

УПРАВЛЕНИЕ ОБРАЗОВАНИЯ МУНИЦИПАЛЬНОГО
ОБРАЗОВАНИЯ ГОРОД НОВОРОССИЙСК
МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
«ДВОРЕЦ ТВОРЧЕСТВА ДЕТЕЙ И МОЛОДЕЖИ ИМ. Н.И.СИПЯГИНА»
МУНИЦИПАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ ГОРОД НОВОРОССИЙСК

Принята на заседании
педагогического совета
от « 24 » мая 2023 г.
Протокол № 5

Утверждаю
Директор МБУ ДО ДТДМ
Т.В. Радченко
« 24 » мая 2023 г.



**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА
ХУДОЖЕСТВЕННОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ
«Школа красоты, стиля и этикета «Триумф»»**

Уровень программы: ознакомительный
Срок реализации программы: 1 год (144 час.)
Возрастная категория: от 7 до 15 лет
Вид программы: модифицированная
Форма работы: очная
Программа реализуется на бюджетной основе
ID-номер программы в АИС «Навигатор» 3952

Разработчик-составитель:
Смаракова Татьяна Михайловна,
педагог дополнительного образования

г. Новороссийск, 2023

Паспорт к дополнительной общеразвивающей общеобразовательной программы художественной направленности «Школа красоты, стиля и этикета «Триумф»	
Наименование муниципалитета	муниципальное образование город Новороссийск
Наименование организации	МУ ДО ДТДМ
ID-номер программы в АИС «Навигатор»	3952
Механизм финансирования	Социальный сертификат
ФИО автора (составителя) программы	Смаракова Татьяна Михайловна
Краткое описание программы	Программа направлена дать девочкам необходимый набор знаний и умений, который помог бы им полюбить себя. Такие простые вопросы: как я выгляжу, что на мне одето, как я иду, что говорю и как,- очень волнуют наших подростков, особенно девочек. Ответ на эти вопросы помогает ребенку обрести свою индивидуальность. В программу входит обучение актерскому мастерству, искусству дефиле, основам этикета, ритмопластика, хореография, основы техники визажа.
Форма обучения	очная
Уровень содержания	ознакомительный
Продолжительность освоения (объём)	144часов
Возрастная категория	от 7 до 15 лет
Цель программы	Создание условий для культурно-эстетического развития личности учащихся, расширения кругозора, развития внутренних способностей, раскрытия индивидуальности, обретение внутренней уверенности для продуктивного и позитивного взаимодействия с внешним миром.
Задачи программы	<ul style="list-style-type: none"> • Развитие познавательного интереса учащихся к профессиональной деятельности, овладение теоретическими и практическими знаниями в области этики, эстетики и культуры; • Приобретение знаний, умений и навыков социализации, умение следить за собой и своим внешним видом, знать тенденции современной моды и стиля; • Формирование понятий о физической красоте, умение красиво двигаться, владеть своим телом; • Привитие музыкального вкуса, умение слышать музыку, ориентироваться в музыкальных ритмах; • Ознакомление с правилами этикета (повседневного, делового, международного, застольного). • Развитие устойчивого интереса к творческой деятельности, овладение основами танцевальной техники, аэробики. • Формирование уважительного отношения к взрослым и сверстникам;

	<ul style="list-style-type: none"> • Формирование активной жизненной и гражданской позиции, чувства уважения к своей стране и гуманного отношения к людям; • Приобщение к ведению здорового образа жизни через участие в культурной жизни общества; • Развитие трудолюбия, самостоятельности, умение импровизировать и применять свои способности. • Приобщение учащихся к многообразной творческой деятельности с выходом на конкретный продукт; • Развитие волевых качества, чувства самоконтроля и ответственности на занятиях и в процессе выступлений; • Профилактика предупреждения правонарушений и детской беспризорности.
Ожидаемые результаты	<ul style="list-style-type: none"> • повысит уровень знаний в области этики, эстетики и культуры; • уметь следить за собой (внешний вид, речь, походка) • приобретет уверенность в себе, к своей привлекательности и уникальности; • владеть знаниями, умениями и навыками социализации, появится устойчивый интерес к творческой деятельности; • уметь владеть телом, знать основы танцевальной техники, ориентироваться в музыкальных ритмах. • уметь ставить цель и достигать успешности; • владеть знаниями сценической культуры; • иметь активную гражданскую позицию и позицию личности: уважительного отношения к взрослым и сверстникам; • потребность в ведении здорового образа жизни; • способность к саморазвитию, иметь мотивации к самосовершенствованию. • иметь твердую уверенность в своих силах, применять свой потенциал в творческой деятельности; • проявлять ответственность к любому делу, как в рамках учебного процесса, так и при решении жизненных ситуаций; • владеть коммуникативными навыками; • проявлять активный интерес к саморазвитию, самостоятельности.
Особые условия (доступность для детей с ОВЗ)	нет
Возможность реализации в электронном формате с применением дистанционных технологий	да
Материально-техническая база	Класс с зеркалами, оборудованный усилительной аппаратурой, ауди проигрывателем, звуковыми колонками, информационные накопители, методический материал, литература.

Содержание

I	КОМПЛЕКС ОСНОВНЫХ ХАРАКТЕРИСТИК ПРОГРАММЫ	5
	Пояснительная записка	5
	Направленность программы	6
	Новизна, актуальность, практическая значимость	6
	Особенности организации образовательного процесса	8
	Цели и задачи дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы	9
	Учебный план, содержание	10
II	КОМПЛЕКС ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИХ УСЛОВИЙ, ВКЛЮЧАЮЩИЙ ФОРМЫ АТТЕСТАЦИИ	14
	Календарный учебный график	14
	Формы аттестации	18
	Методическое обеспечение	18
	Список литературы	20
	Интернет-ресурсы	21
	<i>Приложение</i>	22
	Вспомогательный методический материал по сопровождению дополнительной общеобразовательной программы	22
	Диагностика обучающихся	32
	Мониторинг	33

Раздел I. Комплекс основных характеристик программы

Пояснительная записка

В нашем современном мире высоких, продвинутых технологий, огромного количества информации разного рода, мы в погоне как можно больше дать нашим детям, и абсолютно забываем, а может быть просто, не хватает времени и знаний, чтобы уделить внимание другой, не менее важной стороне детского развития. Такие простые вопросы: как я выгляжу, что на мне одето, как я иду, что говорю и как. Эти незаметные вещи создают нас и такими мы остаёмся в жизни. И если этих знаний и умений не достаёт, то развиваются различные комплексы, с которыми трудно справиться, и они мешают маленькому человеку жить, ценить себя, а значит и окружающих. Преодоление этих комплексов отнимает много сил, энергии, ребёнок теряет свою индивидуальность. И в этом смысле программа направлена дать девочкам необходимый набор знаний и умений, который помог бы им полюбить себя, а значит быть более уверенными и успешными в жизни.

Дополнительная общеразвивающая общеобразовательная программа «Школа красоты, стиля и этикета» имеет *художественную направленность*, разработана в соответствии с общей концепцией воспитания, современными методиками и формами обучения и на основе следующих нормативных документов:

1. Федеральный закон Российской Федерации от 29.12.2012г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
2. Федеральный закон от 31 июля 2020 г. № 304-ФЗ «О внесении изменений в Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» по вопросам воспитания обучающихся».
3. Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года, утвержденная распоряжением Правительства Российской Федерации от 31 марта 2022 г. № 678-р;
4. Указ Президента Российской Федерации «О национальных целях развития Российской Федерации на период до 2030 года», определяющего одной из национальных целей развития Российской Федерации предоставление возможности для самореализации и развития талантов;
5. Распоряжение Правительства РФ от 12.11.2020 № 2945-р «Об утверждении плана мероприятий по реализации в 2021 - 2025 годах Стратегии развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года»;
6. Приказ Минпросвещения от 03.09.2019 № 467 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей»;
7. Проект «Доступное дополнительное образование для детей», в рамках федерального проекта «Успех каждого ребенка» и национального проекта «Образование»;
8. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от

27.07.2022 № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;

9. Приказ Минтруда России от 05 мая 2018 г. № 298н «Об утверждении профессионального стандарта «Педагог дополнительного образования детей и взрослых» (зарегистрирован Минюстом России 28 августа 2018 г., регистрационный № 25016);

10. Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28 сентября 2020г. № 28 «Об утверждении Санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи».

11. «Программа воспитания МБУ ДО ДТДМ, план воспитательной работы педагогов дополнительного образования»;

12. Устав МБУ ДО ДТДМ и другие локальные акты учреждения

Данная программа ежегодно обновляется с учетом развития науки, техники, культуры, экономики, технологий и социальной сферы.

Актуальность определяется как ориентированность на развитие общего культурного уровня обучающихся, потребность детского и родительского спроса, чувства комфортной адаптации детей и подростков в обществе, в жизни, опираясь на понимание - что значит быть настоящей девушкой. Актуальность программы заключается также и в том, что она направлена на содействие профессиональному самоопределению обучающихся путем приобретения специальных знаний, умений и навыков в сфере красоты. Программа позволяет осуществить пробы, оценить свои потребности и возможности и сделать обоснованный выбор возможной будущей профессиональной деятельности.

Педагогическая целесообразность данной программы состоит в использовании разных педагогических приёмов, средств и методов образовательной деятельности:

- овладение приемами манекенной пластики, обеспечивающей формирование осанки и красивой походки, выразительности и пластичности движений.
- практика актёрского мастерства, которое влияет на развитие речи, мимики и жестикуляции;
- композиционные постановки (умение работать в группе, развитие навыков работать в команде, коммуникабельность и умение налаживать отношения в коллективе, развитие чувства ответственности)
- основы стиля, формирующие развитие вкуса в раннем возрасте.

Приобщение детей к созерцанию прекрасного и участию в его создании, побуждающее их к самостоятельному творчеству, является очень важным аспектом в дальнейшем формировании здоровой личности ребёнка.

Полученные в процессе обучения знания и навыки применимы не только в профессиональной деятельности, но и в повседневной жизни.

Новизна программы заключается в применении интеграционных процессов смежных направлений деятельности. Эти направления являются эффективным дополнением к основным занятиям, практическая значимость и ценность которых, помимо эстетического развития детей, состоит в позитивном влиянии на их психическое и физическое самочувствие:

- улучшение функции внимания и памяти;
- расширение спектра целенаправленных двигательных навыков, использование подражательных реакций;
- осознание своих потенциальных способностей и направления их развития, профилактика возникновения разного рода комплексов, которые являются причиной проявления у ребёнка агрессии, вызванной недовольством собой (своим внешним видом, осанкой, фигурой, походкой), и, как результат - заниженная самооценка и другие сопутствующие проблемы.

При традиционности направления деятельности могут использоваться оригинальные приемы, методы, педагогические технологии или нестандартной формой (чередование форм) организации образовательной деятельности (контактная, бесконтактная).

Основные отличительные особенности программы в том, что изложение и освоение данного образовательного материала позволяет наиболее эффективно организовать учебный процесс в соответствии с требованиями, предъявляемыми современной педагогикой. Основная особенность данной программы – это не изучение одной конкретной области знаний, а интеграция нескольких дисциплин различных по форме проведения, что делает процесс обучения интереснее и помогает раскрыть как можно больше граней личности ребёнка, развить более гармоничную, уверенную в себе девочку. Практические занятия включают организацию и проведение мастер-классов с привлечением специалистов из различных областей деятельности (художники, дизайнеры, стилисты и т.д.).

Адресат программы. Программа предназначена для девочек в возрасте от 7 до 15 лет и рассчитана на обучающихся, которые заинтересованы в творческом, эстетическом и духовном развитии, с разным уровнем подготовленности, способностями и физическими данными. Немаловажно обязательное сотрудничество педагогов и родителей (лица, их заменяющие). Особое внимание уделяется детям из малообеспеченных, неполных семей, ТЖС. **Условия приема детей:** запись на дополнительную общеобразовательную общеразвивающую программу осуществляется через

систему заявок на сайте «Навигатор дополнительного образования детей Краснодарского края» <https://p23.навигатор.дети/> и заявления от родителей.

Уровень общеобразовательной программы ознакомительный, что предполагает освоение обучающимися начальных знаний этики и эстетики. Формирование мотивации по включению в образовательную деятельность. Объем программного материала рассчитан на 1 год обучения (144 часа; 36 уч. недель в год). **Режим:** два раза в неделю по 2 часа (40 мин. академический час, перерыв 5 мин.).

Особенности организации образовательного процесса. На начальном этапе проводится ознакомление с комплексом разных дисциплин, составляющих весь программный курс материала. На практических занятиях учащиеся овладевают знаниями и умениями правильной и красивой ходьбы, этическими основами поведения в различных жизненных ситуациях, знаниями макияжа, подбора грамотной эстетики одежды. Итоговое занятие в форме демонстрации творческого проекта направлено на раскрытие личностного творческого потенциала каждой девочки.

Форма обучения очная. В данной программе включено использование различных форм учебных занятий: беседа, лекция, концертное выступление, проектная деятельность, включающие в себя практические и теоретические занятия, видеопказы. Работа проводится в разновозрастных группах (по 10 человек в группе). Групповая технология предполагает дифференцированный подход с обучающимися и работу в малых группах (т.е. работа с малым составом 3-4 чел.).

Цель программы: создание условий для культурно-эстетического развития личности учащихся, расширения кругозора, развития внутренних творческих способностей, раскрытия индивидуальности, обретение внутренней уверенности для продуктивного и позитивного взаимодействия с внешним миром.

Задачи программы:

Предметные задачи:

- Развитие познавательного интереса к профессиональной деятельности, овладение теоретическими и практическими знаниями в области этики, эстетики и культуры;
- Приобретение знаний, умений и навыков социализации, умение следить за собой и своим внешним видом, знать тенденции современной моды и стиля;
- Формирование понятий о физической красоте, умение красиво двигаться, владеть своим телом;
- Привитие музыкального вкуса, умение слышать музыку,

ориентироваться в музыкальных ритмах;

- Ознакомление с правилами этикета (повседневного, делового, международного, застольного).
- Развитие устойчивого интереса к творческой деятельности, овладение основами танцевальной техники, аэробики.

Личностные задачи:

- Формирование уважительного отношения к взрослым и сверстникам;
- Формирование активной жизненной и гражданской позиции, чувства уважения к своей стране и гуманного отношения к людям;
- Приобщение к ведению здорового образа жизни через участие в культурной жизни общества;
- Развитие трудолюбия, самостоятельности, умение импровизировать и применять свои способности.

Метапредметные задачи:

- Приобщение учащихся к многообразной творческой деятельности с выходом на конкретный продукт;
- Развитие волевых качества, чувства самоконтроля и ответственности на занятиях и в процессе выступлений;
- Профилактика предупреждения правонарушений и детской беспризорности.

Учебный план

Разделы обучения	Общее кол-во часов	Из них		Формы аттестации, контроля
		Теория	Практика	
1 раздел	68	19	49	
1. Вводное занятие.	2	1	1	Беседа.
2. Дефиле.	20	3	17	Открытое занятие.
3. Манекенная пластика.	10	2	8	Творческие задания
4. Маленькие принцессы.	2	1	1	Творческие задания. Опрос
5. Аэробика.	10	2	8	Открытое занятие.
6. Актерское мастерство.	10	3	7	Открытое занятие фото.
7. Этикет.	8	4	4	Беседа. Творческие задания. Опрос

8. Фотопозирование	2	1	1	Фотосессия Фотоотчет.
9. Основы визажа, стилия, ухода за собой.	4	2	2	Творческие задания. Фото и видео отчёты
2 раздел	76	19	57	
1. Дефиле.	20	3	17	Открытое занятие.
2. Манекенная пластика.	10	2	8	Творческие задания.
3. Маленькие принцессы.	4	2	2	Творческие задания. Опрос
4. Аэробика.	12	2	10	Открытое занятие.
5. Актерское мастерство.	10	3	7	Открытое занятие.
6. Этикет.	8	4	4	Беседа. Творческие задания. Опрос
7. Фотопозирование	6	1	5	Фотосессия Фотоотчет.
8. Основы визажа, стилия, ухода за собой.	6	2	4	Творческие задания. Фото и видео отчёты
Итого:	144ч	31	113	

Содержание программы

1. Вводное занятие.

Теория: проведение инструктажа по ТБ, ПБ, правила поведения в ОУ.

Практика: знакомство (портфолио). Рассказ о себе.

2. Дефиле: Теоретические и методические основы правил дефиле.

Теория: из истории дефиле. Понятие дефиле. Дефиле как искусство. Знакомство с основами дефиле: эстетика движения, правильная осанка, красивая и легкая походка, умение правильно двигаться на сцене.

- знакомство с азами актерского мастерства;
- развитие уверенности, обаяния и женственности;
- формирование двигательных навыков;
- умение «слышать» и «слушать» музыку, что такое чувство ритма.

Практика: базовый шаг, основные позиции на точках, повороты и развороты в проходках, основные проходки и элементы, схемы проходок на сцене и подиуме, массовка, синхрон. Соединение поворотов в связки. Музыка и движение. Показ импровизация. Постановка выхода. Показ-дефиле. Показ перчатки, верхняя одежда, шарф, зонт.

3. Манекенная пластика.

Теория: обеспечение формирования осанки и красивой походки, выразительности и пластичности движений.

Практика: постановка осанки, пластика рук, отработка головы, упражнение «бедро», упражнение «диафрагма», «на носках».

4. Маленькие принцессы:

Теория: воспитание высоких моральных качеств; единение коллектива; обучение работе в команде. Способы взаимопомощи.

Практика: игра «Помоги другу» (поступай с другими так, как хотел бы, чтобы поступали с тобой); Игра «Только хорошее» (ловите мяч и возвращаете его ведущему, называя только хорошие качества человека: доброта, отзывчивость, трудолюбие, аккуратность, взаимопомощь, единство, благодарность, вежливость, мудрость, храбрость, чуткость, милосердие). Работа над сказкой «Обида».

5. Аэробика:

Теория: история возникновения, значение и ценность занятий.

Практика: Занятие по детской аэробике (кардио и силовая).

6. Актерское мастерство:

Теория: знакомство с собой, открытие в себе своё творческое "я".

1. Курс с работы с голосом, работа с речью, интонация. Элементы актерского мастерства: мимика, жест, пластика.

2. Развитие двигательной сферы через умение управлять своими двигательными действиями, развивать двигательную сноровку, связанных с воображением, образным мышлением, фантазией в создании актерских этюдов.

Практика: Игры и упражнения, занятия с образом, жестами, мимикой. Этюды. Самопрезентация.

7. Этикет:

Теория: правила поведения людей в обществе, внутренние и внешние черты характера и поведения, культура общения в различных ситуациях.

Практика: Азбука этикета от А до Я. Повседневный этикет. Домашний этикет. Секретные советы девочкам. Основы межличностных отношений между девочками и мальчиками. Столовый этикет. Сетевой этикет.

8. Фотопозирование:

Теория: комплекс знаний, который позволяет приобрести самые разные навыки, которые обязательно пригодятся им в обычной жизни: как приобрести уверенность в себе и своей внешности; избавиться от комплексов и стеснительности; овладеть искусством уверенно и пластично двигаться, свободно чувствовать себя перед камерой; научиться презентовать себя.

Практика: фотосессия, основные правила поведения на съемочной площадке и умение взаимодействовать с группой. Знакомство с различными стилями и видами съемок (портретная и ростовая фотография, реклама фэшн, динамика), работа с дополнениями и аксессуарами (искусство импровизации, создание различных образов).

9. Основы визажа, стиля, ухода за собой:

Теория: теоретические и методические основы визажа, стиля, основы правильного питания и ухода за собой. Этическое занятие «Я и моя внешность» (основы макияжа и уход за собой: уход за собой, кожей лица, волосами; элементарные основы макияжа; правильный подбор одежды и аксессуаров).

Практика: создание индивидуального образа в одежде, выполнение различных видов макияжа, составление меню правильного питания.

Планируемые результаты.

Предметные результаты:

- повысить уровень знаний в области этики, эстетики и культуры;
- уметь следить за собой (внешний вид, речь, походка)
- приобрести уверенность в себе, к своей привлекательности и уникальности;
- владеть знаниями, умениями и навыками социализации, развить устойчивый интерес к творческой деятельности;
- уметь владеть телом, знать основы танцевальной техники, ориентироваться в музыкальных ритмах.

Личностные результаты:

- уметь ставить цель и достигать успешности;
- владеть знаниями сценической культуры;
- иметь активную гражданскую позицию и позицию личности: уважительного отношения к взрослым и сверстникам;
- потребность в ведении здорового образа жизни;
- способность к саморазвитию, иметь мотивации к самосовершенствованию.

Метапредметные результаты:

- иметь твердую уверенность в своих силах, применять свой потенциал в творческой деятельности;
- проявлять ответственность к любому делу, как в рамках учебного процесса, так и при решении жизненных ситуаций;
- владеть коммуникативными навыками;
- проявлять активный интерес к саморазвитию, самостоятельности.

Воспитательная работа с коллективом обучающихся объединения

Воспитательные мероприятия направлены на создание условий для формирования социально-активной, творческой, нравственно и физически здоровой личности, способной на сознательный выбор жизненной позиции, а также духовному и физическому самосовершенствованию, саморазвитию в социуме.

План воспитательной работы

№ п/п	Направления воспитательной деятельности	Название мероприятия	Сроки проведения	Форма проведения
1	Общекультурное направление	«День открытых дверей»	сентябрь	Организация выставки и мастер-класса
2	Общекультурное направление, семейное воспитание	«Будем знакомы»	Сентябрь-октябрь	Родительское собрание.
3	Духовно-нравственное направление	Фотовыставка «Осень краса!» «Новогоднее представление!» «Летние забавы»	В течение года	Выставка фотографий, фотосессии
4	Гражданско-патриотическое	День народного единства «В дружбе - сила!» «9 мая»	Ноябрь, февраль, май	Беседа. Видеопросмотр и обсуждение. Концерт
5	Спортивно-оздоровительное	«Сила в единстве»	февраль	Спортивные игры
6	Трудовое	«Мир чище!»	март	Субботник
7	Воспитание семейных ценностей	«Один за всех!»	апрель	Открытое занятие/мастер класс.

8	Интеллектуальное воспитание	«Наше будущее!»	май	Выставка
---	-----------------------------	-----------------	-----	----------

Раздел 2. КОМПЛЕКС ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИХ УСЛОВИЙ, ВКЛЮЧАЮЩИЙ ФОРМЫ АТТЕСТАЦИИ

Календарный учебный график

п/п	дата	Тема занятия	Количество часов	Форма занятия	Форма контроля
1.		Вводный и первичный инструктаж. Знакомство. Введение в дефиле. Оценка походки.	2	Учебное занятие	Беседа, просмотр
2.		Разминка, дефиле. Главная точка.	2	Практическое занятие	Беседа, просмотр
3.		Разминка, дефиле. Дефиле. Постановка упражнения диафрагмы и бедро. Поворот – доворот.	2	Практическое занятие	Просмотр
4.		Разминка, отработка. Закрепление упражнения диафрагма и бедро.	2	Практическое занятие	Просмотр
5.		Дефиле, ввод правильных значений при походке. Отработка. Закрепление.	2	Практическое занятие	Просмотр
6.		Разминка. Закрепление всех значений (голова, живот, спина, ноги, глаза, бедра).	2	Практическое занятие	Просмотр
7.		Аэробика	2	Практическое занятие	Просмотр
8.		Отработка. Упражнения на расслабление.	2	Учебная игра	Практические задания, упражнения, просмотр
9.		Дефиле. Общий выход классика. Новый поворот классический. Отработка	2	Практическое занятие	Просмотр
10.		Актерское мастерство, этюды, работа в команде.	2	Учебная игра	Показ тематических миниатюр
11.		Аэробика.	2	Практическое занятие	Просмотр
12.		Актерское мастерство. Этюды, работа в паре. Мимика жесты (профессия).	2	Практическое занятие	Показ тематических миниатюр

13.		Дефиле. Разминка Задержка головы в повороте..Работа рук, отработка.	2	Практическое занятие	Просмотр
14.		Дефиле. Закрепление. Работа в поклазе.	2	Практическое занятие	Просмотр
15.		Ритм, такт, учимся слушать музыку. Работа в дефиле.	2	Практическое занятие	Тематические задания, просмотр
16.		Актерское мастерство. Развиваем фантазию.	2	Практическое занятие	Показ тематических миниатюр ,просмотр
17.		Аэробика	2	Практическое занятие	Просмотр
18.		Актерское мастерство упражнения на внимание, память.	2	Учебная игра	Тематические индивидуальные игры.
19.		Дефиле, отработка. Общий выход ручеек. Работа в паре.	2	Практическое занятие	Просмотр
20.		Аэробика.	2	Практическое занятие	Просмотр
21.		Новый поворот боковой. Отработка, закрепление.	2	Практическое занятие	Просмотр
22.		Разминка, бедро, диафрагма. Работа в поклазе с точкой в середине- разбор).	2	Практическое занятие	Просмотр
23.		Дефиле. Повтор. Отработка в поклазе. Общий выход ручеек.	2	Практическое занятие	Просмотр
24.		Фотопозирование.	2	Индивидуальная работа	Выставка
25.		Фотосессия «Первая»	2	Индивидуальная работа	Выставка
26.		Аэробика.	2	Практическое занятие	Просмотр
27.		Дефиле. Работа по парам. Новый поворот в общем выходе. Отработка.	2	Практическое занятие	Просмотр
28.		Открытый урок	2	Практическое занятие	Просмотр
29.		Основы столового этикета, практика.	2	Практическое занятие	Беседа, просмотр
30.		Основы столового этикета в практике.	2	Практическое занятие	Просмотр
31.		Дефиле повторение, отработка. Диафрагма. Отработка диафрагма в работе. Повторный инструктаж.	2	Учебная игра	Практическое занятие

32.		Аэробика	2	Практическое занятие	Просмотр
33.		Игровые занятия. Оживление предметов. Развитие фактической игры.	2	Учебная игра	Практическое занятие
34.		Дефиле. Отработка. Поворот Fashion одинарный.	2	Практическое занятие	Просмотр
35.		Дефиле. Повтор. Новый поворот Fashion двойной. Отработка.	2	Практическое занятие	Просмотр
36.		Дефиле, повтор, отработка. Дом задание –перчатки.	2	Практическое занятие	Просмотр
37.		Дефиле, демонстрация перчаток. Отработка.	2	Практическое занятие	Просмотр
38.		Дефиле. Новый поворот шаг в сторону.	2	Практическое занятие	Просмотр
39.		Повтор. Дефиле. Работа в расческе. Работа из-за кулис. Отработка.	2	Практическое занятие	Просмотр
40.		Аэробика.	2	Практическое занятие	Просмотр
41.		Актерское мастерство. Работа с воображаемыми предметами, с предлагаемыми обстоятельствами.	2	Практическое занятие	Показ тематических миниатюр
42.		Этикет. Домашний этикет девушки. Правила хорошего тона.	2	Практическое занятие	Беседа, просмотр, игры
43.		Аэробика.	2	Практическое занятие	Просмотр
44.		Дефиле. Повтор. Показ верхняя одежда. Отработка.Отработка новый уход через шаг. Повторение.	2	Практическое занятие	Просмотр
45.		Основы косметологии.	2	Практическое занятие	Просмотр
46.		Дефиле, отработка. . Новый выход вечерний (по одной ноге в сторону с шагом). Общий выход ручеек во внутрь. Самостоятельные связки.	2	Практическое занятие	Просмотр
47.		Актерское мастерство «Самопрезентация»	2	Учебная игра	Зачетные задания
48.		Дефиле новый поворот «Кокетка». (три шага назад). Отработка.	2	Практическое занятие	Просмотр
49.		Основы визажа.	2	Практическое занятие	Просмотр
50.		Дефиле. Повтор. Показ зонты. Отработка. Постановочный выход «Волна». Самостоятельные связки.	2	Практическое занятие	Просмотр

51.		Этикет «от А до Я».	2	Практическое занятие	Практические задания (ситуационные и ролевые игры)
52.		Дефиле. Новый поворот «360 ⁰ ». Отработка.	2	Практическое занятие	Просмотр
53.		Актерское мастерство. Игры на развитие акт.внимания и зрительную память, работа на координацию в пространстве.	2	Учебная игра	Практические задания (ситуационные и ролевые игры)
54.		Аэробика.	2	Практическое занятие	Просмотр
55.		Постановочный выход «Квадрат». Самостоятельные связки.	2	Практическое занятие	Просмотр
56.		Дефиле. Повтор. Показ шарфы. Отработка.	2	Практическое занятие	Просмотр
57.		Актерское мастерство-зачетное «Пародия на знаменитую личность»	2	Участие в концертной деятельности	Зачетная сдача, просмотр
58.		Фотопозирование итоговое. Фотосессия «Вторая»	2	Практическое занятие	Просмотр
59.		Дефиле. Повтор. Отработка. Самостоятельные связки.	2	Практическое занятие	Просмотр
60.		Игровые занятия.	2	Практическое занятие	Практическое занятие (ролевые игры)
61.		Дефиле новый поворот «Спортивный». Отработка.	2	Практическое занятие	Просмотр
62.		Аэробика	2	Практическое занятие	Просмотр
63.		Этикет в культурных и общественных местах.	2	Индивидуальная работа	Выставка
64.		Фотопозирование итоговое. Фотосессия «Третья»	2	Практическое занятие	Просмотр
65.		Постановка выпускного «Презентация Новые лица»	2	Репетиция	Просмотр
66.		Постановка выпускного «Презентация Новые лица»	2	Репетиция	Просмотр
67.		Постановка выпускного «Презентация Новые Лица». 1 выход. Отработка.	2	Репетиция	Просмотр

68.		Постановка выпускного «Презентация Новые Лица». 2 выход. Отработка.	2	Репетиция	Просмотр
69.		Аэробика	2	Репетиция	Просмотр
70.		Постановка выпускного «Презентация Новые Лица». 3 выход. Отработка.	2	Репетиция	Зачетная сдача, просмотр
71.		Генеральная репетиция выпускного «Презентация Новые Лица».	2	Участие в концертной деятельности	Конкурс
72.		Выпускной «Презентация Новые Лица».	2	Практическое занятие	Беседа, просмотр

Условия реализации программы

Материально-техническое оснащение. Для успешной организации и проведения учебного процесса необходимы: просторный светлый кабинет с оборудованием для изучения теоретического материала: столы, стулья, доска. Практические занятия проводятся в классе хореографии (классная комната с зеркалами). Работа осуществляется преимущественно в концертном зале на сцене.

Оборудование: проекционная система, видеооборудование (фотоаппарат, лазерный диск, компьютер (ноутбук), видеокамера, DVD-проигрыватель, сканер, другие типы Интернет-соединений.

Кадровое обеспечение: педагог дополнительного образования, имеющий опыт работы с детьми, специализацию актерского, режиссерского, театрального мастерства, а также педагог с хореографическим и музыкальным образованием, фотограф, звукооператор.

Аттестация и формы контроля

Первичный: с целью начальной диагностики для выявления стартовых возможностей и индивидуальных особенностей учащихся в начале цикла обучения.

Промежуточное диагностирование: проводится после изучения каждого раздела программы для возможности отслеживания динамики развития каждого ребёнка, коррекция образовательного процесса.

Итоговая диагностика: проводится в конце изучения курса общеобразовательной программы для подведения итогов освоения учебного материала программы.

Особое место в программе уделено мониторингу образовательного процесса. Он необходим для выработки целостного представления о ходе реализации программы. Диагностика уровня исполнительского мастерства поможет оценить, проанализировать и спрогнозировать процесс обучения.

Результаты освоения данной программы отслеживаются с помощью *форм наблюдения* и заполнения мониторингов:

- Творческие задания;
- Открытое занятие;
- Фотосессии;
- Участие в показах;
- Практические мероприятия.
- Фото и видео отчет.

Важно помнить, что при формировании творческой личности, способной воспринимать, чувствовать и оценивать прекрасное, осуществляется процесс целенаправленного эстетического воспитания.

Методическое обеспечение программы

Программа построена с учётом целостного подхода к педагогическому процессу, предполагающему, выделение следующих **принципов обучения**:

- *Принцип гуманистической направленности* (предполагает подчинение образовательно-воспитательной работы задачам формирования личности);
- *Принцип адекватности особенностям психического развития учащегося* (предполагает изучение педагогом психофизиологических возрастных особенностей детей; умение педагога общаться с детьми на их уровне развития с небольшим опережением);
- *Принцип дифференциации и индивидуального подхода* (предполагает индивидуальное оказание внимания со стороны педагога на занятиях с группой детей соответствующего возраста и уровня развития);
- *Принцип последовательности и систематичности знаний, умений и навыков их развития и совершенствования* (предполагает чёткое следование разработанной дополнительной общеразвивающей программе);
- *Принцип координации «педагог – воспитанник – семья»* (предполагает тесное сотрудничество педагога с родителями обучающегося, где воспитанник выступает не только в роли субъекта).

Методы обучения:

- Словесный метод - беседы, объяснение нового материала, дискуссии;
- Метод сенсорного восприятия - демонстрация видеоматериалов;
- Практический метод — планирование, постановка задачи, управление процессом выполнения, оперативное стимулирование и контроль, анализ работы, выявление причин недостатков и корректирование обучения до полного достижения цели; воспроизводящие и творческие упражнения, отработка и доработка;
- Проблемно–поисковый метод (погружение в образ);

- Метод стимулирования деятельности и поведения - поощрение, создание ситуации успеха;
- Метод контроля и самоконтроля;
- Наглядный (качественный показ самим педагогом, демонстрация отдельных частей и всего движения; просмотр видеоматериалов);
- Аналитический (сравнения и обобщения, мониторинг и развитие логического мышления);
- Эмоциональный (подбор ассоциаций, образов, создание впечатлений);
- Индивидуальный подход к каждому учащемуся с учетом природных способностей, возрастных особенностей, работоспособности и уровня подготовки.

Методы воспитания:

- Разностороннее воздействие на сознание, чувство и волю (беседа, метод примера);
- Организация деятельности в формировании опыта общественного поведения;
- Стимулирование поведения и деятельности (поощрение);
- Контроль, самоконтроль и самооценка.

Организационные формы:

- 1) коллективная – выполнение коллективных работ;
- 2) парная – работа двух участников.

Формы обучения:

- Игра;
- Творческое задание;
- Экскурсия;
- Практические работы;
- Контрольно-творческое занятие.

Список литературы для педагога

1. Актерский тренинг для детей мастер класс от лучших педагогов. М., 2009г.
2. Гиппиус С.В. «Тренинг развития креативности. Гимнастика чувств» М., 2008г.
3. В. Кингсленд «Индия. Обычай и этикет» АСТ, 2009г.
4. Кипнис М. «Актерский тренинг» АСТ, Прайм-Евროзнак 2008г.
5. Ром Н.В. «12 шагов к уверенности в себе» Питер, 2010г.
6. «Азбука хорошего поведения» А.Усачев Росмен-Пресс, 2012г.
7. Н. Формановская «Речевой этикет и культура общения» М.,2007г.

8. «Современный этикет на все случаи жизни» А.В.Цемме Гелеос, 2008г.
9. Кевин Экоан «Макияж. Пошаговое иллюстрированное руководство» АСТ, 2010г.
10. Роберт Энтони «Главные секреты абсолютной уверенности в себе» М., Питер 2010г.
11. «Энциклопедия этикета» Южин В.И. Рипол Москва 2007г.
12. «Я познаю мир. Этикет во все времена» Яковлев А.А. АСТ, 2004г.
13. «Энциклопедия этикета» АСТ, Астрель 2006г.

Список литературы для детей

1. Громов Ю.И. Танец и его роль в пластической культуре актёра. – СПб.: Лань, Планета музыки, 2011.
2. Колодницкий Г.А. Музыкальные игры, ритмические упражнения и танцы для детей. – М. Тандем.1998.
3. Маркова Е.В. Уроки пантомимы. Учебное пособие – Изд. 1-е. – СПб.: Лань, Планета музыки, 2012.
4. Театрализованное танцевальное степ-шоу Riverdance.
5. Хачанян Е. «Секреты красоты. Ты и цвет» Москва «Внешсигма» 2000 г.

Интернет – ресурсы

1. http://glomu.ru/v_svete/20120512/70038418.html
2. <http://www.turneinfo.ru/video-moda/>
3. <http://vixodnoy.ru/blog/tag/defile/>
4. <http://podium.mtv.ru/videos/> - проект
5. <http://likm.ru/pose-technique>

Мониторинг

Вводный, промежуточный, итоговый мониторинг

Результаты тестирования обучающихся в группе №1

Дата проведения: _____ Место проведения: кабинет ДТДМ

	Умения и навыки					итог
	Осанка	Гибкость	Ритмичность	Координация движений	Артистичность	
1.						
2.						
3.						
4.						
5.						
6.						
7.						
8.						
9.						
10.						
11.						
12.						



Анкета на запись

Ф.И.О. _____

Дата рождения, возраст _____

Адрес _____

Телефон (личный, если есть) _____

Телефон для связи с родителями, И.О. _____

Место учёбы _____

В каких кружках занимались-занимаетесь _____

Здоровье (общее состояние ребенка, болезни)

Просим обратить внимание на этот пункт!!!

Увлечения _____

Пакет психологической диагностики

Диагностика проходит на первом и на последнем занятии. Используются следующие методики:

- «Коммуникативные и организаторские склонности» В.В. Синявский, В.А. Федорошин (КОС);
- Шкала явной тревожности СМАС (адаптация Прихожан А.М.);
- Изучение общей самооценки с помощью процедуры тестирования (опросник Казанцевой Г.Н.).

«Коммуникативные и организаторские склонности» В.В. Синявский, В.А. Федорошин (КОС)

Инструкция: на каждый вопрос следует ответить «да» или «нет». Если вы затрудняетесь в выборе ответа, необходимо все-таки склониться к соответствующей альтернативе (+) или (-).

Текст опросника

1. Много ли у Вас друзей, с которыми Вы постоянно общаетесь?
2. Часто ли Вам удается склонить большинство своих товарищей к принятию ими Вашего мнения?
3. Долго ли Вас беспокоит чувство обиды, причиненное Вам кем-то из Ваших товарищей?
4. Всегда ли Вам трудно ориентироваться в создавшейся критической ситуации?
5. Есть ли у Вас стремление к установлению новых знакомств с разными людьми?
6. Нравится ли Вам заниматься общественной работой?
7. Верно ли, что Вам приятнее и проще проводить время с книгами или за каким-либо другим занятием, чем с людьми?
8. Если возникли какие-либо помехи в осуществлении Ваших намерений, то легко ли Вы отступаете от них?
9. Легко ли Вы устанавливаете контакты с людьми, которые значительно старше Вас по возрасту?
10. Любите ли Вы придумывать и организовывать со своими товарищами различные игры и развлечения?
11. Трудно ли Вы включаетесь в новую для Вас компанию?
12. Часто ли Вы откладываете на другие дни те дела, которые нужно было бы выполнить сегодня?
13. Легко ли Вам удается устанавливать контакты с незнакомыми людьми?
14. Стремитесь ли Вы добиваться, чтобы Ваши товарищи действовали в соответствии с Вашим мнением?
15. Трудно ли Вы осваиваетесь в новом коллективе?
16. Верно ли, что у Вас не бывает конфликтов с товарищами из-за невыполнения ими своих обязанностей, обязательств?

17. Стремитесь ли Вы при удобном случае познакомиться и побеседовать с новым человеком?
18. Часто ли в решении важных дел Вы принимаете инициативу на себя?
19. Раздражают ли Вас окружающие люди и хочется ли Вам побыть одному?
20. Правда ли, что Вы обычно плохо ориентируетесь в незнакомой для Вас обстановке?
21. Нравится ли Вам постоянно находиться среди людей?
22. Возникает ли у Вас раздражение, если Вам не удастся закончить начатое дело?
23. Испытываете ли Вы чувство затруднения, неудобства или стеснения, если приходится проявить инициативу, чтобы познакомиться с новым человеком?
24. Правда ли, что Вы утомляетесь от частого общения с товарищами?
25. Любите ли Вы участвовать в коллективных играх?
26. Часто ли Вы проявляете инициативу при решении вопросов, затрагивающих интересы Ваших товарищей?
27. Правда ли, что Вы чувствуете себя неуверенно среди малознакомых Вам людей?
28. Верно ли, что Вы редко стремитесь к доказательству своей правоты?
29. Полагаете ли Вы, что Вам не доставляет особого труда внести оживление в малознакомую Вам компанию?
30. Принимаете ли Вы участие в общественной работе в школе?
31. Стремитесь ли Вы ограничить круг своих знакомых небольшим количеством людей?
32. Верно ли, что Вы не стремитесь отстаивать свое мнение или решение, если оно не было сразу принято Вашими товарищами?
33. Чувствуете ли Вы себя непринужденно, попав в незнакомую Вам компанию?
34. Охотно ли Вы приступаете к организации различных мероприятий для своих товарищей?
35. Правда ли, что Вы не чувствуете себя достаточно уверенным и спокойным, когда приходится говорить что-либо большой группе людей?
36. Часто ли Вы опаздываете на деловые встречи, свидания?
37. Верно ли, что у Вас много друзей?
38. Часто ли Вы смущаетесь, чувствуете неловкость при общении с малознакомыми людьми?
39. Правда ли, что Вас пугает перспектива оказаться в новом коллективе?
40. Правда ли, что Вы не очень уверенно чувствуете себя в окружении большой группы своих товарищей?

Обработка результатов и интерпретация

Коммуникативные способности - ответы "да" на следующие вопросы: 1, 5, 9, 13, 17, 21, 25, 29, 33, 37; и "нет" на вопросы: 3, 7, 11, 15, 19, 23, 27, 31, 35, 39.

Организаторские способности - ответы "да" на следующие вопросы: 2, 6, 10, 14, 18, 22, 26, 30, 34, 38; и "нет" на вопросы: 4, 8, 12, 16, 20, 24, 28, 32, 36, 40.

Подсчитывается количество совпадающих с ключом ответов по каждому разделу методики, затем вычисляются оценочные коэффициенты отдельно для коммуникативных и организаторских способностей по формуле:

$$K = 0,05 \cdot C, \text{ где}$$

K - величина оценочного коэффициента

C – количество совпадающих с ключом ответов.

Оценочные коэффициенты может варьировать от 0 до 1. Показатели, близкие к 1 говорят о высоком уровне коммуникативных и организаторских способностях, близкие к 0 - о низком уровне. Первичные показатели коммуникативных и организаторских способностей могут быть представлены в виде оценок, свидетельствующих о разных уровнях изучаемых способностей.

Коммуникативные умения:

Показатель	Оценка	Уровень
0,10-0,45	1	I - низкий
0,46-0,55	2	II - ниже среднего
0,56-0,65	3	III - средний
0,66-0,75	4	IV - высокий
0,76-1	5	V - очень высокий

Организаторские умения:

Показатель	Оценка	Уровень
0,20-0,55	1	I - низкий
0,56-0,65	2	II - ниже среднего
0,66-0,70	3	III - средний
0,71-0,80	4	IV - высокий
0,81-1	5	V - очень высокий

Анализ полученных результатов.

Испытуемые, получившие оценку 1, характеризуются низким уровнем проявления коммуникативных и организаторских склонностей.

Испытуемым, получившим оценку 2, коммуникативные и организаторские склонности присущи на уровне ниже среднего. Они не стремятся к общению, чувствуют себя скованно в новой компании, коллективе; предпочитают проводить время наедине с собой, ограничивают свои знакомства; испытывают трудности в установлении контактов с людьми и при выступлении перед аудиторией; плохо ориентируются в незнакомой ситуации; не отстаивают свои мнения, тяжело переживают обиды; проявления

инициативы в общественной деятельности крайне снижено, во многих делах они предпочитают избегать принятия самостоятельных решений.

Для испытуемых, получивших оценку 3, характерен средний уровень проявления коммуникативных и организаторских склонностей. Они стремятся к контактам с людьми, не ограничивают круг своих знакомств, отстаивают своё мнение, планируют свою работу, однако потенциал их склонностей не отличается высокой устойчивостью. Коммуникативные и организаторские склонности необходимо развивать и совершенствовать.

Испытуемые, получившие оценку 4, относятся к группе с высоким уровнем проявления коммуникативных и организаторских склонностей. Они не теряются в новой обстановке, быстро находят друзей, постоянно стремятся расширить круг своих знакомых, занимаются общественной деятельностью, помогают близким. Другим, проявляют инициативу в общении, с удовольствием принимают участие в организации общественных мероприятий, способны принять самостоятельное решение в трудной ситуации. Всё это они делают не по принуждению, а согласно внутренним устремлениям.

Испытуемые, получившие высшую оценку - 5, обладают очень высоким уровнем проявления коммуникативности и организаторских склонностей. Они испытывают потребность в коммуникативности и организаторской и активно стремятся к ней, быстро ориентироваться в трудных ситуациях, непринужденно ведут себя в новом коллективе, инициативны, предпочитают в важном деле или в создавшейся сложной ситуации принимать самостоятельные решения, отстаивают своё мнение и добиваются, чтобы оно было принято товарищами, могут внести оживление в незнакомую компанию, любят организовывать разные игры, мероприятия. Настойчивы в деятельности, которая их привлекает. Они сами ищут такие дела, которые бы удовлетворяли их потребность в коммуникации и организаторской деятельности.

Шкала явной тревожности CMAS (адаптация Прихожан А.М.)
Авторы методики: A.Castaneda, B.R.McCandless, D.S.Palermo (адаптация Прихожан А.М.)

Цель: Шкала явной тревожности для детей (The Children's Form of Manifest Anxiety Scale – CMAS) предназначена для выявления тревожности как относительно устойчивого образования у детей 8-12 лет.

Инструкция к тесту

На следующих страницах напечатаны предложения. Около каждого из них два варианта ответа: верно и неверно. В предложениях описаны события, случаи, переживания. Внимательно прочти каждое предложение и реши, можешь ли ты отнести его к себе, правильно ли оно описывает тебя, твоё поведение, качества. Если да, поставь галочку в колонке Верно, если нет – в колонке Неверно. Не думай над ответом долго. Если не можешь решить, верно

или неверно то, о чем говорится в предложении, выбирай то, что бывает, как тебе кажется, чаще. Нельзя давать на одно предложение сразу два ответа (т. е. подчеркивать оба варианта). Не пропускай предложения, отвечай на все подряд. Давай потренируемся:

Утверждения

1. Ты мальчик. **Верно - Неверно**
2. Тебе нравится играть на улице, а не дома. **Верно - Неверно**
3. Твой любимый урок – математика. **Верно - Неверно**

Примечание

- Методика может проводиться как индивидуально, так и в группах, с соблюдением стандартных правил группового обследования. Для детей 7-8 лет предпочтительней индивидуальное проведение. При этом если ребенок испытывает трудности в чтении, возможен устный способ предъявления: психолог зачитывает каждый пункт и фиксирует ответ школьника. При групповом проведении такой вариант предъявления теста, естественно, исключен.
- Примерное время выполнения теста – 15-25 мин.

ТЕСТ

На каждый вопрос необходимо ответить – ВЕРНО/НЕВЕРНО

1. Тебе трудно думать о чем-нибудь одном.
2. Тебе неприятно, если кто-нибудь наблюдает за тобой, когда ты что-нибудь делаешь.
3. Тебе очень хочется во всем быть лучше всех.
4. Ты легко краснеешь.
5. Все, кого ты знаешь, тебе нравятся.
6. Нередко ты замечаешь, что у тебя сильно бьется сердце.
7. Ты очень сильно стесняешься.
8. Бывает, что тебе хочется оказаться как можно дальше отсюда.
9. Тебе кажется, что у других все получается лучше, чем у тебя.
10. В играх ты больше любишь выигрывать, чем проигрывать.
11. В глубине души ты многого боишься.
12. Ты часто чувствуешь, что другие недовольны тобой.
13. Ты боишься остаться дома в одиночестве.
14. Тебе трудно решиться на что-либо.
15. Ты нервничаешь, если тебе не удастся сделать то, что тебе хочется.
16. Часто тебя что-то мучает, а что – не можешь понять.
17. Ты со всеми и всегда ведешь себя вежливо.
18. Тебя беспокоит, что тебе скажут родители.
19. Тебя легко разозлить.
20. Часто тебе трудно дышать.
21. Ты всегда хорошо себя ведешь.

22. У тебя потеют руки.
23. В туалет тебе надо ходить чаще, чем другим детям.
24. Другие ребята удачливее тебя.
25. Для тебя важно, что о тебе думают другие.
26. Часто тебе трудно глотать.
27. Часто волнуешься из-за того, что, как выясняется позже, не имело значения.
28. Тебя легко обидеть.
29. Тебя все время мучает, все ли ты делаешь правильно, так, как следует.
30. Ты никогда не хвастаешься.
31. Ты боишься того, что с тобой может что-то случиться.
32. Вечером тебе трудно уснуть.
33. Ты очень переживаешь из-за оценок.
34. Ты никогда не опаздываешь.
35. Часто ты чувствуешь неуверенность в себе.
36. Ты всегда говоришь только правду.
37. Ты чувствуешь, что тебя никто не понимает.
38. Ты боишься, что тебе скажут: «Ты все делаешь плохо».
39. Ты боишься темноты.
40. Тебе трудно сосредоточиться на учебе.
41. Иногда ты злишься.
42. У тебя часто болит живот.
43. Тебе бывает страшно, когда ты перед сном остаешься один в темной комнате.
44. Ты часто делаешь то, что не стоило бы делать.
45. У тебя часто болит голова.
46. Ты беспокоишься, что с твоими родителями и что-нибудь случится.
47. Ты иногда не выполняешь свои обещания.
48. Ты часто устаешь.
49. Ты часто грубишь родителям и другим взрослым.
50. Тебе нередко снятся страшные сны.
51. Тебе кажется, что другие ребята смеются над тобой.
52. Бывает, что ты врешь.
53. Ты боишься, что с тобой случится что-нибудь плохое.

ОБРАБОТКА И ИНТЕРПРЕТАЦИЯ РЕЗУЛЬТАТОВ ТЕСТА

Ключ к тесту

Ключ к субшкале «*социальной желательности*» (номера пунктов CMAS)

- Ответ «Верно»: 5, 17, 21, 30, 34, 36.
- Ответ «Неверно»: 10, 41, 47, 49, 52.

Критическое значение по данной субшкале – 9. Этот и более высокий результат свидетельствуют о том, что ответы испытуемого могут быть

недостовверны, могут искажаться под влиянием фактора социальной желательности.

Ключ к субшкале тревожности

• Ответы «Верно»: 1, 2, 3, 4, 6, 7, 8, 9, 11, 12,13, 14, 15, 16, 18, 19, 20, 22, 23, 24, 25, 26, 27, 28, 29, 31, 32, 33, 35, 37, 38, 39, 40, 42, 43, 44, 45, 46, 48, 50, 51, 53.

Полученная сумма баллов представляет собой первичную, или «сырую», оценку.

Обработка и интерпретация результатов теста Предварительный этап

1. Просмотреть бланки и отобрать те, на которых все ответы одинаковы (только «верно» или только «неверно»). Как уже отмечалось, в СМАС диагностика всех симптомов тревожности подразумевает только утвердительный ответ («верно»), что создает при обработке трудности, связанные с возможным смешением показателей тревожности и склонности к стереотипии, которая встречается у младших школьников. Для проверки следует использовать контрольную шкалу «социальной желательности», предполагающую оба варианта ответа. В случае выявления левосторонней (все ответы «верно») или правосторонней (все ответы «неверно») тенденции полученный результат следует рассматривать как сомнительный. Его следует тщательно проконтролировать с помощью независимых методов.

2. Обратит внимание на наличие ошибок в заполнении бланков: двойные ответы (т. е. подчеркивание одновременно и «верно», и «неверно»), пропуски, исправления, комментарии и т. п. В тех случаях, когда у испытуемого ошибочно заполнено не более трех пунктов субшкалы тревожности (вне зависимости от характера ошибки), его данные могут обрабатываться на общих основаниях. Если же ошибок больше, то обработку проводить нецелесообразно. Следует обратить особое внимание на детей, которые пропускают или дают двойной ответ на пять или более пунктов СМАС. В значительной части случаев это свидетельствует о затрудненности выбора, трудностях в принятии решения, попытке уйти от ответа, т. е. является показателем скрытой тревожности.

Основной этап

1. Подсчитываются данные по контрольной шкале – субшкале «социальной желательности».

2. Подсчитываются баллы по субшкале тревожности.

3. Первичная оценка переводится в шкальную. В качестве шкальной оценки используется стандартная десятка (стены). Для этого данные испытуемого сопоставляются с нормативными показателями группы детей соответствующего возраста и пола.

Тревожность. Таблица перевода «сырых» баллов в стены

Стены	Половозрастные группы (результаты в баллах)							
	7 лет		8-9 лет		10-11 лет		12 лет	
	д	м	д	м	д	м	д	м
1	0-2	0-3	0	0-1	0-3	0-2	0-6	0-5
2	3-4	4-6	1-3	2-4	4-7	3-6	7-9	6-8
3	5-7	7-9	4-7	5-7	8-10	7-9	10-13	9-11
4	8-10	10-12	8-11	8-11	11-14	10-13	14-16	12-14
5	11-14	13-15	12-15	12-14	15-18	14-16	17-20	15-17
6	15-18	16-18	16-19	15-17	19-21	17-20	21-23	18-20
7	19-21	19-21	20-22	18-20	22-25	21-23	24-27	21-22
8	22-25	22-24	23-26	21-23	26-28	24-27	28-30	23-25
9	26-29	24-26	27-30	24-26	29-32	28-30	31-33	26-28
10	29 и более	27 и более	31 и более	27 и более	33 и более	31 и более	34 и более	29 и более

Примечание к таблице норм:

- д – нормы для девочек,
- м – нормы для мальчиков.

4. На основании полученной шкальной оценки делается вывод об уровне

тревожности испытуемого.

Характеристика уровней тревожности

Стены	Характеристика	Примечание
1-2	Состояние тревожности испытуемому не свойственно	Подобное «чрезмерное спокойствие» может иметь и не иметь защитного характера
3-6	Нормальный уровень тревожности	Необходим для адаптации и продуктивной деятельности
7-8	Несколько повышенная тревожность	Часто бывает связана с ограниченным кругом ситуаций, определенной сферой жизни
9	Явно повышенная тревожность	Обычно носит «разлитой», генерализованный характер
10	Очень высокая тревожность	Группа риска

Изучение общей самооценки с помощью процедуры тестирования (опросник Казанцевой Г.Н.) (средний школьный возраст)

Инструкция испытуемому: «Вам будут зачитаны некоторые положения. Вам нужно записать номер положения и против него – один из трех вариантов ответов: «да» (+), «нет» (–), «не знаю» (?), выбрав тот ответ, который в наибольшей степени соответствует вашему собственному поведению в аналогичной ситуации. Отвечать нужно быстро, не задумываясь».

Текст опросника

1. Обычно я рассчитываю на успех в своих делах.
2. Большую часть времени я нахожусь в подавленном настроении.
3. Со мной большинство ребят советуются (считаются).
4. У меня отсутствует уверенность в себе.
5. Я примерно так же способен и находчив, как большинство окружающих меня людей (ребят в классе).
6. Временами я чувствую себя никому не нужным.
7. Я все делаю хорошо (любое дело).
8. Мне кажется, что я ничего не достигну в будущем (после школы).
9. В любом деле я считаю себя правым.
10. Я делаю много такого, о чем впоследствии жалею.
11. Когда я узнаю об успехах кого-нибудь, кого я знаю, то ощущаю это как собственное поражение.
12. Мне кажется, что окружающие смотрят на меня осуждающе.
13. Меня мало беспокоят возможные неудачи.
14. Мне кажется, что успешному выполнению поручений или дел мне мешают различные препятствия, которые мне не преодолеть.
15. Я редко жалею о том, что уже сделал.
16. Окружающие меня люди гораздо более привлекательны, чем я сам.
17. Я сам думаю, что я постоянно кому-нибудь необходим.
18. Мне кажется, что я занимаюсь гораздо хуже, чем остальные.
19. Мне чаще везет, чем не везет.

20. В жизни я всегда чего-то боюсь.

Обработка результатов. Подсчитывается количество согласий («да») под нечетными номерами, затем – количество согласий с положениями под четными номерами. Из первого результата вычитается второй. Конечный результат может находиться в интервале от -10 до $+10$.

Результат от -10 до -4 свидетельствует о низкой самооценке.

Результат от -3 до $+3$ о средней самооценке.

Результат от $+4$ до $+10$ – о высокой самооценке