

**ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА № 39  
НЕВСКОГО РАЙОНА САНКТ-ПЕТЕРБУРГА**

**ПРИНЯТА**

Решением педагогического совета  
ГБОУ школы №39  
Невского района Санкт-Петербурга  
от 02.06.2025 протокол №10

**УТВЕРЖДЕНА**

Приказом директора ГБОУ школы №39  
Невского района Санкт-Петербурга  
Л. Н. Щепихиной  
От 03.06.2025 приказ № 88/2



**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА  
«САМОпрезентация»**

Срок освоения программы - 18 дней (36 часов)

Возраст обучающихся 14-17 лет

Разработчик:  
Кашкарова Екатерина Сергеевна,  
педагог дополнительного образования

## Пояснительная записка

Дополнительная общеразвивающая программа «САМОпрезентация» имеет социально-гуманитарную направленность.

Рабочая программа дополнительная общеразвивающая программа «САМОпрезентация» для возраста 14-17 лет разработана в соответствии с распоряжением Комитета по образованию от 25.08.2022 №1676-р «Об утверждении критериев оценки качества дополнительных общеразвивающих программ, реализуемых организациями, осуществляющих образовательную деятельность; и индивидуальными предпринимателями Санкт-Петербурга» и составлена на основании следующих нормативно-правовых документов и материалов:

- Федеральный закон от 29 декабря 2012 года № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (ст. 2, ст. 15, ст.16, ст. 17, ст. 75, ст. 79):

Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года, утвержденная Распоряжением Правительства Российской Федерации от 31 марта 2022г. № 678-р:

- Приказ Министерства просвещения РФ от 27 июля 2022г. № 629 "Об утверждении

Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам

- Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ № 09-3242 от 18.11.2015 года;

СП 2.4.3648-20 Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи:

- Федеральный государственный образовательный стандарт среднего общего образования, утвержденный приказом Минобрнауки России от «17» мая 2012 г. № 413, с последующими изменениями;

- Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 22.03.2021г. №115 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам - образовательным программам начального общего, основного общего и среднего общего образования»;

Нормативные документы, регулирующие использование электронного обучения и дистанционных технологии:

- Приказ Министерства образования и науки РФ от 23.08.2017 года № 816 «Порядок применения организациями, осуществляющих образовательную деятельность электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ».

**Адресат программы:**

Программа предназначена для подростков 14-17 лет, желающих развить навыки самопрезентации, уверенного поведения, публичных выступлений и эффективной коммуникации.

**Актуальность программы:**

В современном мире умение презентовать себя, свои идеи и достижения является ключевым навыком для успешной социализации, обучения и профессиональной деятельности. Программа помогает подросткам преодолеть страх публичных выступлений, развить уверенность в себе и научиться эффективно взаимодействовать с окружающими.

**Отличительной особенностью программы является:**

- Комплексный подход к развитию навыков самопрезентации через теорию и практику.
- Использование интерактивных методов обучения (игры, тренинги, мастер-классы).
- Индивидуальный подход к каждому участнику.

Уровень освоения программы: базовый.

Объем ДОП: 36 часов.

Срок освоения: 6 месяцев (12 недель, 2 часа в неделю).

**Цель:**

Развитие у подростков навыков самопрезентации, уверенного поведения и эффективной коммуникации для успешной социализации, и личностного роста.

**Обучающие задачи:**

- Изучение основ самопрезентации и публичных выступлений.
- Освоение техник вербальной и невербальной коммуникации.
- Формирование навыков подготовки и проведения презентаций.

**Развивающие задачи:**

- Развитие уверенности в себе и своих силах.
- Совершенствование навыков работы с аудиторией.
- Развитие креативного мышления и импровизации.

**Воспитательные задачи:**

- Воспитание культуры общения и уважения к мнению других.
- Формирование ответственного отношения к самопрезентации.
- Развитие лидерских качеств.

## Планируемые результаты

Результат	
Предметные	<p><b><i>Предметные:</i></b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• уметь распознавать датчики и их назначение;</li> <li>• уметь работать в программе Microsoft Word, Paint, PowerPoint;</li> <li>• развитие умений искать, анализировать, сопоставлять и оценивать содержащуюся в различных источниках информацию;</li> </ul>
Метапредметные	<p><b><u>Регулятивные УУД:</u></b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• работать по плану, сверяя свои действия с целью, корректировать свою деятельность;</li> <li>• в диалоге с учителем вырабатывать критерии оценки и определять степень успешности своей работы и работы других в соответствии с этими критериями.</li> </ul> <p><b><u>Познавательные УУД:</u></b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• пользоваться словарями, справочниками;</li> <li>• осуществлять анализ и синтез;</li> <li>• строить рассуждения;</li> </ul> <p><b><u>Коммуникативные УУД:</u></b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• высказывать и обосновывать свою точку зрения;</li> <li>• слушать и слышать других, пытаться принимать иную точку зрения, быть готовым корректировать свою точку зрения;</li> <li>• докладывать о результатах своего исследования, участвовать в дискуссии,</li> <li>• задавать вопросы.</li> </ul>
Личностные	<ul style="list-style-type: none"> <li>• сформированность познавательных интересов, интеллектуальных и творческих способностей учащихся;</li> <li>• самостоятельность в приобретении новых знаний и практических умений;</li> <li>• мотивация образовательной деятельности школьников на основе личностно ориентированного подхода;</li> </ul>

## **Организационно-педагогические условия реализации программы**

**Язык реализации программы** – русский

**Форма обучения:** очная

**Особенности реализации программы:** работа в программе Microsoft Word, Paint, PowerPoint

**Особенности организации образовательного процесса:** использование интерактивных методов (тренинги, мастер-классы, ролевые игры)

**Условия набора в коллектив:** набор проводится на добровольной основе

**Условия формирования групп:** 14-17 лет

**Количество учащихся в группе:** 15 человек

**Формы организации занятий:** групповые, аудиторные

**Формы проведения занятий:** учебное занятие, лекция

**Формы организации деятельности учащихся на занятии:** групповые занятия, индивидуальная консультация

**Кадровое обеспечение:** Программа реализуется педагогом дополнительного образования, владеющим современными педагогическими технологиями, психолог (по необходимости)

**Материально-техническое обеспечение:**

- флипчарт, маркеры
- наличие наглядного материала (иллюстрации, выставочные стенды);
- наличие демонстрационного материала (видеофильмы, аудиозаписи).

## Учебный план

на 2025-2026 учебный год

№п/п	Название раздела/темы	Количество часов			Формы контроля/аттестации
		Всего	Теория	Практика	
1	Вводное занятие. Что такое «самопрезентация?»	2	1	1	опрос
2	Психологические основы уверенности в себе.	2	1	1	практическое задание
3	Вербальная коммуникация: искусство говорить.	2	1	1	практическое задание
4	Невербальная коммуникация: язык тела.	2	1	1	практическое задание
5	Создание позитивного имиджа.	2	1	1	практическое задание
6	Самопрезентация в различных жизненных ситуациях.	2	1	1	Творческая презентация
7	Этикет и деловое общение	2	1	1	Практическое задание
8	Произнесение речи по подготовленному плану-конспекту. Практика.	2	1	1	Практическое задание
9	Спонтанная и подготовленная речь. Информирование и убеждающие речи.	2	1	1	Практическое задание
10	Полемический диалог, дискуссия	2	1	1	Практическое задание
11	Спор, дискуссия, беседа	2	1	1	Практическое задание
12	Основные принципы ведения полемики	2	1	1	Практическое задание
13	Импровизация. Деловые переговоры. Интеллектуальная терпимость	2	1	1	Практическое задание

14	Техника речи. Основные свойства голоса: дикция, темп, тембр, сила, высота.	2	1	1	Практическое задание
15	Роль паузы и интонации в речи.	2	1	1	Практическое задание
16	Развитие речевого голоса, речевого дыхания. Артикуляционный практикум.	2	1	1	Практическое задание
17	Практическая работа по подготовке к публичному выступлению	2	1	1	творческая презентация
18	Итоговое занятие. Презентация своих работ	2	1	1	творческая презентация
	Итого часов	36	18	18	

**ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ  
УЧРЕЖДЕНИЕ СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА № 39  
НЕВСКОГО РАЙОНА САНКТ-ПЕТЕРБУРГА**



**КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК  
реализации дополнительной общеразвивающей программы**

**«САМОпрезентация»  
на 2025-2026 учебный год**

Педагог дополнительного образования:  
Кашкарова Е.С.

Год обучения	Дата начала занятий	Дата окончания занятий	Количество о учебных недель	Количество о учебных дней	Количество о учебных часов	Режим занятий
1 год	04.09.2026	21.12.2026	18	1	2	1 раз в неделю по 2 академическому часу <i>1 ак.час - 45 мин.</i>

## РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

### **Задачи:**

- осознанное ценностное отношение к интеллектуально-познавательной деятельности и творчеству;
- сформированная мотивация к самореализации в творчестве, интеллектуально-познавательной и научно- практической деятельности;
- сформированные компетенции познавательной деятельности: постановка и решение познавательных задач; нестандартные решения, овладение информационными технологиями (поиск, переработка, выдача информации);
- развитие познавательных процессов: восприятия, внимания, памяти, мышления, воображения;
- способность обучающихся самостоятельно продвигаться в своем развитии, выстраивать свою образовательную траекторию;

### **Предметные результаты:**

#### **1.1 Учащиеся должны знать:**

- особенности постановки целей публичных выступлений;
- способы позитивного настроя на выступление;
- рекомендации по структурному и композиционному построению ораторской речи;
- особенности поведения при выступлении, о способах привлечения и удержания внимания публики.
- характерные черты высказываний, принадлежащих к различным видам красноречия;
- этапы и методику работы над публичным выступлением, приемы организации взаимодействия с аудиторией в процессе его произнесения;
- основные речевые средства усиления воздействия речи;
- характерные особенности влияния образа оратора на качество речи;

#### **1.2 уметь:**

- планировать последовательность и способы работы над устным выступлением;
- применять средства привлечения и удержания внимания аудитории, установления контакта со слушателями;
- анализировать, оценивать, корректировать чужое и собственное выступление в соответствии с поставленной целью и типом аудитории.

#### **1.3 Учащиеся должны уметь:**

- исследовать собственные страхи перед выступлениями на публике;
- определять свои возможности в выработке уверенности в себе, уверенном поведении и уверенном выступлении;

- использовать быстрые способы саморегуляции, работы с голосом и дыхательной гимнастики;
- применять методы и способы невербального воздействия на публику, смогут приобрести практический опыт самопрезентации;
- отрабатывать навыки конструктивного восприятия вопросов публики, критических замечаний.

### **Личностные**

#### **У обучающихся будут сформированы:**

- учебно-познавательный интерес к новому учебному материалу и способам решения новой задачи;
- ориентация на понимание причин успеха во внеучебной деятельности, в том числе на самоанализ и самоконтроль результата, на анализ соответствия результатов требованиям конкретной задачи;
- способность к самооценке на основе критериев успешности внеучебной деятельности;

#### **Обучающийся получит возможность для формирования:**

- воспитание гражданской идентичности: патриотизма, любви и уважения к Отечеству;
- формирование ответственного отношения к учению, готовности и способности, обучающихся к саморазвитию и самообразованию на основе мотивации к обучению и познанию;
- формирование осознанного, уважительного и доброжелательного отношения к другому человеку;
- освоение социальных норм, правил поведения, социальных ролей;
- развитие морального сознания и компетентности в решении моральных проблем на основе личностного выбора;
- формирование коммуникативной компетентности в общении со сверстниками, взрослыми в процессе деятельности разных видов;
- формирование целостного мировоззрения;
- формирование ценности здорового и безопасного образа жизни;
- развитие эстетического сознания.

### **Метапредметные результаты**

#### **Регулятивные**

### **Обучающийся научится:**

- самостоятельно определять цели своего обучения, ставить и формулировать для себя новые задачи в учёбе и познавательной деятельности;
- самостоятельно планировать пути достижения целей, осознанно выбирать наиболее эффективные способы решения учебных и познавательных задач;
- соотносить свои действия с планируемыми результатами, корректировать свои действия в соответствии с изменяющейся ситуацией;
- оценивать правильность выполнения учебной задачи;
- владеть основами самоконтроля, самооценки;

### **Обучающийся получит возможность научиться:**

- в сотрудничестве с учителем ставить новые учебные задачи;
- проявлять познавательную инициативу в учебном сотрудничестве;
- самостоятельно адекватно оценивать правильность выполнения действия и вносить необходимые коррективы в исполнение как по ходу его реализации, так и в конце действия.

## **Познавательные**

### **Обучающийся научится:**

- определять понятия, создавать обобщения, устанавливать аналогии, классифицировать, выбирать основания и критерии классификации, устанавливать причинно- следственные связи, строить логическое рассуждение, делать выводы;
- строить рассуждения в форме связи простых суждений об объекте, его строении, свойствах.

### **Обучающийся получит возможность научиться:**

- осознанно и произвольно строить сообщения в устной и письменной форме;
- осуществлять выбор наиболее эффективных способов решения задач в зависимости от конкретных условий;
- осуществлять синтез как составление целого из частей, самостоятельно достраивая и восполняя недостающие компоненты;
- строить логическое рассуждение, включающее установление причинно- следственных связей.

## **Коммуникативные**

### **Обучающийся научится:**

- осознанно использовать речевые средства в соответствии с коммуникативной задачей, планирования и регуляции своей деятельности, владение устной и письменной речью;
- учитывать разные мнения и стремиться к координации различных позиций в сотрудничестве;
- формулировать собственное мнение и позицию;
- договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов;
- задавать вопросы;
- использовать речь для регуляции своего действия;
- адекватно использовать речевые средства для решения различных коммуникативных задач, строить монологическое высказывание, владеть диалогической формой речи.

## Содержание образовательной программы:

Раздел (тема):	Содержание:
<p>1</p> <p>Вводное занятие. Что такое «самопрезентация?»</p>	<p><b>Теория:</b> Определение самопрезентации: понятие, цели, виды (вербальная, невербальная, онлайн). * Роль самопрезентации в различных сферах жизни (личное общение, учеба, работа, социальные сети). * Факторы успешной самопрезентации: уверенность, осознание сильных сторон, умение устанавливать контакт, понимание аудитории.</p> <p><b>Практика:</b> Упражнение “Самопрезентация в лифте” (короткое представление себя за ограниченное время). * Анализ примеров успешной и неудачной самопрезентации (видео, кейсы). * Дискуссия: “Какие качества важны для успешной самопрезентации.</p> <p><b>Формы контроля:</b> Опрос, беседа</p>
<p>2</p> <p>Психологические основы уверенности в себе.</p>	<p><b>Теория:</b> Самооценка: понятие, виды (адекватная, завышенная, заниженная). * Влияние самооценки на поведение и результаты деятельности. * Источники формирования самооценки: мнение окружающих, собственные достижения, сравнение с другими. * Приемы повышения самооценки: позитивное мышление, работа над своими сильными сторонами, принятие себя.</p> <p><b>Практика:</b> Тест на определение уровня самооценки. * Упражнение “Мои достоинства” (составление списка своих положительных качеств). * Техники работы с негативными мыслями и самокритикой.</p> <p><b>Формы контроля:</b> Устный опрос, практическая работа</p>
<p>3</p> <p>Вербальная коммуникация: искусство говорить.</p>	<p><b>Теория:</b> Структура эффективной речи: вступление, основная часть, заключение. * Логика изложения информации: последовательность, аргументация, примеры. * Техники привлечения и удержания внимания аудитории: риторические вопросы, юмор, сторителлинг. * Искусство задавать вопросы и отвечать на них.</p> <p><b>Практика:</b> Анализ структуры успешных речей (видеофрагменты). * Упражнение “Импровизация” (выступление на заданную тему без подготовки). * Ролевая игра “Интервью” (отработка навыков задавать и отвечать на вопросы.</p> <p><b>Формы контроля:</b> Устный опрос</p>
<p>4</p>	<p><b>Теория:</b> Значение невербальной коммуникации в процессе самопрезентации. * Мимика, жесты, поза, зрительный контакт: влияние на восприятие. * Голос: тембр, громкость, интонация. * Соответствие</p>

<p>Невербальная коммуникация: язык тела.</p>	<p>вербальной и невербальной информации. * Как читать “язык тела” других людей.</p> <p><b>Практика:</b> * Упражнения на отработку выразительной мимики и жестов. * Анализ видеоматериалов с примерами успешной и неудачной невербальной коммуникации. * Упражнение “Зеркало” (повторение мимики и жестов партнера)</p> <p><b>Формы контроля:</b> Беседа, запись в тетради (ход работы)</p>
<p>5 Создание позитивного имиджа.</p>	<p><b>Теория:</b> Имидж: понятие, составляющие (внешний вид, поведение, речь, манеры). * Влияние первого впечатления. * Создание гармоничного и аутентичного имиджа. * Элементы личного стиля.</p> <p><b>Практика:</b> Анализ своего внешнего вида и выработка рекомендаций по его улучшению. * Упражнение “Создание идеального образа” для различных ситуаций. * Разработка личного девиза и слогана</p> <p><b>Формы контроля:</b> Опрос.</p>
<p>6 Самопрезентация в различных жизненных ситуациях.</p>	<p><b>Теория:</b> Самопрезентация при: * Знакомстве. * Собеседовании. * Публичных выступлениях. * В социальных сетях. * Особенности самопрезентации в зависимости от цели и аудитории</p> <p><b>Практика:</b>Ролевые игры “Знакомство”, “Собеседование”, “Выступление перед аудиторией”. * Анализ типичных ошибок при самопрезентации. * Разработка индивидуальной стратегии самопрезентации для конкретной ситуации</p> <p><b>Формы контроля:</b> Оценка практической работы, устный опрос.</p>
<p>7 Этикет и деловое общение</p>	<p><b>Теория:</b> Основные правила этикета: приветствие, знакомство, обращение, телефонный разговор, переписка (деловая, личная). * Деловой этикет: правила поведения на деловых встречах и переговорах. * Культура общения</p> <p><b>Практика:</b> Ролевые игры “Деловая встреча”, “Телефонный разговор”. * Анализ типичных ситуаций нарушения этикета и поиск решений. * Составление делового письма (электронного, бумажного)</p> <p><b>Формы контроля:</b> Беседа, запись в тетради(ход работы)</p>
<p>8 Произнесение речи по подготовленному плану-конспекту. Практика.</p>	<p><b>Теория:</b> Подготовка речи по плану-конспекту: выбор темы, определение цели, анализ аудитории, сбор информации, структурирование материала, написание текста. * Репетиция речи: отработка произношения, интонации, жестов, зрительного контакта.</p>

	<p><b>Практика:</b> Каждый участник готовит речь на выбранную тему (согласно плану-конспекту). * Презентация подготовленных речей с последующим анализом и обратной связи.</p> <p><b>Формы контроля:</b> Рефлексия</p>
9 Спонтанная и подготовленная речь. Информирующие и убеждающие речи.	<p><b>Теория:</b> Подготовленная речь: преимущества и недостатки. * Спонтанная речь: импровизация, экспромт. * Техники развития спонтанности: тренировка ассоциативного мышления, расширение словарного запаса, упражнения на развитие речи. * Типы речей: информирующие, убеждающие, развлекательные. * Особенности подготовки и произнесения различных типов речей.</p> <p><b>Практика:</b> Упражнение “Спонтанная речь” (выступление на неожиданную тему). * Анализ примеров информирующих и убеждающих речей. * Подготовка и произнесение коротких речей различных</p> <p><b>Формы контроля:</b> Анализ практического задания</p>
10 Полемический диалог, дискуссия	<p><b>Теория:</b> * Полемика: определение, цели, виды. * Правила ведения полемики: уважение к оппоненту, четкая аргументация, использование фактов, умение слушать и понимать другую точку зрения. * Дискуссия: определение, цели, правила. * Роль ведущего и участников дискуссии.</p> <p><b>Практика:</b> Упражнение “Переубеди оппонента” (отработка навыков аргументации и убеждения). * Дискуссия на заранее выбранную тему (с соблюдением правил). * Анализ типичных ошибок при ведении полемики и дискуссии.</p> <p><b>Формы контроля:</b> опрос</p>
11 Спор, дискуссия, беседа	<p><b>Теория:</b> Спор: определение, цели, виды. * Отличия спора от дискуссии и полемики. * Правила ведения спора: уважение к оппоненту, четкая аргументация, использование фактов, умение слушать и понимать другую точку зрения. * Беседа: определение, цели, виды. * Техники поддержания беседы: открытые вопросы, активное слушание, комплименты.</p> <p><b>Практика:</b> Ролевая игра “Спор” (отработка навыков ведения спора). * Анализ типичных ошибок при ведении спора. * Упражнение “Поддержание беседы” (в парах или группах)</p> <p><b>Формы контроля:</b> Индивидуальный опрос</p>
12 Основные принципы ведения полемики	<p><b>Теория:</b> Подготовка к полемике: определение темы, изучение вопроса, сбор аргументов и контраргументов, определение целевой аудитории. * Эффективные методы убеждения: логика, эмоциональное воздействие, авторитет, аналогия, юмор. * Приёмы защиты от демагогии: выявление</p>

	<p>логических ошибок, перехват инициативы, апелляция к аудитории. *</p> <p>Стратегии завершения полемики: достижение консенсуса, компромисс, признание правоты оппонента.</p> <p><b>Практика:</b> Анализ примеров успешной и неудачной полемики. *</p> <p>Упражнение “Подготовка аргументов и контраргументов” (к заданной теме). * Ролевая игра “Полемика” (отработка навыков ведения полемики).</p> <p><b>Формы контроля:</b> Индивидуальный опрос</p>
<p>13</p> <p>Импровизация.</p> <p>Деловые переговоры.</p> <p>Интеллектуальная терпимость</p>	<p><b>Теория:</b> Импровизация: понятие, значение, техники развития (ассоциативные игры, упражнения на развитие речи, тренировка спонтанности). * Деловые переговоры: определение, цели, этапы (подготовка, установление контакта, обсуждение, принятие решения, завершение). * Принципы делового общения: уважение, взаимовыгодность, конструктивность, ответственность. *</p> <p>Интеллектуальная терпимость: умение принимать и понимать точку зрения другого человека, даже если она отличается от вашей.</p> <p><b>Практика:</b> Упражнение “Импровизация” (выступление на неожиданную тему). * Ролевая игра “Деловые переговоры” (отработка навыков ведения переговоров). * Упражнение “Активное слушание” (в парах или группах).</p> <p><b>Формы контроля:</b> Индивидуальный опрос</p>
<p>14</p> <p>Техника речи.</p> <p>Основные свойства голоса: дикция, темп, тембр, сила, высота.</p>	<p><b>Теория:</b> Дикция: четкость произношения звуков и слов. * Артикуляция: правильное произношение гласных и согласных звуков. * Темп речи: скорость произношения слов. * Тембр голоса: окраска голоса. * Сила голоса: громкость речи. * Высота голоса: тон речи. * Как улучшить свои голосовые данные.</p> <p><b>Практика:</b> Упражнения для развития дикции (скороговорки, чистоговорки). * Упражнения для развития голоса (громкость, тембр, высота). * Запись своего голоса и анализ его звучания.</p> <p><b>Формы контроля:</b> Индивидуальный опрос</p>
<p>15</p> <p>Роль паузы и интонации в речи.</p>	<p><b>Теория:</b> Пауза: значение, виды (логическая, психологическая, техническая). * Интонация: мелодика речи, отражающая эмоции, чувства, намерения говорящего. * Как использовать паузы и интонации для усиления воздействия на аудиторию.</p> <p><b>Практика:</b> Упражнения на использование пауз (чтение текста с разной расстановкой пауз). * Упражнения на использование интонации (чтение текста с разной эмоциональной окраской). * Анализ речи известных ораторов (с точки зрения использования пауз и интонаций)</p>

	<b>Формы контроля:</b> Индивидуальный опрос
16 Развитие речевого голоса, речевого дыхания. Артикуляционный практикум.	<p><b>Теория:</b> Речевое дыхание: правильное дыхание при разговоре. * Диафрагмальное дыхание: техника и упражнения. * Артикуляция: тренировка мышц речевого аппарата. * Артикуляционная гимнастика: упражнения для губ, языка, челюсти. * Голосовые упражнения: развитие силы, гибкости и выносливости голоса.</p> <p><b>Практика:</b> Упражнения на развитие диафрагмального дыхания. * Артикуляционная гимнастика (комплекс упражнений). * Голосовые упражнения (распевки, тренировка диапазона). * Чтение текста с правильным дыханием и артикуляцией.</p> <p><b>Формы контроля:</b> Индивидуальный опрос</p>
17 Практическая работа по подготовке к публичному выступлению	<p><b>Теория:</b> Выбор темы выступления: актуальность, интерес для аудитории, соответствие целям. * Анализ аудитории: возраст, интересы, уровень знаний, ожидания. * Составление плана выступления: структура, ключевые моменты, аргументы, примеры, визуальные материалы. * Написание текста выступления: язык, стиль, эмоциональная окраска. * Репетиция выступления: отработка произношения, интонации, жестов, зрительного контакта.</p> <p><b>Практика:</b> Каждый участник выбирает тему для публичного выступления (согласовывается с педагогом). * Собирает информацию по теме, анализирует аудиторию. * Составляет план и пишет текст выступления. * Репетирует выступление.</p> <p><b>Формы контроля:</b> Индивидуальный опрос</p>
18 Итоговое занятие. Презентация своих работ	<p><b>Теория:</b> Представление и защита подготовленных работ. * Анализ сильных и слабых сторон каждой презентации. * Обмен опытом и получение обратной связи. * Подведение итогов курса: что узнали, чему научились, что планируют применять в будущем.</p> <p><b>Практика:</b> Каждый участник представляет свою подготовленную презентацию (выступление, проект, стратегию самопрезентации). * Получает обратную связь от педагога и других участников. * Участвует в обсуждении и анализе работ. * Заполняет анкету обратной связи</p> <p><b>Формы контроля:</b> Творческая презентация</p>

**Календарно-тематический план:**

№п/п	Название раздела/темы	Количество часов			Формы контроля/аттестации	План	Факт
		Всего	Теория	Практика			
1	Вводное занятие. Что такое «самопрезентация?»	2	1	1	опрос		
2	Психологические основы уверенности в себе.	2	1	1	практическое задание		
3	Вербальная коммуникация: искусство говорить.	2	1	1	практическое задание		
4	Невербальная коммуникация: язык тела.	2	1	1	практическое задание		
5	Создание позитивного имиджа.	2	1	1	практическое задание		
6	Самопрезентация в различных жизненных ситуациях.	2	1	1	Творческая презентация		
7	Этикет и деловое общение	2	1	1	Практическое задание		
8	Произнесение речи по подготовленному плану-конспекту. Практика.	2	1	1	Практическое задание		
9	Спонтанная и подготовленная речь. Информирование и убеждающие речи.	2	1	1	Практическое задание		
10	Полемический диалог, дискуссия	2	1	1	Практическое задание		

11	Спор, дискуссия, беседа	2	1	1	Практическое задание		
12	Основные принципы ведения полемики	2	1	1	Практическое задание		
13	Импровизация. Деловые переговоры. Интеллектуальная терпимость	2	1	1	Практическое задание		
14	Техника речи. Основные свойства голоса: дикция, темп, тембр, сила, высота.	2	1	1	Практическое задание		
15	Роль паузы и интонации в речи.	2	1	1	Практическое задание		
16	Развитие речевого голоса, речевого дыхания. Артикуляционный практикум.	2	1	1	Практическое задание		
17	Практическая работа по подготовке к публичному выступлению	2	1	1	Творческая презентация		
18	Итоговое занятие. Презентация своих работ	2	1	1	творческая презентация		
	Итого часов	36	18	18			

## Методические и оценочные материалы

### Методические материалы.

№	Тема программы (раздел)	Форма организаци и занятия	Методы и приемы	Дидактический материал, техническое оснащение	Формы контроля
1	Что такое «самопрезентация?»	Урок	Обсуждение и мозговой штурм	Учебники, пособия, справочники, компьютер, проектор	Опрос, беседа
2	Психологические основы уверенности в себе.	Урок, практическое занятие	Обсуждение и мозговой штурм	Учебники, пособия, справочники, компьютер, проектор	Устный опрос, практическая работа
3	Вербальная коммуникация: искусство говорить	Урок, практическое занятие	Обсуждение и мозговой штурм	Учебники, пособия, справочники, компьютер, проектор	Устный опрос
4	Невербальная коммуникация: язык тела.	Урок, практическое занятие	Обсуждение и мозговой штурм	Учебники, пособия, справочники, компьютер, проектор, наглядные средства и оборудование	Беседа, запись в тетради (ход работы)
5	Создание позитивного имиджа.	Урок, практическое занятие	Обсуждение и мозговой штурм Презентация теоретического материала	Учебники, пособия, справочники, компьютер, проектор наглядные средства и оборудование	Оценка практической работы, устный опрос
6	Самопрезентация в различных жизненных ситуациях.	Урок, практическое занятие	Обсуждение и мозговой штурм	Учебники, пособия, справочники, компьютер, проектор, наглядные средства	Беседа, запись в тетради (ход работы)
7	Этикет и деловое общение	Урок, практическое занятие	Обсуждение и мозговой штурм Презентация	Учебники, пособия, справочники, компьютер,	Анализ практического задания

			теоретического материала	проектор, наглядные средства	
8	Произнесение речи по подготовленному плану-конспекту. Практика	Урок, практическое занятие	Обсуждение и мозговой штурм Презентация теоретического материала	Учебники, пособия, справочники, компьютер, проектор, наглядные средства	Рефлексия
9	Спонтанная и подготовленная речь. Информирующие и убеждающие речи.	Урок, практическое занятие	Обсуждение и мозговой штурм	Учебники, пособия, справочники, компьютер, проектор,	Анализ практического задания
10	Полемический диалог, дискуссия	Практическое занятие, опрос в письменной форме	Обсуждение и мозговой штурм	Справочники	Анкетирование, анализ практического задания
11	Спор, дискуссия, беседа	Урок, практическое занятие	Обсуждение и мозговой штурм	Учебники, пособия, справочники, компьютер, проектор,	Опрос, беседа
12	Основные принципы ведения полемики	Урок, практическое занятие	Обсуждение и мозговой штурм	Учебники, пособия, справочники, компьютер, проектор,	Опрос, беседа
13	Импровизация. Деловые переговоры. Интеллектуальная терпимость	Урок, практическое занятие	Обсуждение и мозговой штурм Презентация теоретического материала	Учебники, пособия, справочники, компьютер, проектор,	Опрос, беседа

14	Техника речи. Основные свойства голоса: дикция, темп, тембр, сила, высота.	Урок, практическое занятие	Обсуждение и мозговой штурм	Учебники, пособия, справочники, компьютер, проектор,	Опрос, беседа
15	Роль паузы и интонации в речи.	Урок, практическое занятие	Обсуждение и мозговой штурм Презентация теоретического материала	Учебники, пособия, справочники, компьютер, проектор,	Опрос, беседа
16	Развитие речевого голоса, речевого дыхания. Артикуляционный практикум.	Урок, практическое занятие	Обсуждение и мозговой штурм	Учебники, пособия, справочники, компьютер, проектор,	Опрос, беседа
17	Практическая работа по подготовке к публичному выступлению	Урок, практическое занятие	Презентация теоретического материала Практическое задание: «Моя самопрезентация»	Учебники, пособия, справочники, компьютер, проектор,	Творческая презентация
18	Итоговое занятие. Презентация своих работ	Урок, практическое занятие	Презентация теоретического материала Практическое задание: «Моя самопрезентация»	Учебники, пособия, справочники, компьютер, проектор,	Творческая презентация

### Оценочные материалы

Для отслеживания результативности образовательной деятельности по программе проводятся: входной, текущий контроль, промежуточная аттестация, итоговое оценивание.

**Входной контроль:** Презентация

**Текущий контроль:** Устный опрос

**Итоговое оценивание (итоговый контроль)** защита своего проекта

**Ведомость итогового контроля результативности обучающихся по дополнительной  
общеразвивающей программе «САМОпрезентация»**

**Код группы:**

**Учебный период:**

**ФИО педагога:**

№ п/п	ФИО учащегося	Оценка уровня освоения программы обучающимися						Итоговый балл	Уровень освоения програм мы (низкий, средний высокий )
		Опыт освоения теоретическо й информации (объём, прочность, глубина)	Опыт практической деятельности (степень освоения способов деятельности: умения и навыки)	Опыт эмоционально- ценностных отношений (вклад в формирование личностных качеств учащегося)	Опыт общения и поведени я в социуме	Опыт творчес тва	Мотивация и осознание перспективы		
1									
2									
3									
4									
5									
6									
7									
8									
9									
10									
11									
12									
13									
14									
15									

**Дата**

**Подпись**

**ФИО педагога**

Карта оценки результативности обучающихся по дополнительной общеразвивающей программе «САМОпрезентация»

ФИО обучающегося \_\_\_\_\_

№ п/п	Результаты	Параметры оценки уровня освоения программы	Характеристика низкого уровня освоения программы	Оценка уровня освоения программы (в баллах)					Характеристика высокого уровня освоения программы
				Очень слабо	Слабо	Удовлетворительно	Хорошо	Очень хорошо	
1	Предметные результаты	Опыт освоения теоретической информации (объём, прочность, глубина)	Информация не освоена	1	2	3	4	5	Информация освоена полностью в соответствии с задачами программы
2	Предметные результаты	Опыт практической деятельности (степень освоения способов деятельности: умения и навыки)	Способы деятельности не освоены	1	2	3	4	5	Способы деятельности освоены полностью в соответствии с задачами программы
3	Личностные результаты	Опыт эмоционально-ценностных отношений (вклад в формирование личностных качеств учащегося)	Отсутствует позитивный опыт эмоционально-ценностных отношений (проявление элементов агрессии, защитных реакций, негативное, неадекватное поведение)	1	2	3	4	5	Приобретён полноценный, разнообразный, адекватный содержанию программы опыт эмоционально-ценностных отношений, способствующий развитию личностных качеств учащегося
4	Личностные результаты	Опыт общения и поведения в социуме	Общение отсутствовало (ребёнок закрыт)	1	2	3	4	5	Приобретён опыт взаимодействия и сотрудничества в системах «педагог-

			для общения)						учащийся» и «учащийся-учащийся».
5	Метапредметные результаты	Опыт творчества	Освоены элементы репродуктивной, имитационной деятельности	1	2	3	4	5	Приобретён опыт самостоятельной творческой деятельности (оригинальность, индивидуальность, качественная завершенность результата)
6	Метапредметные результаты	Мотивация и осознание перспективы	и Мотивация и осознание перспективы отсутствуют	1	2	3	4	5	Стремление ребёнка к дальнейшему совершенствованию в данной области (у ребёнка активизированы познавательные интересы и потребности)
			<b>Итоговый балл</b>						

**Общая оценка уровня освоения программы:**

7-18 баллов – программа освоена на низком уровне;

19-24 баллов – программа освоена на среднем уровне;

25-30 баллов – программа освоена на высоком уровне.

### **Списки литературы для обучающихся:**

- Михальская А. К. Основы риторики. Мысль и слово: Учеб пособие для уч. 10-11 классов.-М, 2010
- Введенская Л.А., Павлова Л.Г. Риторика для юристов.-Ростов-на Дону., 2009
- Кохтев Н.Н. Риторика: Пособие для учащихся 8-11 классов.-М.: просвещение, 2015
- Гойхман О.Я., Надеина Т.М. Речевая коммуникация. – М.: Инфа, 2001
- Ивин А.А. Основы теории аргументации, -М., 2002
- Казарцева О.М. Культура речевого общения.- М.: Флинта,2004
- Кузин Ф.А. Невербальные средства в деловой разговорной практике // Культуратделового общения: Учебное пособие. –М., 2000
- Сопер Поль. Основы искусства речи. Книга о науке убеждать.- Ростов-на Дону, 1999
- Михальская А.К. Русский Сократ и лекции по сравнительно-исторической риторике.- М.1998

### **Списки литературы для педагога:**

- Аристотель. **Риторика** / пер. с древнегреч. – М.: Эксмо, 2019. – 384 с.
- Базарный, В. Ф. **Ораторское искусство педагога: учебное пособие.** – М.: ФЛИНТА, 2018. – 224с
- Гандапас, Р. **Камасутра для оратора.** – М.: Манн, Иванов и Фербер, 2020. – 272 с.
- Попурри, 2021. – 320 с.
- Зеленин, Ю. А. **Искусство речи и убеждения.** – СПб.: Питер, 2020. – 208 с.
- Краснов, Г. А. **Техника речи для преподавателя.** – М.: Академия, 2017. – 190 с.
- Лисицын, Д. В. **Основы публичного выступления.** – М.: Юрайт, 2019. – 220 с.
- Ляпидевский, С. И. **Ораторское искусство в образовании.** – СПб.: КАРО, 2018. – 240 с.
- Немов, Р. С. **Психология речи и эффективного общения.** – М.: Владос, 2017. – 276 с.
- Черниговская, Т. В. **Как говорить, чтобы тебя слушали.** – М.: АСТ, 2021. – 224 с.

### **Сетевое взаимодействие:**

В Санкт-Петербурге существует несколько образовательных организаций и инициатив, активно участвующих в сетевом взаимодействии, что может быть полезно для реализации программы «САМОпрезентация»:

#### **1. Информационно-методический центр Фрунзенского района Санкт-Петербурга (ИМЦ Фрунзенского района):**

- **Описание:** ИМЦ Фрунзенского района реализует программы повышения квалификации для педагогических работников, включая темы, связанные с сетевым взаимодействием и социальным партнерством
- **Пример программы:** «Сетевое взаимодействие и социальное партнерство в реализации программ и инновационных проектов» — программа направлена на развитие профессиональных компетенций педагогов в области сетевого взаимодействия.

2. **Дворец детского (юношеского) творчества Фрунзенского района Санкт-Петербурга:**

○ **Описание:** Учреждение активно участвует в сетевых проектах и инновационной деятельности, направленной на повышение качества дополнительного образования.

○ **Пример инициативы:** Разработка моделей сетевого взаимодействия образовательных организаций в рамках реализации дополнительных общеразвивающих программ.

3. **Колледж туризма и прикладных технологий Санкт-Петербурга:**

**Описание:** Колледж организует городские научно-практические конференции для обмена опытом между профильными образовательными организациями.

**Пример мероприятия:** 17 апреля 2026 года планируется конференция, целью которой является создание информационного пространства для эффективного взаимодействия между образовательными учреждениями.