различных вариантов, характеризующих определенный стиль поведения личности. В анализе оправдан вопрос: как воспринимается человек, выполняющий данное упражнение? Соотношение восприятия группы и удовлетворенности исполнителя может служить основой для его размышлений и коррекции поведения в целом.

**Упражнение 11. Общая мимическая реакция.** Упражнение проводится одновременно для всех. Выполняют его, сидя, как обычно, в аудитории, не видя реакции другого, что раскрепощает и снимает робость. Выполняются задания совместно по предьявлению ситуации преподавателем:

А. Начался урок. Вы за столом. Открывается дверь. Смотрите на вошедшего:

требовательно: “Быстрее садись”;  
удивленно: “Не ожидал”;  
с досадой: “Отвлекаешь”;  
спрашивая: “Что-нибудь случилось?”;  
укоризненно: “Мешаешь работать”;

Данные упражнения способствуют формированию у студентов умения выделять существенное, стимулируют развитие педагогического воображения, включают в самооценку критерии профессионального соответствия.

### III. Микровыступления “Я и профессия” (3-5 мин).

Примерный план выступления: почему я избрал профессию учителя; как я готовил себя к профессии учителя; что я могу уже сегодня дать детям; чего бы мне хотелось добиться в процессе профессиональной подготовки в вузе.

Поскольку данное занятие первое в курсе, студенты испытывают психологические барьеры, препятствующие установлению благоприятного психологического климата в группе. Желательно (если позволяет аудитория), чтобы на этой части занятия студенты сели в круг так, чтобы видеть друг друга. Можно предложить каждому студенту написать свою фамилию и имя на карточке, - это облегчит общение. Предлагается задавать выступающим вопросы, касающиеся темы беседы. На данном занятии студентам рекомендуется усвоить первые требования к публичному выступлению: смотреть на аудиторию и высказывать собственные суждения без опоры на конспект.

### IV. Анализ программ самовоспитания выдающихся людей.

**Задание 6.** Рассказать о самовоспитании выдающейся личности (по выбору студента, например о педагоге К. Д. Ушинском, ученом Н. И. Вавилове). Можно воспользоваться следующей литературой:

1. Толстой Л. Н. Полн. собр. соч. — М., 1937. — Т. 46. — С. 15; Т. 47. — С.22; Дневники Л. Н. Толстого.
2. Резник С. Е. Николай Иванович Вавилов. — М., 1968.
3. Ушинский К. Д. Собр. соч.: В 11 т.-М.-Л., 1962.-Т. II.
- 4/ Макаренко А. С. Заявление в Центральный институт организаторов народного просвещения Пед. соч.: В 8 т. —1983.-Т. I.-С. 8-11. А также выбрать из “Педагогической поэмы”.

Анализ отдельных программ можно найти в книгах: Рувинский Л. И. Самовоспитание личности. - М., 1984.-С. 35-42; Ковалев А. Г. Самовоспитание школьников. — М., 1967. Проанализировать программу по схеме:

- 1.Цель самовоспитания (какие качества личности хотел воспитать в себе человек, какую направленность имели эти цели).
- 2.Какие средства выбрал для достижения цели?
- 3.Соотнесение результата самовоспитания или самообразования с целью.

V. Заполнение дневника профессионального становления по схеме и составление программ самовоспитания.

Самооценка профессиональных качеств и составление программы самовоспитания требуют индивидуальной работы. Студентам предлагается вычислить в дневнике те качества и умения, которые получили низкую самооценку и низкую оценку экспертов, наметить пути этих качеств и умений. Программа курса основ педагогического мастерства предусматривает целенаправленное развитие многих качеств студента, представленных в дневнике. На данном занятии студентам следует определить сильные задачи по формированию отдельных качеств и умений.

Например, для самовоспитания воли рекомендуется составить такую программу:

1. Составлять план работы на день, на неделю. Стремиться обязательно выполнить его.
2. Преодолевать в себе отрицательные эмоции. Верить в успех.
3. Преодолевать жизненные препятствия.
4. Использовать формулы самовнушения: “Я уверен в себе”, “Я хочу это сделать”, “Я могу это сделать”, “Я сделаю это”.

А для самовоспитания внимания такую:

1. Стремиться быть серьезным, вдумчивым, способным длительное время сосредоточиваться на одном деле.
2. Не отвлекаться во время всей лекции, двух лекции и т.д.
3. Использовать формулу самовнушения: “Я сосредоточен”, “Я слушаю внимательно” и др.
4. Самоприказ: “Следить за мыслью преподавателя”.
5. Самоотчет: подводить итоги дня, недели.

Аналогично могут быть составлены программы по воспитанию целеустремленности, смелости, оптимизма и т.д.

При затруднениях в выборе индивидуальной программы можно провести тренировочное упражнение по составлению программ по для развития отдельных профессионально значимых качеств учителя.

В тетрадях для практических занятий можно готовить дневник (отвести 10-12 стр.) профессионального становления по прилагаемой схеме (см. таблицу 1. Разработана Т. Г. Дмитренко и Е. Г. Самещенко, преподавателями Полтавского пединститута).

В первую графу (левая страница разворота тетради) выписать следующие качества личности и умения:

Таблица 1 – Профессиональное становление

Каче ства	Имеющийся уровень сформированности качеств и умений	Ближайший уровень сформированности качеств и умений
	самооценка	оценка эксперта

Заключительный анализ выполнения упражнений можно провести на основании высказываний студентами своих впечатлений о работе каждого члена группы (легко ли было понимать то, что хотел выразить студент, выполняя различные упражнения; гармоничность и цельность экспрессивного поведения; какие средства невербального поведения наиболее выразительны; что мешало в восприятии).

Упражнения на развитие понимания экспрессии психического состояния личности

**Упражнение 6. Определение эмоционального состояния человека с помощью эталонов невербального поведения.** Пользуясь эталонами поведения в состоянии радости, страха и т. п., можно определить эмоциональные состояния, представленные на фотографиях в книге В. А. Лабунской. (См. литературу: 6.— С. 51—57; 122—130.)

Чтобы легче было ориентироваться, нужно представить ситуацию, дать словесное описание ее, поведения каждого из ее участников. Вычленив признаки опознания.

**Упражнение 7. Определение эмоционального состояния через эмпатию.** Даются фотографии (или слайды). Охарактеризовать эмоциональное состояние человека, поставив себя в предлагаемую ситуацию, определив ее содержание и чувства, вызываемые данными обстоятельствами.

Можно использовать фотографии из приложения к книге П. М. Якобсона (Изучение чувств у детей и подростков.— М., 1961), фрагменты и отдельные кадры фильмов (с выключенным звуком), чтобы по невербальному поведению восстановить логику действия.

**Упражнение 8. Кто это? Написать заранее характеристику невербального поведения одного из студентов группы. На занятии зачитать без указания адресата. Группа определяет, кому из ее членов она может принадлежать. Задание можно усложнить, сопоставив экспрессию поведения студента и учителя-мастера.**

**Упражнение 9. Зеркало.** Оно направлено на развитие умения чувствовать в другого, т. е. эмпатии, с помощью переноса на себя внешнего рисунка поведения партнера.

Студенты работают в парах. Один из них ведущий. Его задача— мысленно размышлять по поводу выбранной ситуации. Второй является его отражением, т. е. повторяет все движения стоящего перед ним человека. Зеркало отражает не только изменение положения рук, ног, туловища, головы человека, но и его чувства, мельчайшие перемены в его настроении. Для того чтобы воспроизвести малейшее действие, студент должен понять, в каком настроении тот человек, почему он совершает действие. Попытка

зависит от открытости личности, ее воображения, эмоционального настроения.

**Упражнение 3. Задуманное слово.** Группа делится на две подгруппы. Каждая задумывает слово, обозначающее предмет или абстрактное понятие (что сложнее для игры).

Поочередно представитель подгрупп невербально представляет это слово противоположной подгруппе. Те имеют право называть варианты ответов, а рассказчик невербально соглашается с ходом их мысли или отрицает ответ, чтобы играющие изменили направление поиска.

Эта игра позволяет рассмотреть средства невербального поведения, которыми пользуется студент, и в какой-то мере понять его манеру невербального общения.

**Упражнение 4. Окно.** (См. литературу: 2.— С. 182—183.) Встаньте друг против друга. Вообразите, что вас и вашего партнера разделяет окно с таким толстым стеклом, что попытки кричать бесполезны: партнер не услышит вас. Однако вам необходимо сообщить ему очень важную вещь. Что делать? Но слишком серьезен предмет сообщения, чтобы размахивать руками. Не договариваясь с партнером о содержании разговора, попробуйте передать через стекло все, что вам нужно, и получить ответ.

При выполнении этих упражнений важно, чтобы студенты не разыгрывали роль передающего информацию, а действительно пытались выполнить задание, содержание которого составляло бы для них актуальный интерес. Важно также обратить внимание на влияние эмоционального настроения, личного отношения для передачи информации.

**Упражнение 5. Телетакт.** Есть телефон, телеграф, телевизор, можно создать и телетакт, т. е. передавать свои ощущения, свое отношение по поводу определенных мыслей, ситуаций тактильно, а точнее, рукопожатием.

Студенты становятся тесным кругом, взявшись внизу за руки. Ведущий задумывает, какую информацию он хочет передать, средоточивается и передает ее рукопожатием, думая о содержании передаваемого. Получивший информацию, не торопясь, ощутив и осознав ее, передает рукопожатием соседу и так далее до тех пор, пока информация не возвратится к ведущему.

Ведущий соглашается или возражает против такого понимания информации. Затем каждый, по очереди, расшифровывает, что он воспринял и что передал. Определяется и анализируется звено, где появляется искажение.

Все представленные подготовительные упражнения (данного раздела) помимо диагностического характера, имеют и развивающий, служат усилению сензитивности личности, чувствительности к объекту взаимодействия.

	в насто момент	1 курс	2 курс	3 курс	1 курс	2 курс	1 курс	2 курс	1 курс	2 курс	3 курс
	в насто момент	1 курс	2 курс	3 курс	1 курс	2 курс	1 курс	2 курс	1 курс	2 курс	3 курс

1. Культура внешнего вида:

1. Осанка:
    - a) прямая;
    - b) умение сидеть прямо и свободно, руки свободно лежат на столе;
    - c) подтянутость, собранность.
  2. Одежда:
    - a) аккуратность;
    - b) скромность;
    - c) цветовая гармония;
    - d) соответствие одежды возрасту, условиям занятий и работы;
    - e) соответствие моде;
    - f) чувство меры в выборе украшений.
  3. Грим (умеренность).
  4. Прическа (аккуратность).
  5. Мимика:
    - a) выражение доброжелательности, спокойствия, уверенности (но не самоуверенности);
    - b) взгляд при общении направлен на собеседника;
    - c) эмоциональная выразительность;
    - d) соответствие выражения лица характеру речи, с которой выступает.
  6. Пантомимика:
    - a) жесты уместны, органичны, естественны;
    - b) походка упругая, ритмичная, легкая;
    - c) движения гибкие, размеренные, непринужденные, отсутствие скованности в движениях;
    - d) сдержанность в движениях, отсутствие суетливости и нервозности;
    - e) умение бесшумно вставать и садиться.
- II. Культура педагогического общения
1. Соблюдение спокойного, доброжелательного тона в общении:
    - a) умение слушать собеседника;
    - b) умение задавать вопросы;
    - c) умение анализировать выступление;
    - d) умение первому установить контакт с другим человеком;
    - e) умение понять другого человека;

**Тема: Основы мимической и пантомимической выразительности учителя**

Цель: помочь осознать особенности своего невербального поведения; понимание экспрессии психических состояний личности; развитие умений педагогически целесообразно выражать свое отношение с помощью невербальных средств общения.

Оборудование: видеомagneтoфон для записи упражнений, выполняемых студентами с целью последующего анализа; магнитные записи бесед учителей-мастеров и студентов-практикантов; карточки с заданиями; фотографии с изображением различных мимических реакций; список эмоциональных состояний; слайды, репродукции картин.

Опорные понятия: невербальные средства общения, мимика, пантомимика, экспрессия, внутреннее самочувствие педагога, внешнее самочувствие.

**ПЛАН ЗАНЯТИЯ**

- I. Проверка теоретических знаний.
- II. Упражнения на развитие умений педагогически целесообразно выражать свое отношение с помощью невербальных средств общения.
- III. Моделирование. Внутренний монолог.

**ХОД ЗАНЯТИЯ**

I. Проверка теоретических знаний.

1. К. С. Станиславский о внутренней и внешней технике актерского мастерства, единстве чувства правды и чувства формы.
2. Роль невербальных средств в общении.
3. Требования к мимике и пантомимике педагога. Недостатки начинающих учителей и пути их устранения.

II. Упражнения на развитие умений педагогически целесообразно выражать свое отношение с помощью невербальных средств общения.

Упражнения на осознание своего невербального поведения  
Цель упражнений — усиление индивидуальной мотивации в работе над темой.

**Упражнение 1. Приветствие.** Приветствовать невербально (рукопожатием и др.) товарищей, двигаясь по кругу и передавая индивидуальные отношения. Анализ строится на соответствии замысла и восприятия действия.

**Упражнение 2. Передаем предметы.** Невербально передать по кругу воображаемый предмет. Тот, кому это передается, должен соответственно принять его и передать далее. В процессе анализа обращается внимание на то, что распознавание и адекватная реакция

- f) умение ориентироваться в сложившейся ситуации общения.
2. Стремление к установлению зрительного контакта.
- a) вы смотрите на собеседника (аудиторию);
- b) умение видеть и понимать реакцию слушателей.
3. Умение заинтересовать, увлечь выступлением, рассказом, сообщением:
  - a) владение свободным, связанным произнесением речи перед слушателями без опоры на конспект;
  - b) внешний вид выражает готовность и желание общаться, вести беседу, выступать и т.д.;
  - c) умение передавать свое отношение к сообщаемому.

**III. Саморегуляция**

1. Умение снимать излишнее напряжение, волнение.
2. Умение преодолевать в себе нерешительность перед выступлением.
3. Умение мобилизовать рабочее самочувствие.
4. Умение сдерживать себя в стрессовых ситуациях.
5. Умение создавать необходимое настроение.

**IV. Культура речи**

1. Грамматическая правильность речи, соблюдение правильных ударений.
2. Лексическое богатство.
3. Выразительность, образность речи.
4. Техника речи:
  - b) полетность, звонкость голоса;
  - c) гибкость голоса, богатство интонации;
  - d) правильно выбранная сила голоса;
  - e) четкая дикция (отсутствие гнусавости, шепелявости и других дефектов);
  - f) соблюдение необходимого темпа речи.

Таблица 2 – Программа самовоспитания

Качества личности	Что уже воспитано	Что надо воспитать	Правила и упражнения по формированию качеств и умений. Срок выполнения

В дополнение к дневнику профессионального роста студенты могут составить программу самовоспитания по примерной схеме (см. таблицу 2).

**Подведение итогов занятия:** студенты анализируют, какие новые мотивы, стимулирующие обучение в вузе, возникли у них, удалось ли им

оказывающих в процессе общения с ними (спокойный, корректный, сдержанный, уверенный в себе, строгий и пр.).

3. Добиться педагогической целесообразности и эстетической привлекательности, выразительности своего внешнего вида.

Параметры оценки работы студентов в заданных ситуациях

1. Успешное прогнозирование предполагаемых условий общения, работы и рациональное моделирование своего поведения в соответствии с ними.

2. Обеспечение продуктивного общения, взаимодействия с учениками, создание для них оптимального режима работы, усвоения знаний.

3. Самоконтроль поведения, речевого общения, видение и правильная интерпретация реакции учеников на внешний вид, речь учителя; эффективная коррекция своего поведения.

4. Степень интереса и старания, проявленных студентом при выполнении учебного задания.

Рекомендуемая литература

1. **Макаренко А. С.** Проблемы школьного советского воспитания//Пед. соч.: В 8 т.—Т. 4.—С. 201—203.

2. **Макаренко А. С.** Методика организации воспитательного процесса// Там же.—Т. 1.—С. 316—320.

3. **Бодалев А. А.** Личность и общение//Избр. труды.— М., 1983.— С. 98—115.

4. **Верб М. А., Купенко В. Г.** Педагогическая техника/Теория и методика коммунистического воспитания в школе/Под ред. Г. И. Щукиной.— М., 1974.—С. 278—282.

5. **Ладженская Т. А.** Живое слово: Устная речь как средство и предмет обучения.— М., 1986.—С. 46—49.

6. Методика воспитательной работы в школе/Сост. Э. С. Кузнецова и др.— М., 1967.—С. 307-327.

7. **Ножин Е. А.** Мастерство устного выступления.— 2-е изд., доп.— М., 1982 —С. 219—227.

8. **Рыданова О.** О костюме учителя//Воспитание школьников.— 1973.— № 6.—С. 49-51.

осознать свое соответствие выбранной профессии учителя, определить цель самовоспитания (образ самого себя в будущем), наметить программу самовоспитания в соответствии с выбранной целью.

Рекомендуемая литература

1. **Батурина Г. И., Кузина Т. Ф.** Введение в педагогическую профессию: Учеб. Пособие для студ. сред. учеб. заведений. — 2-е изд. — М.: Издательский центр «Академия», 1999.

2. **Бондаревский В. Б.** Воспитание интереса к знаниям и потребности к самообразованию: Кн. Для учителя. — М.: Просвещение, 1985. — 144 с.

3. **Макаренко А. С.** Некоторые выводы из моего педагогического опыта. Пед. соч.: В 8 т.-М., 1984.-Т. 4.-С. 235-236, 243-247.

2. **Бондаревский В. А.** Беседы о самовоспитании.- М., 1976.-С. 25-44.

3. **Грушин Д. М., Колдунов Я. И.** Руководство самовоспитанием школьников.-М., 1975.-С. 18-22.

4. **Елканов С. Б.** Основы профессионального самовоспитания будущего учителя.-М., 1989.

5. **Сухомлинский В. А.** Сто советов учителю. Избр. произв.: В 5 т.- Киев, 1979. —Т. 2.-С. 449-454.

## ЛАБОРАТОРНО – ПРАКТИЧЕСКОЕ ЗАНЯТИЕ №2

Тема: **Выдающийся мастер педагогического труда А. С. Макаренко**

**Цель:** формирование профессионального интереса к личности и деятельности А. С. Макаренко, потребности в глубоком изучении его педагогического наследия; первичное представление о понятиях “педагогическое мастерство” и “педагогическая техника” в работах А. С. Макаренко.

**Оборудование:** диафильм “А. С. Макаренко”, слайды “Музей А. С. Макаренко в Крюкове”, педагогические сочинения А. С. Макаренко.

**Опорные понятия:** педагогическое мастерство, педагогическая техника.

### ПЛАН ЗАНЯТИЙ

I. Проверка теоретических знаний.

II. Выполнение заданий на развитие первоначальных умений анализировать элементы педагогического мастерства в деятельности А. С. Макаренко.

III. Микровыступление. Заочная экскурсия.

## ЛАБОРАТОРНО – ПРАКТИЧЕСКОЕ ЗАНЯТИЕ № 7

## ХОД ЗАНЯТИЯ

### I. Проверка теоретических знаний.

**Задание 1.** Составить устный рассказ “Мои размышления после знакомства с жизнью и деятельностью А. С. Макаренко”. Постараться ответить на вопросы: когда и где вы впервые услышали имя Макаренко? Кто первый рассказал вам о нем? Какие факты биографии А. С. Макаренко вам особенно запомнились и почему? В чем убедил вас Макаренко? В чем помог разобраться? О чем заставил задуматься, поспорить?

**Задание 2.** Используя рекомендуемую литературу, составить и прокомментировать синхроническую таблицу, отражающую периоды педагогической деятельности А. С. Макаренко в их взаимосвязи с основными социально-политическими событиями того времени.

Ответить на вопросы: в чем своеобразие времени, в которой жил А. С. Макаренко? Как время отразилось в мироощущении, в социальном, профессиональном становлении Макаренко? Как деятельность Макаренко была связана с реальными процессами социалистического переустройства общества в 20-30-е годы?

**Задание 3.** Познакомиться с содержанием и историей документов, писем, раскрывающих личность А. С. Макаренко.

Ответить на вопросы: как эти материалы дополняют наши представления о человеческих, гражданских, профессиональных качествах личности А. С. Макаренко? Чтобы вы хотели познать у него? На каких основах строил А. С. Макаренко свои отношения с воспитанниками? Насколько актуальны сегодня его идеи и опыт требовательного воспитания волевой и гуманной личности? Что говорит А. С. Макаренко о глубоком понимании своего общественного и профессионального долга, о его активной позиции преобразователя жизни?

**Задание 4.** Прокомментировать строку из письма А. М. Горького А. С. Макаренко: “Огромнейшего значения и поразительно удачный педагогический эксперимент Ваш имеет мировое значение, на мой взгляд”. Согласны ли вы с выводом Горького?

II. Выполнение заданий на развитие первоначальных умений анализировать элементы педагогического мастерства в деятельности А. С. Макаренко.

**Задание 5.** Изучив рекомендованные произведения А. С. Макаренко, ответить на вопросы: как Макаренко решает проблему соотношения педагогического мастерства и педагогического таланта? Что лежит в основе педагогического мастерства, по мнению А. С. Макаренко, каково содержание его компонентов? Какую роль отводил А. С. Макаренко личности воспитателя в становлении его педагогического мастерства? В чем видел А. С. Макаренко актуальность проблемы педагогической

Ширина шага должна соответствовать росту, полу человека. Чем он выше, тем длиннее его шаг. Мужественность, размашистый шаг и широкие движения, присущие мужчинам, не подходят женщинам. Прекрасно при ходьбе размахивать руками и раскачивать плечами, втягивать голову в плечи, горбиться. Проанализируйте свой темп ходьбы, длину шага, положение тела, рук, движения бедер, поясные движения при ходьбе. Отметьте, от чего нужно избавиться, чтобы походка была красивой и легкой.

На основе результатов выполнения этих упражнений составить самоотчет и самохарактеристику, используя для этого дневник профессионального становления.

**Упражнение 8.** Защита образцов (рисунки, фотографии) эстетически выразительной одежды учителя с разным целевым назначением (урок, отдых и пр.).

III. Микропреподавание. Формирование умений и навыков организации внешнего вида в заданных ситуациях учебно-воспитательного процесса.

Ниже предложены различные ситуации деятельности учителя:

Ситуация 1. Вход учителя в класс. Приветствие. Представление, знакомство с классом.

Ситуация 2. Вход учителя в класс. Приветствие. Неожиданный стук в дверь. Действуйте, реагируйте.

Ситуация 3. Вход учителя в класс. Приветствие. Начать рассказ так: “Дети, я хочу рассказать вам...” Это может быть рассказ о преподаваемом предмете, об интересном, значимом событии. Задача рассказчика — привлечь внимание учеников к рассказу, установить контакт с аудиторией, продумать организацию своего внешнего вида.

Ситуация 4. Проверка домашнего задания на уроке: развернутый отчет ученика у доски; учитель слушает, сидя за рабочим столом, комментирует ответ и мотивирует отметку.

Ситуация 5. Объяснение учителем нового материала у доски с помощью печатной таблицы, схемы (вариант — проекция через кодоскоп). Самоконтроль объяснения, поведения в классе; рациональная организация познавательной деятельности учащихся.

Ситуация 6. Объясняя учебный материал, учитель делает записи на доске, руководя при этом деятельностью учащихся, записями учащихся в тетрадях.

Целевая установка для студентов перед выполнением заданий

1. Продумать, какой стиль поведения учителя будет в наибольшей мере соответствовать заданным условиям общения с учениками, обеспечить их продуктивную деятельность на уроке; использование каких элементов психофизического тренинга он потребует (распределенное™, концентрации внимания, регуляции самочувствия, активизации волевых усилий).

2. Продумать, какое впечатление о себе хотелось бы оставить у

если есть склонность сутулиться, согните руки так, чтобы пальцы рук касались плечей, а локти — туловища (при этом зазор между стеной и поясницей не должен увеличиваться). Упражнение выполняется 1—3 мин. Дыхание свободное. Закончив упражнение, пройдите по комнате, потряхивая по очереди руками и ногами. Затем пройдите с хорошей осанкой (как будто стоите у стены).

**Упражнение 2. “На колок”.** (См.: Ножин Е. А. Основы советского ораторского искусства.— М., 1973.— С. 284.) Встаньте, выпрямитесь, расслабьте мышцы спины и плеч. Как бы приподняв свое тело (плечи, грудь) и откинув его назад и вниз, “наденьте его на позвоночник”, как пальто на вешалку. Спина стала крепкой, прямой, а руки, шея, плечи свободные, легкие (повторить 2—3 раза). Такое положение должно стать привычным, естественным.

**Упражнение 3. Контроль и коррекция позы.** Перед зеркалом примите позы, характерные для вас; проделайте различные движения (рук, ног, головы, тела), которые свойственны вам при общении. Проанализируйте особенности своей осанки, жестов, положение корпуса — насколько они уместны, выразительны, эстетичны. Отметьте, над чем нужно поработать, чтобы добиться эстетики позы.

**Упражнение 4. Рабочая поза учителя.** Примите характерную для учителей позу на уроке (работайте перед зеркалом). Ноги поставьте на расстоянии 12—15 см между носками, одну ногу выдвиньте вперед; сделайте упор на одну ногу несколько сильнее, чем на другую. Плечи расправьте, снимите мышечные “зажимы”. Осанка прямая, нижняя часть живота подтянута. Шея держится вертикально, подбородок приподнят. В руке — раскрытая книга.

Внимательно осмотрите себя (осанка, выражение лица, положение тела). В занятой вами позе сделайте шаг назад, потом вперед, влево, вправо. Повторите эти же движения, но в процессе чтения, импровизированного рассказа. Следите за ритмичностью ваших движений, стремитесь к естественности мимики, жестов.

**Упражнение 5.** Попробуйте несколько раз сесть за стол и встать, сделав это бесшумно, легко, без опоры на руки. Обратите внимание на правильный выбор точки опоры для ног.

**Упражнение 6.** Встаньте из-за стола и поменяйтесь местами с товарищем, сидящим рядом. Сделайте это бесшумно, аккуратно, используя минимум целесообразных и естественных движений. Обратите при этом внимание на осанку; снимите напряжение, если оно появилось.

**Упражнение 7. Контроль и коррекция похочки.** Пройдитесь перед зеркалом, стараясь выполнить следующие требования к походке. Она должна быть легкой, с гибкими, размеренными движениями. Нужно избегать разболтанной, шатающейся, семенящей танцующей походки.

техники? В чем проявился новаторский характер оценки А. С. Макаренко воспитательных функций педагогической техники (голоса, дикции, мимики, движений)? Какие идеи А. С. Макаренко о вузовской подготовке будущего учителя вы хотели бы позаимствовать для собственной программы профессионального самовоспитания на период обучения в институте?

**Задание 6.** Привести примеры из жизни А. С. Макаренко, раскрывающие его целенаправленную самостоятельную работу по овладению педагогической техникой - приемами управления своим настроением, голосом, внешним видом. Чем актуальны эти примеры для современных студентов – педагогов?

**Задание 7.** На основе анализа педагогических ситуаций из практики А. С. Макаренко (ч. 1, гл. 24; ч. 3, гл. 6 из “Педагогической поэмы”) сделать выводы о мастерстве педагога в использовании педагогической техники для решения конкретных задач воспитания. В качестве логического ориентира для анализа использовать вопросы: почему возникла эта ситуация? Какие воспитательные задачи стояли перед А. С. Макаренко в ее разрешении? Объяснить педагогический замысел А. С. Макаренко в решении этих задач. Как соотносятся с замыслом педагога избранные им логика и характер поведения, тон, стиль общения с воспитанником? Какую роль в осуществлении своего замысла А. С. Макаренко отводит педагогической технике?

Отметить элементы педагогической игры в его поведении. Какова режиссура этой игры? Каковы педагогические результаты решения ситуации воспитателем?

### III. Микровыступление. Заочная экскурсия.

Завершит занятия практическая работа студентов по проведению подготовленных заочных экскурсий. Цель работы – формирование первичных дидактических навыков передачи знаний слушателям (ученикам) и умений реального взаимодействия с ними.

Студентам предлагается составить рассказ для проведения заочной экскурсии по одной из предлагаемых тем: “А. С. Макаренко – студент Полтавского учительского института”, “А. С. Макаренко – организатор и руководитель колонии им. М. Горького”, “Педагогическая деятельность А. С. Макаренко в коммуне им. Ф. Э. Дзержинского”

Желательно продумать возможности включения в рассказ фрагментов из писем, воспоминаний об А. С. Макаренко, эпизодов из его художественных книг, слайдов, кадров диафильма, материалов комнаты – музея А. С. Макаренко, взяв на себя роль экскурсовода (продумать характер своего поведения, манеру повествования, способы установления контакта со слушателями, логика и выразительность речи).

Задача студента – экскурсовода – привлечь внимание слушателей к теме своего рассказа, углубить их представления о А. С. Макаренко, вызвав ответный интеллектуальный и эмоциональный отклик на рассказ.

**Целевая установка для студента, ведущего экскурсию:**

1. Рассказчику важно помнить, что его слова обращены к слушателям, поэтому необходим контакт с аудиторией (зрительный, психологический), активизация внимания, интереса, мышления слушателей.

2. Рассказчик не просто информирует, сообщает факты, а повествует, рисуя средствами голоса и языка картины, наглядные образы того, о чем рассказывает. Он должен возбуждать воображение слушателей, активизировать их образную память. Рассказ должен быть образным, эмоциональным.

3. Облегчает восприятие рассказа его продуманная логика, четкость изложения, информативная новизна и емкость.

4. Рассказчику важно контролировать свою речь, жесты, движения, осанку, заботиться об их выразительности, естественности.

Степень реализации этих условий обсуждается при анализе и оценивании практической работы студентов при проведении заочных экскурсий в комнате – музее А. С. Макаренко.

В заключение определяется место занятия в работе по педагогическому мастерству на I курсе (здесь не завершается, а только начинается изучение педагогического наследия А. С. Макаренко). Студенты знакомятся с перспективой изучения работ великого педагога.

**Рекомендуемая литература**

1. Макаренко А. С. Заявление в Центральный институт организаторов народного просвещения // Пед. соч.: В 8 т. - Т. 1.-С. 8-11.
2. Макаренко А. С. Некоторые выводы из моего педагогического опыта // Там же.-Т. 4-С. 235-236, 243-247.
3. Макаренко А. С. О моем опыте // Там же. – Т. 4-С. 260-266
4. Макаренко А. С. Переписка с А. М. Горьким // Там же. – Т. 1-С. 217-266
5. Макаренко А. С. Письмо к А. П. Сугак от 24 марта 1923 г. // Там же.-Т. 8.-С. 15-18
6. Макаренко А. С. Предисловие к альбому “Наши жизни-Горькому-горьковцы”//Там же.-Т. 1.-С. 91-92.
7. Балабанович Е. З. А. С. Макаренко. Человек и писатель. – М., 1963.
8. Воспоминания об А. С. Макаренко. – Л., 1960.
9. Горький А. М. По Союзу Советов // Собр. соч.: В 30 т. – М., 1952. – Т. 17. – С. 160-170.
10. Морозова Н. А. А. С. Макаренко. Семинарий. – Л., 1961.

**ЛАБОРАТОРНО – ПРАКТИЧЕСКОЕ ЗАНЯТИЕ № 3**

**Тема: Культура внешнего вида учителя**

Цель: осознание специфики педагогических функций внешнего вида учителя, развитие первоначальных умений управлять внешним видом как средством педагогического воздействия, стимулирование потребности в повышении уровня культуры внешнего вида.

Оборудование: рисунки, слайды, таблицы.

Опорные понятия: внешний вид учителя, эстетическая выразительность внешнего вида.

**ПЛАН ЗАНЯТИЯ**

I. Проверка теоретических знаний.

II. Выполнение упражнений на контроль и коррекцию правильной осанки, позы, походки.

III. Микропреподавание. Формирование умений и навыков организации внешнего вида в заданных ситуациях учебно-воспитательного процесса.

**ХОД ЗАНЯТИЯ**

I. Проверка теоретических знаний.

1. Особенности восприятия личности учителя учениками. Понятие культуры внешнего вида учителя.

2. А. С. Макаренко о педагогической роли внешнего вида учителя и требованиях к нему.

3. Характеристика компонентов внешнего облика учителя, влияющих на восприятие его личности учениками (осанка, походка, поза, жесты, одежда).

4. Способы организации внешнего вида учителя.

II. Выполнение упражнений на контроль и коррекцию правильной осанки, позы, походки.

При выполнении упражнений важно осмыслить функциональную роль внешнего вида учителя: показатель уровня воспитанности, средство обеспечения контакта, эталон культуры внешнего вида современного человека, показатель психического состояния учителя.

**Упражнение 1. Контроль и коррекция осанки.** (См.: Динеико К. Движение, дыхание, психофизическая тренировка.— М., 1986.— С. 64.)  
Встаньте у стены и плотно прикоснитесь к ней спиной. Ноги сомкните, руки опустите, голова должна касаться стены. Если ваша ладонь не пройдет между поясницей и стеной, то осанка хорошая. В ином случае (большой зазор) слабый брюшной пресс и живот оттягивают позвоночник вперед. Чтобы укрепить мышцы спины и пресс, необходимо 2—3 раза в день (перед едой) вставать к стене так, как описано выше. Чтобы не было большого зазора (больше 4 см) между стеной и поясницей, втяните живот, а

V. Микропреподавание. Управление собой в ситуации “Дети, давайте поговорим о...”.

В ходе проведения микропреподавания слушателям необходимо написать, какое состояние испытывает выступающий перед аудиторией товарищ.

Выступающему студенту предлагается описать свое физическое и психическое состояние во время микропреподавания.

Сравниваются самоотчет выступающего студента и отчеты слушателей.

Таким образом, с помощью этого занятия у студентов формируются следующие умения:

- ✓ выбирать и использовать различные способы саморегуляции социально ситуации и индивидуальным особенностям студентов;
- ✓ снимать мышечные зажимы;
- ✓ концентрировать внимание на разных группах мышц;
- ✓ составлять формулу самовнушения;
- ✓ управлять рабочим самочувствием в процессе начального этапа общения.

Рекомендуемая литература

1. **Макаренко А. С.** Проблемы школьного советского воспитания//Пед. соч.: В 8 т.—Т. 4.—С. 196–201.
2. **Беляев Г. С., Лобзин В. С., Копылова И. А.** Психологическая саморегуляция.—Л., 1983.—С. 51—139.
3. **Водейко Р. И., Мазо Г. Е.** Как управлять собой.—Минск, 1983.
4. **Левин В.** Искусство быть собой.—М., 1977.
5. **Львова Ю. Л.** Творческая лаборатория учителя: Из опыта работы.— 2-е изд., перераб. и доп.—М., 1985.—С. 98—121.
6. **Пекелис В.** Твои возможности, человек!—М., 1984.
7. **Сухомлинский В. А.** Сто советов учителю//Избр. произв.: В 5 т.—Т. 2—С. 454—462.
8. Учитель, владей собой! Формирование психологической установки профессиональной деятельности учителя как одной из характеристик человеческого фактора: Метод. рекомендации/Сост. Р. И. Хмелюк и др.—Одесса, 1986.—С. 37-50.
9. **Чарный Б. М.** Учитесь властвовать собой.—Пермь, 1984.
10. **Шварц И. Е.** Внушение в педагогическом процессе.— Пермь, 1971.—С. 228—240.

**ЛАБОРАТОРНО – ПРАКТИЧЕСКОЕ ЗАНЯТИЕ № 6**

**Тема: Игра в педагогическом процессе**

**Цель:** формирование представлений о возможности применения игр в педагогическом процессе; ознакомление с элементами техники организации различных игр; создание картотеки игр.

**Опорные понятия:** игровая деятельность, игровая форма, элемент, прием, позиция частичной включенности, позиция коллективного примера.

#### ПЛАН ЗАНЯТИЯ

- I. Проверка теоретических знаний.
- II. Выполнение упражнений на овладение элементами техники организации игры.
- III. Микропреподавание. Демонстрация фрагментов занятий с использованием подвижных и познавательных игр.

#### ХОД ЗАНЯТИЯ

- I. Проверка теоретических знаний.
  1. Игра в жизни ребенка. Ее функции.
  2. Познавательная игра как средство развития умственных способностей, тренировка памяти, мышления, средство содержательного разумного отдыха школьников. Условия ее применения и организации.
  3. Подвижная игра как средство активного отдыха детей. Ее воспитательное значение. Гигиенические требования (одежда, температура и т.д.).
  4. Роль учителя в организации игр. Его умения и навыки.

II. Выполнение упражнений на овладение элементами техники организации игры.

Ситуация 1. Идет урок. Дети устали. Надо переклочить их от серьезной работы к игре; провести мотивацию; четкий, короткий инструктаж (рассадить, построить и т.д.); выход из игры; короткий анализ; настрой на серьезную работу.

Ситуация 2. Все второклассники с увлечением играют, кроме одного. Найти средство включения его в игру (игра подвижная или познавательная, на выбор).

**Упражнение 1.** Предложить детям провести соревнование, кто за минуту больше: напишет аккуратно какую-нибудь букву; напишет подряд числа, начиная с единицы; свяжет обрывки нитки, каждая длиной в 10 см (сравнить потом, у кого нитка длиннее).

Ваша задача:

определить, какому возрасту это будет интересно; провести установку, разъяснить задание;

объявить результаты соревнования с комментариями, короткая мотивация – цена минуты.

**Упражнение 2.** Студенты имитируют игры (подвижную, познавательную). Делают это с разной степенью интереса и увлеченности. Испытуемый в течение минуты наблюдает за играющими, затем отвечает на вопросы:

Сколько играло в подвижную игру, а сколько – в неподвижную? Назвать студентов, которые играли с увлечением; со скукой; нервничая.

Кто был лидером?

Ответы аргументировать.

**Упражнение 3** (игра “По порядку номеров”). Две команды по 10 человек выстраиваются шеренгами лицом к зрителю. У ведущего два комплекта карточек разного цвета с числами от одного до десяти. Перед началом игры ведущий перемешивает карточки каждого комплекта и по одной прикалывает на спины играющих. Ни один из играющих не знает, какое число написано на его карточке. Узнать это каждый может лишь у своего соседа.

По сигналу игроки команд должны построиться так, чтобы числа на их карточках были расположены по порядку. Команда, выполнившая задание быстрее и без ошибок, выигрывает. Организуйте эту игру со студентами. Учитывается: настрой на игру, выбор места и времени, мотивация; короткий инструктаж; поведение воспитателя во время игры; оценка результатов игры; самоанализ.

Рекомендуемая литература

1. **Макаренко А. С.** Лекции о воспитании детей // Пед. Соч.: В-8 т.-Т. 4.-С. 72-79.
2. **Азаров Ю. П.** Искусство воспитывать: Книга для учителя.- М., 1985.-С. 172-204, 328-343.
3. **Амонашвили Ш. А.** Здравствуйте, дети! – М., 1984.
4. **Амонашвили Ш. А.** Размышления о гуманной педагогике. – М., 2001.
4. **Геллер Е. М.** Игры на переменах для школьников 1-3 – х классов. – М., 1985.
5. **Геллер Е. М.** Игры на переменах для школьников 4-6 – х классов. – М., 1985.
6. **Минский Е. М.** От игры к знаниям. – М., 1982.

**ЛАБОРАТОРНО – ПРАКТИЧЕСКОЕ ЗАНЯТИЕ № 4**

тяжелая”.

Вывод: это упражнение еще раз демонстрирует, как с помощью самоприказов и представлений можно внушить себе самые различные состояния.

**Упражнение 15. Выход из состояния релаксации.** Идет счет до 10, на каждый второй счет подаются команды (самоприказы) “раз, два — вы хорошо отдохнули; три, четыре — тяжесть правой руки прошла; пять, шесть — бодрость во всем теле; семь, восемь — настроение бодрое; девять, десять — открыть глаза и улынуться”.

Энергично дается команда: “Потянитесь, сядьте прямо! Сплести пальцы рук перед собой! Выверните кисти ладонями наружу. С полным вдохом поднимите руки со сплетенными пальцами над головой. С резким выдохом опустите руки”. Это упражнение повторяется 2—3 раза.

IV. Коллективное составление программы самовнушения (упражнения подобрали Т. Г. Дмитренко).

Следует руководствоваться следующими правилами: формула должна быть четкой и лаконичной; формула не должна содержать отрицательной части “не”; обязательно соблюдение последовательности формул: “хочу — могу — буду — есть”.

(Я хочу быть спокойным и уверенным, я могу быть спокойным и уверенным, я буду спокойным и уверенным, я спокоен и уверен!)

Рекомендуем примерные программы самовнушения.

1. Для оптимации настроения: “я собран и уравновешен; у меня приподнятое, радостное настроение; я хочу быть активным и бодрым; я могу быть активным и бодрым; я активен и бодр; я хочу (могу, буду) чувствовать энергию и бодрость; я жизнерадостен и полон сил; я оптимист”.

2. Для отдыха: “я спокоен; я совершенно спокоен; я хорошо отдыхаю и набираюсь сил; отдыхает каждая клеточка моего организма; отдыхает каждый мускул; отдыхает каждый нерв; свежесть и бодрость наполняют меня; я собран и внимателен; впереди плодотворный день; я отдыхаю”.

3. Для самонастройки на предстоящий экзамен: “чувствую себя уверенно; настроение приподнятое; голова ясная; я совершенно спокоен; я собран; мыслю четко; я хочу (могу, буду) отвечать легко, четко, ясно”.

4. Для настройки на профессиональный стиль поведения на уроке, преодоления неуверенности, скованности в общении с классом: “я совершенно спокоен; я вхожу в класс уверенно; чувствую себя на уроке свободно и раскованно; владею собой; мой голос звучит ровно, уверенно; я могу хорошо провести урок; настроение бодрое; мне самому интересно на уроке; мне интересно учить ребят; мне есть что рассказать детям; я спокоен и уверен в себе”.

## **Тема: Элементы актерского и режиссерского мастерства в педагогической деятельности**

**Цель:** опираясь на принципы системы К. С. Станиславского, научиться анализировать педагогическое действие в учебно – воспитательном процессе; развивать педагогические умения эмоционального воздействия на учащихся, мобилизации их внимания.

**Оборудование:** кинофильм о системе К. С. Станиславского, грамзаписи его выступлений, слайды из микрофильмов. Тексты произведений К. С. Станиславского (“Моя жизнь в искусстве”, “Работа актера над собой”), А. С. Макаренко, В. А. Сухомлинского, К. Д. Ушинского. Фрагменты видеозаписей конкурсов по педагогическому мастерству, практических занятий студентов по темам “Убеждение”, “Внушение в педагогическом процессе”.

### **ПЛАН ЗАНЯТИЯ**

- I. Проверка теоретических знаний.
- II. Упражнения на формирование умений коллективной творческой работы.
- III. Упражнения на развитие восприятия и наблюдательности, смелости и непосредственности.
- IV. Микропреподавание. Формирование умений наблюдать и воспроизводить психическое состояние человека.

### **ХОД ЗАНЯТИЯ**

- I. Проверка теоретических знаний.
  1. Общие психолого-педагогические признаки театрального и педагогического действия.
  2. Различия профессиональных навыков педагога и актера.
  3. Особенности системы К. С. Станиславского как науки о сценическом творчестве.
  4. Проявление особенностей системы К. С. Станиславского в системе А. С. Макаренко. Единство всех видов творчества.

**Задание 1.** Прокомментируйте опорный сигнал № 4, раскрыв общее и отличительное в театральном и педагогическом действии.

**Задание 2.** На основании изученной литературы раскройте основные элементы системы К. С. Станиславского (см. опорный сигнал № 5). Покажите ее возможности для совершенствования профессионального становления учителя.

Итак, между выражением лица и психическим состоянием существует прочная обратная связь, внешнее выражение расслабленности и покоя влечет за собой соответствующие изменения состояния.

**Упражнение 12. Полный физический покой.** Цель — максимально расслабить мышцы тела, снять все мышечные зажимы.

Основные формулы: “Я расслабляюсь”, “Полный физический покой”.  
Подаются команды (самоприказы): “покой, полный физический покой; я расслабляюсь; мышцы шеи расслаблены; плечи расслаблены (плечи опускаются); мышцы рук расслаблены: предплечья, кисти рук...; руки кажутся легкими, брошенными на колени; мышцы спины расслаблены; живот расслаблен”.

Круг внимания медленно скользит по телу, проверяя, все ли мышечные зажимы убраны, опускается по мышцам ног: “ноги расслаблены: расслабляются бедра, раскрепощаются коленные суставы, расслабляются мышцы голени, стопы...; каждый мой мускул расслаблен и вял; покой, полный физический покой”.

В момент расслабления вообразите картину отдыха: вы отдыхаете на пляже (в саду...): “Я отдыхаю, мне приятно состояние полного физического покоя”.

Вывод: с помощью самоприказов и представлений вы можете внушить себе состояние полного физического покоя, воздействуя через сознание на подсознание.

**Упражнение 13. Полный психический покой.** Цель — максимально успокоиться, снять возбуждение и нервное напряжение. Основные формулы: “Полный психический покой”, “Покой, как одеяло, укутывает меня”.  
Подаются команды (самоприказы): “отдых”; все мысли ушли; только покой; покой, как мягкое одеяло, укутывает меня; я совершенно спокоен; полный психический покой”.

Вывод: на фоне общего физического расслабления вы можете с помощью самоприказов и представлений внушить себе состояние полного психического покоя.

**Упражнение 14. Тяжесть правой руки.** Цель — добиться максимального расслабления мышц, а для этого необходимо научиться вызывать ощущение мышечной тяжести в правой руке (потом во всем теле). Основная формула: “Правая рука тяжелеет”.  
Подаются команды (самоприказы): “моя правая рука тяжелеет; я чувствую тяжесть в правой руке; кончики пальцев тяжелые; кисть правой руки тяжелеет”.

Можно использовать следующие образные представления: “рука наливаются свинцом и постепенно тяжелеет; правая рука тяжело давит на колено; я чувствую тяжесть в предплечье, в плече; вся правая рука

II. Упражнения на формирование умений коллективной творческой работы.

**Упражнение 1. “Приветствие учителя”.** При появлении педагога в аудитории студенты встают, чтобы его приветствовать. Как правило, делается это шумно и неорганизованно. Надо повторять приветствие до тех пор, пока не будут достигнуты одновременность, быстрота, бесшумность, мягкость и изящество в выполнении этого простейшего действия.

Опорный сигнал № 1

Общие психолого-педагогические признаки театрального и педагогического действия

## СВЕРХЗАДАЧА-ВОСПИТАНИЕ ЛИЧНОСТИ

<b>Школа</b>	<b>Функции</b>	<b>Театр-игра</b>
<b>храм основ науки</b>		<b>храм искусства</b>
развитие, воспитание, обучение; связь обучения с жизнью, идейность, доступность, преемственность, последовательность, оправданность всего совершаемого		развитие, воспитание, привлечение, связь с жизнью, доступность, преемственность, последовательность, художественное совершенство
<b>Урок-действие</b>	<b>Требования</b>	<b>Спектакль-действие</b>
Виды и типы уроков, отбор учебного материала, ТСО; репетиция, импровизация, сиюминутность, неповторимость		Режиссура, драматургия, декорации; репетиции, импровизация; сиюминутность, неповторимость
<b>Учитель</b>		<b>Актер</b>
Личность всесторонне развитая, самобытная, с твердой гражданской позицией, постоянно обогащающаяся и отдающая		Личность универсальная, яркая, с твердой гражданской позицией, постоянно обогащающаяся и отдающая

**Искусство**  
Учителя и актера  
– это искусство психологического

влиянием размеренного и частого ритма.

**Упражнение 6. Контроль и регуляция дыхания.** Так как наше дыхание и эмоциональное состояние взаимосвязаны, то контроль и регуляция первого могут способствовать саморегуляции второго. Наблюдения показывают, как меняется дыхание в эмоциональных состояниях: ровное дыхание спящего, глубокое у задумавшегося, учащенное у волнующегося, “раздутые ноздри” у гневающегося.

Вдох при диафрагмальном дыхании производится через нос. Вначале воздухом при расслаблении и слегка опущенных плечах наполняются нижние отделы легких, живот при этом все более и более выпячивается. Затем вдохом последовательно поднимаются грудная клетка, плечи и ключицы. Полный выдох выполняется в той же последовательности: постепенно втягивается живот, опускается грудная клетка, плечи, ключицы. Это стабилизирует эмоциональное состояние.

**Упражнение 7. Использование библиотерапии.** Прочитать стихотворение, прозу. Обсудить, какие чувства вызывает данное произведение.

**Упражнение 8. Использование музыки в сочетании со зрительными образами.** Просмотреть слайдовую программу на музыкальном фоне. После просмотра описать свое состояние.

**Упражнение 9. Имитационная игра.** Войти в класс в образе зауча, директора. Проследить, как меняется внутренний настрой.

III. Упражнения на снятие мышечного напряжения, внушение в состоянии релаксации (упражнения подобрали Т. Г. Дмитренко, преподавателем Полтавского пединститута).

**Упражнение 10. “Поза” релаксации** (поза кучера на дрожках). Необходимо сесть на стул, наклонить туловище немного вперед, слегка согнуть спину, опустить голову на грудь, бедра расправить под прямым углом друг к другу. Предплечья свободно лежат на бедрах, кисти рук свободно свисают. Мышцы максимально расслаблены. Глаза закрыты. Поза напоминает положение уставшего кучера на дрожках.

Мысленным взором “пробежаться” по всем мышцам тела, проверка, достаточно ли они расслаблены. Начинать нужно с мышц лица, с освоения “маски” релаксации.

**Упражнение 11. “Маска” релаксации.** Подаются команды (самоприказы): “мышцы лба расслаблены; все морщины на лбу разглажены (чтобы почувствовать расслабление этой группы мышц, можно предварительно для контраста напрячь их, на вдохе подтянуть брови, как это бывает при удивлении, и на выдохе опустить); брови расслаблены (нахмурить брови и тут же расслабить); веки расслаблены; мышцы щек расслаблены; челюсти разжаты, нижняя челюсть свободно опущена вниз; губы расслаблены, на лице лежит печать глубокого сладкого сна”.



III. Упражнения на развитие восприятия и наблюдательности.

**Упражнение 6. Переклечение внимания.** Педагог подает команды:

зрительное внимание – объект далеко (дверь),

слуховое внимание – объект близко (комната),

зрительное внимание – объект далеко (улица в окне),

осозательное внимание – объект далеко (ткань собственного костюма),

слуховое внимание – объект далеко (звуки улицы),

зрительное внимание – объект близко (карандаш),

обонятельное внимание (запах в аудитории),

внутреннее внимание (тема: папироза – любой предмет),

зрительное внимание – объект близко (пуговица).

**Упражнение 7. Оправдание действия.** По сигналу преподавателя все мгновенно принимают какую-нибудь неожиданную для самих себя позу. Каждый должен найти для нее убедительное оправдание. Искать оправдание в области физических действий, а не психологического состояния. Например, студент принял такую позу: тело откинута назад, правая рука над головой. Оправдание - замахнулся, держа топор в руке.

**Упражнение 8. Поиск приспособления.** (Польсти товарищу – лезть в действия). Одолжи деньги у товарища. (“Прибедняюсь, заговариваю зубы”). Оправдываю свое опоздание (на собрание, урок и т.д.).

IV. Микропреподавание. Формирование умений наблюдать и воспроизводить психическое состояние человека.

Сыграть сцену (по выбору педагога) из драматического произведения, ранее изучаемого в школьных программах, с учетом индивидуальных задач роли.

### Рекомендуемая литература

1. **Макаренко А. С.** Некоторые выводы из моего педагогического опыта // Пед. соч.: В 8 т.-Т. 4.-С. 235-248.

2. **Верб М. А., Куценко В. Г.** Педагогическое мастерство // Теория и методика коммунистического воспитания в школе. – М., 1974.

3. **Гишпиус С. В.** Гимнастика чувств. – М. –Л., 1967.

4. **Кнебель М. О.** Поэзия педагогики. – М., 1946. – С. 21-256.

5. **Станиславский К. С.** Моя жизнь в искусстве // Собр. соч.: В 8 т. – М., 1954. – Т. 1. – С. 83, 90, 91, 94-95, 114-115, 118, 121, 126-127, 147, 156., 367-368, 370-371, 402-403, 404, 405-406, 408-409.

6. **Станиславский К. С.** Работа над собой в творческом процессе переживания // Там же. – Т. 2. – С. 5-8, 23-24, 25, 38, 48, 58, 60, 62, 68, 73, 94-95, 356-359, 363, 372-374, 375.

7. **Чехов М.** Об искусстве актера // Литературное наследие: В 2 т. – М., 1986. – С. 34-36.

**Тема: Мастерство учителя в управлении собой, основы техники саморегуляции**

Цель: формирование представлений о возможности управления рабочим самочувствием, способах его создания; ознакомление с элементами техники аутогенной тренировки; воспитание потребности заниматься психофизической саморегуляцией.

Оборудование: слайдовая музыкальная программа для релаксации, магнитная запись фрагмента сеанса АТ, плакаты с изречениями о возможностях саморегуляции.

Опорные понятия: самочувствие, рабочее самочувствие учителя, саморегуляция, мышечный зажим, релаксация, самовнушение, аутогенная тренировка, музыкотерапия, библиотерапия, трудотерапия, имитационная игра, мажор.

### ПЛАН ЗАНЯТИЯ

I. Проверка теоретических знаний.

II. Ознакомление будущих педагогов с методами и техникой регуляции своего самочувствия.

III. Упражнения на снятие мышечного напряжения, внушение в состоянии релаксации.

IV. Коллективное составление программы самовнушения.

V. Микропреподавание. Управление собой в ситуации “Дети, давайте поговорим о...”

### ХОД ЗАНЯТИЯ

I. Проверка теоретических знаний.

1. Какие примеры из личного опыта (педагогического, житейского) показывают важность умения управлять собой?

2. Зачем педагогу умение владеть собой? (Мысли А. С. Макаренко и В. А. Сухомлинского по этому поводу. Собственные доказательства.)

3. Каковы способы саморегуляции самочувствия учителей?

4. Роль аутогенной тренировки в деятельности, ее сущность.

5. Техника выполнения упражнений на релаксацию, самовнушение.

II. Ознакомление будущих педагогов с методами и техникой регуляции своего самочувствия.

Так как эмоциональное напряжение сопровождается напряжением мышц, то регулировать самочувствие можно, снимая мышечное напряжение. Чтобы лучше ощутить состояние расслабления, следует предварительно потренироваться в напряжении отдельных групп мышц и последующем их расслаблении.