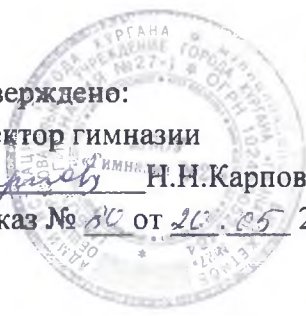


МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ГОРОДА КУРГАНА «ГИМНАЗИЯ № 27»

Принято
на заседании педагогического совета
Протокол № 1-1 от 26.05, 2022г.

Утверждено:
Директор гимназии
Карпова И.Н. Карпова
Приказ № 80 от 26.05 2022



Дополнительная общеобразовательная (общеразвивающая)
программа социально-гуманитарной направленности
Волонтерский отряд «3Д»
Возраст обучающихся: 11-14 лет
Срок реализации: 4 года

Автор-составитель: Водяникова
Марина Андреевна, педагог
дополнительного образования

г. Курган 2022

Программа кружка Волонтерский отряд «ЗД»

Направленность программы	Социально - гуманитарная
Актуальность программы	<p>Волонтерские или добровольческие организации - это свободные союзы людей, объединенных каким-либо общим специальным интересом. Их деятельность связана, как правило, с благотворительностью, милосердием, пропагандой здорового образа жизни. В России сегодня действует много молодежных волонтерских объединений. Основные причины этого – добровольность и свобода выбора. Добровольно выбранная социальнозначимая деятельность неизмеримо выше для личности подростка навязанной извне. К тому же, формирование общих компетентностей возможно только в единстве с ценностями человека, т.е. при глубокой личной заинтересованности человека в данном виде деятельности.</p> <p>Появления новых форм вовлечения подростков в социальную активность, призвано способствовать формированию и совершенствованию политической и социальной компетентности подрастающего поколения. Волонтерское движение может стать одной из таких форм работы.</p> <p>Волонтерство сегодня – это единый акт или группа акций социально значимого характера (физическая, экономическая, социальная, культурная поддержка), символ солидарности, созидательная и созерцательная сила, направленная на сохранение и укрепление человеческих ценностей (потребность в мире, свободе, безопасности, справедливости), на реализацию прав и обязанностей граждан, изучение их личностного роста и осознание полного человеческого потенциала. Волонтерство – это институт воспитания справедливости, дружбы, верности, милосердия, вдохновения, ответственности, созидательности, терпимости, трудолюбия, умеренности, добра. Волонтерство — это то место, где в совместных делах обучающиеся могут приобрести позитивный опыт социального взросления и социальной ответственности.</p>
Отличительные особенности программы	Развитие добровольческого движения входит в число приоритетных направлений государственной молодежной политики. Добровольчество является одним из эффективных способов получения подрастающего поколения новых знаний, развитию навыков общественной деятельности, формированию нравственных ценностей, активной гражданской позиции.
Адресат программы	Обучающиеся 5-8 классов (11-14),
Срок реализации программы	4 года
Объем программы	<p>Кружок «Я - волонтер» относится к части учебного плана, формируемого участниками образовательного процесса, является внеурочной деятельностью социального направления.</p> <p>Количество часов в год в 5 классе – 36 часов, Количество часов в год в 6 классе – 36 часов. Количество часов в год в 7 классе – 36 часов.</p>

	Количество часов в год в 8 классе – 36 часов. Занятия проводятся 1 раз в неделю. Итого весь курс программы составляет 144 часов
Формы обучения, особенности организации образовательного процесса	<p>Акции, анкетирование (тесты, опросы и т.д.), встречи синтересными людьми, выставки, гостиные, гранты, диспуты, деловая игра, дискуссии, защита и реализация проектов, игровые программы, конкурсы, конференции, круглый стол, КТД по разным направлениям деятельности, лекции, мастер-классы (обучение, обсуждение), мероприятия, «мозговой штурм», посиделки, походы, праздники, презентации, видео-лектории, рейды, соревнования, тренинги, турниры, фестивали, экскурсии, эстафеты и т.д.</p> <p>Методы обучения:</p> <ul style="list-style-type: none"> -обращение к прошлому или только что сформированному опыту обучающихся; -открытое обсуждение новых знаний, в ходе которого непосредственно оказывается задействованной субъектная позиция обучающихся и, опосредованно, их прежний опыт; -дискуссия обучающихся, дебаты; -игровая деятельность: ролевые и деловые игры; -образовательное событие; -учебно-исследовательская работа, проектная деятельность.
Возможность реализации индивидуального образовательного маршрута	<p>Индивидуальный образовательный маршрут определяется образовательными потребностями, индивидуальными способностями и возможностями учащегося .</p> <p>Индивидуальная образовательная траектория предусматривает наличие индивидуального образовательного маршрута (содержательный компонент), а также разработанный способ его реализации (технологии организации образовательного процесса). Развитие обучающегося может осуществляться по нескольким образовательным маршрутам, которые реализуются одновременно или последовательно. Отсюда вытекает основная задача педагога — предложить учащемуся спектр возможностей и помочь ему сделать выбор.</p> <p>Выбор того или иного индивидуального образовательного маршрута определяется комплексом факторов:</p> <ul style="list-style-type: none"> · особенностями, интересами и потребностями самого обучающегося и его родителей в достижении необходимого образовательного результата; · профессионализмом педагога; · возможностями учреждения дополнительного образования удовлетворить образовательные потребности учащихся; · возможностями материально-технической базы учреждения.

Педагогическая целесообразность.

Программа способствует формированию духовно-нравственных качеств личности обучающихся, улучшению морально-психологического состояния, способствует формированию их лидерской позиции, развитию инициативы и общественной активности, помогает обрести жизненный опыт и как следствие способствует всестороннему развитию обучающегося.

Цель программы:

- создание условий для формирования нравственных и коммуникативных качеств личности, через организацию общественно-полезной деятельности, способствующей самореализации личности обучающегося;

- развитие волонтерского движения, формирование позитивных установок обучающихся на добровольческую деятельность.

В процессе реализации программы должны быть решены следующие **задачи**:

Образовательные:

- обучение психологическим знаниям и умениям, позволяющим обучающимся лучше понимать себя;

- знакомство с интерактивными методами обучения, современными социальными технологиями;

- обучение методикам проведения досуговых мероприятий творческой и спортивной направленности;

- знакомство с технологией социальной акции и технологий проведения социальных дел;

- обучение основам работы с различными видами информации;

Развивающие:

- способствовать формированию первичных организаторских умений и навыков;

- способствовать развитию уверенности в себе, умений обмениваться информацией, дискутировать и защищать свою точку зрения, выступать на публике, навыка разработки и реализации социальных проектов;

- способствовать развитию умений представлять материал с помощью средств мультимедийных презентаций;

- способствовать развитию коммуникативных качеств, умений работать в команде;

- способствовать формированию активной жизненной позиции и стремления заниматься волонтерской (добровольческой) работой;

- способствовать формированию сплоченного детского коллектива;

Воспитательные:

- воспитание толерантных качеств личности, милосердия, доброты, отзывчивости;

- способствовать формированию у обучающихся высоких нравственных, морально — психологических качеств, составляющих основу их патриотизма и гражданственности, чувства долга;

- способствовать формированию уважительного отношения к ветеранам, старшему поколению;

- способствовать формированию потребности в ведении здорового образа жизни, сохранении и укреплении здоровья, формированию ответственной, здоровой, общественно-активной личности.
- воспитание потребности в добровольческой деятельности, формирование отношения к социальному служению как к норме жизни;
- содействовать развитию системы совместной деятельности детей и взрослых;
- способствовать формированию у детей личностной ответственности за выполняемую работу.

Формы реализации программы.

Эффективные условия:

- важность самостоятельной деятельности, где обучающийся берет на себя приобретенное право проявлять инициативу решения какой-либо задачи и активно проводить это решение в жизнь;
- добровольность, когда в сознании подростка зарождалась идея иного, творческого решения известной задачи;
- значимость и ценность предстоящей деятельности для обучающихся;
- положительный микроклимат во всех пространствах взаимодействия;
- самостоятельное, сознательное принятие решения об изменении позиции от наблюдателя к активному участнику;
- ответная позитивная реакция окружающих на проявление инициативы и деятельности.

Деятельность педагога по активизации проявления подростковой инициативы:

- личный пример;
- изучение интересов и потребностей подростков;
- педагогическая поддержка;
- педагог как источник основной и дополнительной информации;
- мотивация и стимулирование;
- создание ситуации проявления осознанной активности подростков;
- активное включение ребят в различные виды деятельности, со сменой ролей и позиций.

Принципы:

1. Открытость системы – участником движения может стать любой подросток, независимо от социального статуса, опыта, предшествующего вхождению в программу, способностей и интересов. Единственное условие для подростка – соблюдать принципы, сформулированные в программе.

2. Развитие движения по принципу «step-by-step» (след в след). Во-первых, этот принцип определяет то, как растёт и развивается подростковая группа. Приток новых членов движения осуществляется за счет неформального общения и поиска единомышленников среди собственного окружения. Во-вторых, движущей силой является инициатива подростковой группы. Это значит, что по мере роста группового потенциала инициатива и ответственность постепенно передаются от координатора и взрослых участников проекта подросткам.

3. Принцип активной позиции участников. Участвовать в программе не значит просто «принадлежать к определенной группе подростков». Участие предполагает наличие собственного личного вклада в поддержку и развитие движения.

4. «Не навреди» - поскольку программа сориентирована на работу с рядом «небезопасных» тем, необходимо обеспечить психологическую и личную безопасность подростка-участника и его окружения.

5. Ориентация на желания и потребности подростка – самый трудный для взрослых принцип. Взрослый человек гораздо сильнее, чем ребенок, находится в плену стереотипов. Ориентируясь в работе на желания подростка, мы создаем условия для его внутреннего роста.

6. Принцип прав и ответственности участников – и подростки, и взрослые участники программы обладают равными правами. Это значит, что все имеют возможность проявлять инициативу, высказывать свое мнение, в равной степени нести ответственность за результаты работы. Принцип важен потому, что обеспечивает условия для свободы и творчества и не позволяет подросткам относиться к программе лишь с потребительских позиций.

Метапредметные результаты

- расширение круга приёмов составления разных типов плана;
- расширение круга структурирования материала;
- умение работать со справочными материалами и Интернет-ресурсами, планировать волонтерскую деятельность;
- обогащение ключевых компетенций;
- умение организовывать волонтерскую деятельность;
- способности оценивать результаты волонтерской деятельности.

Направления работы

- духовно-нравственное воспитание – проектная, просветительская деятельность;
- патриотическое и гражданское воспитание – шефство; благоустройство своего района;
- здоровьесберегающее – пропаганда ЗОЖ;

- формирование толерантности.

Предметные результаты

- проявлять заботу и внимание к людям, попавшим в трудные жизненные ситуации;
 - будут уважительно относиться к семье, пожилым людям, к духовным ценностям;
 - владеть знаниями о ЗОЖ, формировать здоровые установки и навыки ответственного поведения, снижающие вероятность приобщения к ПАВ, курению, алкоголизму;
 - стремиться быть более ответственными, адаптированными к формированию здоровой, нравственной личности;
 - формировать у подшефных сверстников чувства нужности в этом непростом мире, нравственных качеств и чувства патриотизма.
- Обучающиеся получат возможность научиться
- уметь аргументировано отстаивать свою позицию;
 - уметь общаться со сверстниками и взрослыми, владеть нормами и правилами уважительного отношения;
 - участвовать в акциях по здоровому образу жизни .

Ожидаемые результаты по программе.

Формирование знаний о интерактивных методах обучения, современных социальных технологиях, методиках проведения досуговых мероприятий творческой и спортивной направленности, технологиях социальной акции и технологиях проведения социальных дел, направлениях деятельности волонтеров и социальном проектировании и самоуправлении.

Развитие организаторских, коммуникативных, лидерских способностей, навыков ученического самоуправления, умения представлять материал с помощью средств мультимедийных презентаций, сформированность активной жизненной позиции и стремления заниматься волонтерской (добровольческой) работой.

Развитие сплоченного детского коллектива.

Создание авторских социальных проектов обучающихся и портфолио по результатам реализации проектов.

Развитие умений обмениваться информацией, дискутировать и защищать свою точку зрения, выступать на публике.

Организация и проведение мероприятий по обмену опытом волонтерских отрядов.

Самостоятельная организация и проведение обучающимися акций, мероприятий, КТД, конкурсов, игр.

Развитие у обучающихся активной гражданской позиции, равнодушного отношения к жизни, а так же толерантных качеств личности, милосердия, доброты, отзывчивости.

Потребность у обучающихся в ведении здорового образа жизни, сохранении и

укреплении здоровья.

Потребность в добровольческой деятельности, формирование отношения к социальному служению как к норме жизни.

Развитие собственной определенной позиции по отношению к употреблению ПАВ и готовность говорить на эту тему со сверстниками.

Развития у обучающихся личностной ответственности за выполняемую.

Способом определения результативности реализации дополнительной общеобразовательной программы «Я - волонтер» служит мониторинг образовательного процесса детского объединения. Процедура мониторинга образовательного процесса осуществляется в начале и конце учебного года на основе контрольных опросов, тестирования, педагогического наблюдения и диагностических методик определения уровня развития ключевых компетентностей.

Методы отслеживания результативности:

- педагогическое наблюдение;
- опрос;
- тестирование;
- защита проектов;
- организация и участие в мероприятиях, конкурсах;
- анализ результатов методик: «Лидер», «Эффективность лидера», «КОС»- авторы В.В. Синявский и В.А. Федорошин, тест «Диагностика лидерских способностей»-авторы Е. Жариков и Е. Крушельницкий, тест «Способны ли вы быть лидером».

Формы подведения итогов реализации дополнительной образовательной программы:

- творческие отчеты о проделанной работе за год и их презентация;
- мероприятия, КТД, соревнования, конкурсы, конференции;
- статьи и фотоматериалы на сайте учреждения;
- портфолио обучающихся объединения;
- карты оценки результатов освоения программы;
- награждение благодарственными письмами самых активных членов волонтерского отряда и волонтеров в совместных мероприятиях.

Механизм реализации программы.

1 Этап – формирование волонтерской группы из числа подростков и молодежи.

2 этап – подготовка волонтеров. Задача данного этапа реализуется через различные формы работы (тренинги, ролевые игры, социологические опросы, дискуссии, лекции,

беседы) дать ребятам теоретические и практические знания. Данная работа позволит ребятам научиться различным приемам, формам, методикам, которые они смогут использовать в дальнейшей работе по пропаганде здорового образа жизни среди своих сверстников.

3 этап – работа со сверстниками. Она предусматривает практическую реализацию подростками и молодежью идей добровольчества среди сверстников, заключающуюся в пропаганде, формировании мотивации и навыков здорового образа жизни, профилактике наркомании и асоциальных явлений в молодежной среде. Принцип работы гласит «Равный обучает равного».

УЧЕБНО – ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН(1 год обучения)

Тема	всего часов	теория	практическая работа
Вводное занятие.	2	2	-
Формирование общих представлений о принципах волонтерского движения	4	2	2
Возникновение и развитие волонтерского движения в России.	3	2	1
Роль самооценки и саморегуляции в жизни человека.	4	2	2
Формирование здорового образа жизни»	6	3	3
Грамота общения.	8	2	6
Развитие и укрепление чувства взрослости.	4	2	2
Проблемы отрочества как пубертатного периода развития.	2	2	-
Получение обратной связи. Релаксация.	3	1	2
Итого	36	18	18

УЧЕБНО – ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН (2 год обучения)

Тема	всего часов	теория	практическая работа
Вводное занятие.	1	1	-
Ввод в группу новых членов. Распределение ролей внутри группы.	1	1	-
Тревожность как показатель неблагополучия личностного роста.	3	2	1
Конфликт и компромисс.	2	1	1
Лидерство в волонтерском объединении	2	1	1
Специальная подготовка волонтеров	2	1	1
Руководство по проведению тренинга. Принципы работы тренинговой группы.	4	2	2
Стрессы в жизни человека. Способы борьбы со стрессом.	4	2	2
Алкоголь и его профилактика. Никотин и причины зависимости.	2	1	1

Роль семьи в жизни человека. К чему ведет родительская беспечность.	4	2	2
Формирование здорового образа жизни.	2	1	1
Психология жизненного успеха.	7	3	4
Получение обратной связи. Релаксация.	2	1	1
Итого	36	19	17

УЧЕБНО – ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН (3-4 год обучения)

Тема	всего часов	теория	практическая работа
Вводное занятие. Развитие волонтерского движения	2	2	-
Учимся работать с документами	6	2	4
Познаю себя и других. Изучение своих личностных особенностей.	2	1	1
Понятия и значения общения в жизни человека. Виды и средства общения.	2	1	1
Особенности вербальной и невербальной коммуникации. Общение: мимика, позы, жесты.	4	2	2
Лидер и его команда. Тренинг на формирование команды.	6	1	5
Формирование навыков совместной работы в группе.	6	2	4
Формирование умения высказать и принимать обратную связь.	4	1	3
Работа на сцене (этика сцены, игровые технологии – игры с залом, в помещении и др.) Навыки ведения телефонных переговоров. Работа с микрофоном, ораторское искусство	6	1	5
Развитие эмпатии	8	2	6
Развитие способностей к общению Культура спора и дискуссии	4	1	3
Формирование уверенного поведения. Тренинг.	3	1	2
Манипулирование и сопротивление манипулированию	6	1	5
Типичные ситуации группового давления	4	1	3
Базовые права волонтера.	5	2	3
Портфолио волонтера. Презентация.	4	-	4
Итого	72	21	51

Содержание программы:

(1 год обучения)

Тема I. Вводное занятие – Техника безопасности. Санитарно — гигиенические требования. Вводный инструктаж, Инструкция по охране труда для обучающихся. Инструкция по профилактике негативных ситуаций во дворе, на улицах, дома и в общественных местах. Инструкция по пожарной безопасности. Инструкция по охране труда при проведении прогулок,

туристических походов, экскурсий. Инструкция по правилам безопасного поведения на дорогах и на транспорте. Инструкция по оказанию первой помощи пострадавшему. Ознакомление с программой работы волонтерского отряда

Тема II. Формирование общих представлений о принципах волонтерского движения -

Занятие «Знакомство. Узнаём друг друга». Установление контакта между обучающимися. Практика: Игры на знакомство и взаимодействие «Снежный ком», «Расскажи мне о себе», «Часы», «Реверанс». Игра «Круг знакомства», беседа «Как можно знакомиться». Тесты на лидерские, организаторские способности, выборы актива объединения.

Тема III. Возникновение и развитие волонтерского движения в России - История волонтерского движения, волонтерские организации в прошлом и настоящем. Направления деятельности волонтеров. Социальное служение и социальная работа. Волонтерство в России. Понятие о добровольческой (волонтерской) деятельности. Добровольчество в современной России. Качества необходимые волонтеру. Распределение поручений. Совместное составление плана работы на год. Анкетирование:

«Что ты готов сделать для улучшения мира?».

Тема IV. Роль самооценки и саморегуляции в жизни человека. Изучаются факторы формирования самооценки с точки зрения психологов и педагогов, нормативные показатели уровня развития самосознания, основные показатели сформированности самооценки у подростков и юношей. Идет формирование интереса к самому себе и роли самооценки в жизни человека.

Проводится творческая работа с учащимися по составлению портрета своей личности. Анализ результатов.

Разминочное упражнение «Моя индивидуальность», профилактические игры «Творческая личность», «Будь собой, но в лучшем виде».

Тема V. Формирование здорового образа жизни».

Планирование мероприятий. Распределение обязанностей. Знакомство с формами проведения волонтерских мероприятий. Разъяснительная работа по пропаганде ЗОЖ, и профилактике социально-негативных явлений в подростковой и молодежной среде. Алкоголь и закон. Подбор положительных примеров и образцов активной жизнедеятельности; проведение спортивных соревнований, Дней здоровья «Мы за здоровый и спортивный образ жизни». Разработка агитационных буклетов, памяток, рекомендаций, презентаций о здоровом питании. *«Международный день*

отказа от курения». Подготовка к акции: разработка памяток о вреде курения. Проведение мероприятия посвященное ко дню *Всемирного дня борьбы со СПИДом.* Разработка сценария агитбригады. Репетиции. Выступления. Влияние алкоголя на организм человека – встреча с наркологом ЦРБ. Разработка и проведение игр по профилактике алкогольной и никотиновой

зависимости. Разработка и проведение мероприятий по профилактике компьютерной и игровой зависимости.

Тема VI. Грамота общения.

Рассматриваются понятие общения, формы, виды и методы общения, приемы коммуникативного общения, формируется психологическая принципиальность по взаимоотношению со сверстниками, применяются эффективные приемы общения.

Подбор рифм на тему «Общение» или «Общайся».

Применяются разминочные упражнения «Сбор рукопожатий», практические упражнения «Капуста», «Познай свое тело».

Членами группы проводится тренинг «Атомы и молекулы» с применением форм коммуникативного общения.

Тема VII. Развитие и укрепление чувства взрослости. Изучается психологическая и социальная характеристика подросткового и раннего юношеского возраста, критерии оценки взрослости, понятия «самоопределение и самовыражение», рассматриваются принципы взросления. Проводится беседа о ценности отрочества, развитии воли и чувства собственного достоинства.

Проводится анкетирование «С кем или с чем тебе труднее всего расстаться». Обработка результатов. Игра «Отказ».

Применяются профилактические занятия «Сова», «Тыква», «Паровозик». Релаксация.

Членами группы проводится тренинг, «Какой Я? Кто – это?» и ролевая игра «Доверительный круг».

Тема VIII. Проблемы отрочества как пубертатного периода развития.

Изучаются принципы развития мотивационной сферы, созревание организма, функциональные возможности и состояния, развитие моторной и речевой сферы.

Проводится анкетирование по изучению личностных характеристик подростка с применением теста «Кеттела». Обработка результатов. Обсуждение.

Применяется диагностика сформированности умений саморегуляции деятельности в раннем юношеском возрасте. Опросник «Саморегуляция» А.К. Осницкого. Анализ результатов.

Тема IX. Получение обратной связи. Релаксация.

Дается понятие «релаксация». Практикуется экспериментирование с применением аутотренинга «Я - режиссер», «Распределение ролей дело серьезное», «Мое внутреннее состояние – в моих руках». Идет приобретение коммуникативных умений, стремление к получению обратной связи.

Членами группы проводится тест «Незаконченное предложение». Подготовка тезисов для листовок.

Воспитательное дело «Молодежь говорит «Нет»!». «Давайте задумаемся..». Анализ

сопротивления.

(2 год обучения)

Вводное занятие – ознакомление с программой работы волонтерской группы. Проводится социологический опрос «Кто ты?», в заключении инструктаж по технике безопасности и правилам дорожного движения.

Тема I. Распределение ролей внутри группы.

Осуществляется установление благоприятного психологического климата в группе, формирование навыков коллективного поведения, создание атмосферы взаимовыручки, товарищества, выявление интеллектуальных способностей учащихся. Распределение ролей внутри группы.

Проводится социологический опрос, анкета «Ваше отношение к молодежно-добровольческому движению пропагандистов ЗОЖ».

Используется тренинг по формированию волонтерской группы «Составление первоначального портрета группы», игра «Ласковое имя», «Снежный ком».

Тема II. Тревожность как показатель неблагополучия личностного роста. Общее понятие тревожности, особенности и проблемы тревожности. Рассматриваются основные причины возникновения и проявления тревожности. Проводится коррекция и урегулирование эмоционального состояния.

Применяется проективная методика «Несуществующее животное»(рисунок). Проводятся профилактические игры «Доброе животное», «Хлопки», «Скала».

Подготовить и провести тренинг по коррекции тревожности.

Тема III. Конфликт и компромисс.

Конфликты и их форма. Понятие компромисса. Компромиссное поведение, его причины и границы.

Применяются профилактические упражнения «Говорим гадости». Проводятся тренинги «Узкий мост», «Тренировка эмоциональной устойчивости». Анализ тренинга.

Подбираются, прорабатываются конфликтные ситуации и выход из них. Разрабатывается ситуация достижения компромисса.

Тема IV. Лидерство в волонтерском объединении.

Рассмотрение понятия - лидер. Типы лидеров: деловой и социоэмоциональный лидер. Стили лидерства. Лидерские способности. Диагностика лидерских способностей. Неформальное и формальное лидерство. Рефлексия. Понятие.

Рефлексия дня. Рефлексия своего состояния. Рефлексия себя. Вопросы для рефлексии. Подготовка к участию в районном конкурсе «Лидер года». Организация коллективных творческих дел, ролевых игр.

Тема V. Специальная подготовка волонтеров.

Подростковый возраст и его особенности. Границы подросткового возраста. Особенности физического и психического развития, эмоций.

Новообразования возраста, «Я» подростка, формирование мировоззрения, подростковые реакции на действительность. Технология общения и работы с людьми с ограниченными возможностями здоровья. Технология общения и работы с пожилыми людьми.

Сбор информации о людях, организациях по взаимодействию. Вовлечение новых участников. Планирование акций, адресных добрых дел. Помощь ветеранам и пожилым людям. Трудовая помощь пожилым людям. Организация встреч с ветеранами. Проведение игровых программ, мастер-классов. Проведение мастер-классов, игровых программ для подростков

«группы риска». Обсуждение повести Л. Улицкой «Бумажная победа». Просмотр и обсуждение документального фильма «Форпост».

Тема VI. Руководство по проведению тренинга.

Даются общие понятия тренинга, группы тренинга, принципы работы тренинговой группы, техника проведения занятий Т- группы.

Подготовка к проведению тренинга.

Проводятся профилактические упражнения с применением гештальт –терапии: «Осознание», «Разыгрывание ролей», «Борьбапротивоположностей», «Антикварный магазин», «Три фразы».

Проводится тренинг представления самого себя. «Арена», «Видимое», «Слепое пятно», «Неизвестное» (скрытое).

Тема VII. Стрессы в жизни человека.

Понятие «стресс». Стрессогенные ситуации. Способы борьбы со стрессом. Обида. Как справиться с плохим настроением.

Анкетирование «Ваше внутреннее состояние». Обработка результатов. Проводится тренинг «Монолог с двойником» с применением элементовпсиходрамы.

Членами группы осуществляется подготовленный заранее тренинг хорошего настроения «Мимическая маска», в который включаются профилактические занятия - «Я в лучах солнца», «Оставь автограф», «В чем моя сила», «Мои достоинства», Мимическая маска».

Тема VIII. Алкоголь и его профилактика. Никотин и причины зависимости.

Алкоголь – это яд, причины зависимости от алкоголизма. Последствия употребления и злоупотребления алкогольных напитков. Детский алкоголизм. Причины ранней алкоголизации, пути избавления.

Лекционно - тематическая беседа «Счастливое детство без алкоголя», вопросы – ловушки.

Тест – беседа «День рождения – грустный праздник» с применением обратной связи. Обработка результатов. Обсуждение.

Лабораторный опыт «Влияние алкоголя на рост и развитие растений». Наглядная

демонстрация последствия алкоголя на растения (растения в горшочках, образцы спиртных напитков, зерна растений).

Табакокурение и история его появления. Возникновение зависимости от никотина. Историческая справка «Родина никотина – Америка». Беседа на тему «Никотин – это яд, принимаемый добровольно».

Тест - беседа «На поводу у вредных привычек» с применением обратной связи. Социологический опрос «Что мы знаем о курении?». Обработка результатов.

Тест – беседа «Курение – это личное дело каждого». Обработка результатов. Проведение теста опроса «Не идете ли вы на поводу у друзей?», проведение опыта с помощью демонстрационного прибора, имитирующего процесс курения.

Тема X. Остров марионеток и запретов. Причины и последствия употребления наркотиков.

Наркотик – что это такое? Природа наркотизации, механизм воздействия наркотических веществ, этапы формирования зависимости от наркотиков. Факторы риска ранней наркотизации (биологические и физиологические факторы). Наркотики и великие люди. Влияние молодежных групп. Наркотики и тюрьма. Принципы и модели профилактики.

Анкетирование «Проблемы наркомании в подростковом возрасте». Обработка результатов. Игра - обсуждение «Эпидемия».

Тренинг - беседа «Кто виноват и что делать?». Ситуативная игра «Умей сказать «нет»!». Деловая игра «Орел или решка». Альтернативная реклама. Профилактическая игра «Люди, которые играют в игры, игры, в которые играют люди».

Профилактические игры «Наркоманы – особые, особенные или...», «Тихая дискуссия», «Умей сказать нет». Игры - обсуждение «Эпидемия». «Отказ – дело серьезное!» Лекционно-тематические беседы с применением обратной связи «Без вины - виноватый», «Путь в пропасть – мгновение, путь из пропасти – годы». Обработка и обсуждение результатов.

Тема XI. Роль семьи в жизни человека .

Семья - святыня очага, семья - ячейка общества. Особенности семейного воспитания. К чему ведет родительская беспечность. Работа с родителями. Помощь детям, родители которых зависимы от наркомании и алкоголизма.

Членами группы проводится анкетирование приглашенных детей по методике Рогова «Родительский авторитет в глазах ребенка». Обработка результатов.

Рисуночный тест «Семья», обработка результатов.

Посещение неблагополучных семей. Составление плана работы по профилактике внутрисемейных отношений.

Тема XII. Формирование здорового образа жизни.

Определение понятия «здоровье». Факторы, влияющие на здоровье человека. Элементы

здорового образа жизни. Здоровье – это жизнь. Для чего в современном мире человеку необходимо быть здоровым?

Подготовка рефератов на тему «Задумайся о будущем». Эвристическая беседа по пропаганде ЗОЖ.

Анкетирование «Проблемы наркомании и алкоголизма в подростковом возрасте». Обработка результатов. Обсуждение.

Проводится тренинг «Мы дружим и поем – без наркотиков живем» с применением элементов музыкотерапии, выполняются двигательные упражнения со смысловой нагрузкой в сопровождении песенки «В травесидел кузнечик».

Проводится игровое занятие «Сказка о Робинзоне Крузо», сценка «Хроника грустных времен». Решение кроссворда.

Тема XIII. Психология жизненного успеха.

Идет формирование ненавязчивого сознания и поведения подростков в условиях духовного возмужания. Обсуждение понятия «Цена жизни».

Подготовка сочинений «Твоя жизненная позиция».

Проводится урок – викторина по нравственному воспитанию (используются воспитательные возможности в рамках учебных дисциплин (русский язык и литература).

Проводится практическое занятие по алгоритму всероссийского учебно- методического курса «Мой выбор».

Тема XIV. Получение обратной связи. Релаксация.

Дается понятие «релаксация». Практикуется экспериментирование с применением аутотренинга «Я режиссер», «Распределение ролей делосерьезное», «Мое внутреннее состояние – в моих руках». Идет приобретение коммуникативных умений, стремление к получению обратной связи.

Членами группы проводится тест «Незаконченное предложение». Подготовка тезисов для листовок.

Внеклассное мероприятие «Молодежь говорит «Нет!»!». «Давайте задумаемся..». Анализ сопротивления.

Проводится тренинг с элементами психотерапии – «группа встреч», применяются практические упражнения «Встреча», «Впечатление»,

«Мудрец» «Последняя встреча», «Вдвоем», «Живые руки». Выполняется упражнение на релаксацию «Подсолнух». Дается напутствие членам группы, проводится подведение итогов работы за год.

(3-4 год обучения)

Тема I. Вводное занятие - вводный инструктаж по технике безопасности. Знакомство с задачами. Значение волонтерского движения. Взаимодействие волонтеров с другими

общественными организациями. Диагностика – анкетирование: «Что ты готов сделать для улучшения мира?» Упражнения на развитие лидерских качеств.

Тема II. Учимся работать с документами.

Обучающиеся познакомятся с основными правовыми актами и документами, регламентирующими волонтерскую деятельность. Продолжат знакомство с работой волонтерства в Европе и тимуровского движения в России. Они научатся вести документацию волонтера, создавать различную печатную и видеопroduкцию для проведения мероприятий в рамках волонтерской деятельности в тематике «Я-агитатор». Волонтеры научатся оформлять личное портфолио.

Тема III. Познаю себя и других. Изучение своих личностных особенностей.

Тренинги, (сопереживание другому), конгруэнтность (искренность). Участие в тренингах, как интерактивных методах обучения позволяющих более глубоко осознать истинные мотивы обращения к волонтерской деятельности, развивать уже существующие навыки работы с людьми и такие важные для общения качества, как эмпатия, психологические игры, анкетирования, круглые столы, акции – все это поможет обучающимся осознать свою готовность к участию в волонтерской деятельности, подготовиться к её осуществлению. Данная психологическая подготовка способствует развитию личностного потенциала школьников, помогает разрешить собственные психологические проблемы, закрепить полученные теоретические знания, формирует коммуникативные способности и готовность терпимо относиться к окружающим людям. Тест «Нарисуй свой характер»; Цвет твоего характера; изучение темперамента обучающихся.

Тема IV. Понятия и значения общения в жизни человека. Виды и средства общения.

Охватывает вопросы психологии общения и понятие самоуправления. Общая структура общения, ее особенности, значение, составляющие. Функции общения: коммуникативная, интерактивная, перцептивная.

- Общение и сферы существования человека;
- Мысли мудрых (обсуждение).
- Ситуация – проба
- Особенности речевого общения;
- Тренинг инструментальных умений общения;
- Упражнения «Приветствие ключ к общению»; «Комплименты», «Уличное знакомство».

Тема V. Особенности вербальной и невербальной коммуникации.

Общение: мимика, позы, жесты.

Понятие вербальной и невербальной коммуникации; упражнения «Бессловесное общение»,

«Невербальный контакт».

Тема VI. Лидер и его команда. Тренинг на формирование команды.

Тест «Лидер ли я?», упражнения «многоликий лидер», игры на выявление лидеров: «Ехали цыгане», «Скульптура», «Фигура с углами», «Числа и буквы»; составление общего портрета лидера.

Общие понятия «Команда»; тренинг командообразования; упражнение «Наша команда».

Тема VII. Формирование навыков совместной работы в группе

7 аспектов работы лидера; Упражнение «Я в команде»; Игра: «Построим мост».

Тема VIII. Формирование умения высказать и принимать обратную связь.

Охватывает вопросы развития коммуникативных навыков.

Понятие «обратная связь», «высказывание»; «Упражнение «Здравствуйте люди!»;

Тема IX. Работа на сцене (этика сцены, игровые технологии – игры с залом, в помещении, на улице.). Навыки ведения телефонных переговоров. Работа с микрофоном, ораторское искусство.

Мастер-класс работы на сцене, с микрофоном, речевая гимнастика, упражнения на дыхание и т.п. Упражнение-тест «Умеете ли вы общаться по телефону».

Тема X. Развитие эмпатии.

Понятие «эмпатия»; Обыгрывание ситуаций;

Тема XI. Развитие способностей к общению. Культура спора и дискуссии.

Понятие: «спор», «культура», «дискуссия»; формулировка понятий

«Культура спора», «Культура дискуссии», Тест «Общительный ли вы человек?»; Обыгрывание ситуаций.

Тема XII. Формирование уверенного поведения. Тренинг.

Тренинги формирования уверенного поведения.

Тема XIII. Манипулирование и сопротивление манипулированию.

Рассматривает вопросы манипулирования и сопротивления в группе. Понятие «Манипулирование»; «сопротивление»; Формулировки отказ

Тема XIV. Типичные ситуации группового давления.

Тест « Не идете ли вы на поводу у друзей?»(групповое давление).

- проигрывание ситуаций с использованием формулировок отказа.

Тема XV. Базовые права волонтера.

Понятие «Базовые права волонтера»; знакомство с основными правами ребенка, человека, волонтера.

- Упражнение «Я имею право...»

Тема XVI. Портфолио волонтера. Презентация.

Подведение итогов и результатов работы подготовки волонтеров. На занятиях каждый обучающийся должен будет подготовить самопрезентацию своего портфолио. Обмен впечатлениями о пройденном курсе.

Календарный учебный график

Количество учебных недель	36 недель
Первая четверть	с 01.09.2022 г. по 23.11.2022 г., 8 учебных недель и 3 дня
Каникулы	с 25.10.2022 г. по 07.11.2022 г.
Вторая четверть	с 08.11.2021 г. по 30.12.2021 г., 7 учебных недель и 4 дня
Каникулы	с 31.12.2022 г. по 10.01.2022 г.
Третья четверть	с 11.01.2023 г. по 19.03.2023 г., 8 учебных недель и 4 дня
Каникулы	с 20.03.2023г. по 27.03.2023 г.
Четвертая четверть	с 28.03.2023 г. по 31.05.2023 г., 9 учебных недель и 2 дня
Каникулы	с 01.06.2023 г.

Литература для педагога:

1. Арсеньева Т.Н., Виноградова Н.В., Пелевина И.М., Соколов А.А. Инновационные проекты системной поддержки молодежного добровольчества. – СПб. - Тверь, 2009.
2. Зайцева М.И. Проект «Подросток и толерантность» // Справочник классного руководителя.- 2007.- №1.- С. 10-18.
3. Абабков В. А., Перре М. Адаптация к стрессу.- СПб., 2004.
4. Здоровье. Учебно-методическое пособие для учителей 1-11 классов/Под ред. В.Н. Касаткина, Л. А. Щеплягиной М., 2001.-435с.
5. Холина О.И. Волонтерство как социальный феномен современного российского общества // Теория и практика общественного развития. – 2011. – № 8. – С. 71-73.
6. Колбанов В.В. Валеологический практикум: Учебное пособие для педагогов. СПб.: СПбАППО, 2005. 198
7. Митева И. Ю. Курс управления стрессом.- М., 2005
8. Обухова Л.А., Лемякина Н.А. Тридцать уроков здоровья. – М.: Сфера, 2003.
9. Методические материалы по теме «Волонтеры: мотивация. Результаты социологического исследования. - СПб., 2003. - 22 с. - (Сборник методических материалов). – Отдел обучения в странах СНГ, С.-Петербург.
- 10.«Правильный выбор»: Программа формирования у старших подростков социальных установок на здоровый образ жизни /Составители: С.М.
- 11.Чечельницкая, А.А. Михеева, Д.А. Шалаева, Ю.В. Величкина. М.: Фонд

«Центр социального развития и информации», 2005.112с.

12. Смирнов Н. К. Здоровьесберегающие образовательные технологии и психология здоровья в школе/Н. К.Смирнов. - М. АРКТИ,2003.-270с.

13.Кулинич Г.Г. Вредные привычки. Профилактика зависимостей. - М, 2008.

14.Социальное служение (участие молодёжи в общественно полезной деятельности) Авт. Тетерский С. В., Решетников О. В. – Нижний Новгород, изд-во технологии», 2009. – 146 с.

15. Тетерский С. В., Ромашина Ю. В., Симонович В. Л. Я в команде. (Методика подготовки волонтеров «Равный – равному»): Методические рекомендации.

– Нижний Новгород: Изд-во технологии», 2009. – 80 с.

16.Физкультурно-оздоровительные занятия для 9-11 классов школ, гимназий, лицеев: Нетрадиционные методы индивидуального оздоровления на уроках. -Казань, 2003.

Интернет – ресурсы

1. Методические рекомендации по организации волонтерских отрядов по пропаганде здорового образа жизни, противодействию распространения наркомании, алкоголизма и табакокурения в молодежной среде <http://forum.gorodbg.ru/index.php?topic=345.0>

2. Программы дополнительного образования добровольческой направленности <https://infourok.ru/>

Литература для обучающихся

1. Беттельгейм Бруно. Любим ли Я?

2. Бретт Д. Жила-была девочка, похожая на тебя... Психотерапевтические истории для детей. Класс. — М., 2007.

3. Без секрета всему свету... М.: Научно-методический центр «Диагностика. Адаптация. Развитие» им. Л.С. Выготского, 2000. 124 с. (Серия «Работающие программы», выпуск 6).

Литература для родителей обучающихся

1. Александров А.А., Александрова В.Ю. Курение и его профилактика в школе. М.: Издательство «Медиа сфера», 1996. 96 с.

2. Дедловская В.И. Здоровый образ жизни. Методические рекомендации к комплексу демонстрационных таблиц по ОБЖ для 10-11 классов. М., 2003. 16 с.

3. Ерышев О.Ф. Лечение алкогольной зависимости. СПб.: Издательский Дом «Нева», 2004. 128 с.

4. Валентик Ю.В., Булатников А.Н. Семейная реабилитация несовершеннолетних, злоупотребляющих психоактивными веществами. –М.: Московский городской фонд поддержки школьного книгоиздания, 2004. – 104 с.

5. Макеева А.Г. Все цвета, кроме черного: Находим ответы на трудные вопросы: Блокнот для учащихся 10-11 классов /Под ред.М.М.Безруких. М.: Просвещение, 2005. 96 с.

6. Малыгин В.Л. Как уберечь детей от алкоголя и наркотиков или как стать счастливым родителем счастливых детей. Тула, 2003. 24 с.

7. Макеева А. Г. Как уберечь ребенка от курения и знакомства с алкоголем.- М.: Вентана-Граф, 2002.-32с.