

Содержание

Стр.

Раздел 1. Комплекс основных характеристик программы.....	3
1.1. Пояснительная записка.....	4
1.2. Цель и задачи программы.....	4
1.3. Содержание программы.....	6
1.4. Планируемые результаты программы.....	11
Раздел 2. Комплекс организационно-педагогических условий.....	12
2.1. Календарный учебный график.....	12
2.2. Условия реализации программы.....	12
2.3. Формы аттестации.....	13
2.4. Оценочные материалы.....	14
2.5. Методические материалы.....	14
2.6. Рабочая программа воспитания.....	16
2.7. Календарный план воспитательной работы	20
Раздел 3. Список литературы	22
Нормативные документы.....	22
Литература для педагогов.....	23
Литература для учащихся	24
Раздел 4. Приложения к программе	

Раздел 1. Комплекс основных характеристик программы

1.1. Пояснительная записка

Актуальность программы

В мире люди нуждаются в общении, заботе и внимании. Волонтерские организации предпринимают действия, направленные на приобретение полезных навыков, развитие важных личных характеристик и помощь в навигации по хорошим жизненным ориентирам. Важно не только развивать и поддерживать волонтерские организации, но и сохранять их деятельность.

В последние годы возросло участие подростков в жизни общества, одним из них является волонтерская деятельность. Волонтерство может стать одним из продуктивных видов деятельности, обеспечивающих личные результаты.

Волонтерское движение набирает в России все большую популярность. Частью этого движения может стать любой человек, даже ребенок. Если у подростка есть интерес к общественной деятельности: ему любопытно узнать новых людей, почувствовать себя полезным (и действительно быть таким), попробовать себя в новом деле, то ему обязательно стоит попробовать себя в добровольческой деятельности.

Если речь идет о подростках, которые находятся на стадии формирования и поиска самих себя, эта деятельность станет для них буквально определяющей их базовые ценности.

Подросток может узнать о мире много нового и расширить свой круг общения. Занимаясь новым делом, он обрстет полезными контактами, повстречаться с людьми, с которыми вряд ли бы познакомился в обычной жизни.

Проблема социализации детей в волонтерских организациях очень актуальна. На современном этапе развития системы образования на первый план выходит создание оптимальных условий для формирования личности каждого ребенка, в зависимости от особенностей психического и физического развития, индивидуальных способностей.

Важнейшей задачей становится формирование у подростков навыков социальной и личностной компетентности, позволяющих им противостоять приобщению к употреблению психоактивных веществ, алкоголизму, курению в условиях давления социального окружения: умения общаться, понимать других людей, а также собственного достоинства и уважения к другим, умения отстаивать свое мнение, считаться с мнением окружающих, противостоять внешнему давлению.

Ушедшие в прошлое старые формы организации досуга обучающихся и изменившаяся социально-экономическая обстановка в стране требуют появления новых подходов и методов активизации подростков. Волонтерское движение является одной из таких форм работы.

Волонтеры (от англ. Volunteer - доброволец) – это люди, делающие что-либо по своей воле, по согласию, а не по принуждению. Волонтерские или добровольческие организации - это свободные союзы людей, объединенных каким-либо общим специальным интересом. Их деятельность связана, как правило, с благотворительностью, милосердием. В России сегодня действует много молодежных волонтерских объединений, которые занимаются пропагандой здорового образа жизни.

При разработке программы была использована:

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «ВОЛОНТЕРСКОЕ ДВИЖЕНИЕ». Москва 2017. (Поярковой Л.И.)

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Школа юного добровольца» имеет **социально – гуманитарной направленности.**

Программа волонтерского отряда «Школа юного добровольца» предназначена для учащихся 7-11 классов и направлена на формирование социальной компетентности, опыта организации социально-значимой деятельности, на формирование социально успешной личности.

Уровни программы – стартовый и базовый.

1.2. Цель и задачи программы

Цель программы «Школа юного добровольца» – развитие социальных компетенций учащихся через активизацию их на добровольческую деятельность.

Задачи:

Обучающие:

1. Познакомить с историей возникновения и развития волонтерства в России и странах мира.
2. Сформировать представление о современных направлениях волонтерской деятельности в России.
3. Познакомить с нормативно-правовыми документами волонтерской деятельности.
4. Предоставлять детям информации о здоровом образе жизни.

Развивающие:

1. Развивать устойчивость внимания.
2. Развивать самостоятельность.
3. Развивать наблюдательность, познавательную активность.

4. Развивать социальные компетенции

Воспитывающие:

1. Воспитывать толерантные качества личности, милосердие, доброту, отзывчивость.
2. Воспитывать чувство коллективизма, готовность безвозмездно, бескорыстно служить обществу.
3. Воспитывать коммуникативные качества, умение работать в команде.
4. Воспитывать лидерские качества, уверенность в себе.

Категория учащихся по программе: 12-17 лет.

Психологические особенности учащихся 12 – 17 лет.

В подростковом возрасте социальная деятельность, становится личностной потребностью. Этот период отличается повышенной интеллектуальной активностью, желанием развивать и демонстрировать свои способности, стремлением получать высокую оценку окружающих. Осуществление социально признаваемой деятельности соответствует психологическим требованиям подросткового возраста. Мотивы приобщения подростков к волонтерству различны, но чаще всего подростками движет стремление чувствовать себя нужными, полезными людям, быть членами команды, заслужить уважение и поддержку окружающих.

Срок реализации программы: 216 часов.

Формы и режим занятий

Форма обучения: очная с применением дистанционных технологий

Основной формой обучения являются групповые занятия. Численный состав группы – 15 человек. Приём подростков в объединение осуществляется по принципу добровольности.

Формы обучения:

- беседы;
- обсуждения;
- тренинги;
- практикумы;
- ролевые игры;
- дискуссии
- квест.

Дистанционное обучение незаменимая форма работы с детьми во время карантина и каникулярных дней. Это обеспечивает непрерывность образовательного процесса, и выполнения учебного плана программы.

Дистанционное обучение осуществляется с помощью телекоммуникаций и имеет следующие формы занятий:

- Чат-занятия (все участники занятия имеют одновременный доступ к чату).
- Веб-занятие (дистанционные занятия, конференции, практикумы, и другие формы учебных занятий).

Режим занятий:

Занятия проводятся 1 раз в неделю по 3 часа.

1.3. Содержание программы

Учебно–тематический план 1 год обучения

№	Наименование разделов и тем	Количество часов		
		всего	теория	Практика
	Вводное занятие	3	1	2
	«Кто такие волонтеры? Мифы о волонтерстве»	3	1	2
1	Раздел: «Исторические аспекты волонтерства»	20	3	2
1.1	История возникновения волонтерства в России.	5	5	-
1.2	Направления волонтерской деятельности в России.	5	5	-
1.3	История возникновения волонтерства в странах мира.	5	2	3
1.4	Итоговый тест для начинающих волонтеров	5	1	4
2	Раздел: «Психологическая подготовка волонтера»	20	4	16
2.1	Тренинг личностного роста	5	1	4
2.2	Тренинг коммуникативных навыков	5	1	4
2.3	Тренинг толерантности	5	1	4
2.4	Лидерство в волонтерском объединении	5	1	4
3	Раздел: «Здоровый образ жизни»	30	8	22
3.1	Сохранение здоровья. Что такое ПАВ? Тренинг «Как сказать «Нет!»	10	3	7
3.2	Что такое агитбригада?	5	1	4

3.3	Осторожно! Наркотические вещества!	10	4	6
3.4	Дискуссия «Мой образ жизни – пример для подражания».	5	-	5
4	Раздел: «Участие в акциях и конкурсах»	32	-	32
4.1	Акция «Добрый мир»	20	-	20
4.2	Подвижные игры для младших школьников	12	-	12
	Итоговое занятие	3	-	3
	Всего	108	16	92

Содержание

Вводное занятие – 3 часа.

Знакомство с группой. Решение организационных вопросов. Знакомство с содержанием программы.

Тема: «Кто такие волонтеры? Мифы о волонтерстве»

Теория: Понятие «волонтер», «волонтерство», добровольность, бескорыстность, общественная значимость, гражданская активность, законность. Мотивы участия в волонтерской деятельности. Роль волонтерства в решении общественных проблем в современном обществе. Значение участия молодежи в волонтерском движении. Основные принципы создания и функционирования волонтерского движения (добровольность, безвозмездность, добросовестность, «равный – равному», законность). Их реализация на практике.

Практика: Участие в акции «Добрый мир»

Опрос: Что ребята хотят получить от курса, чему хотят научиться?

I Раздел: «Исторические аспекты волонтерства» -20 часов.

Тема 1.1 История возникновения волонтерства в России-5 ч.

Теория: Первые «человеколюбивые общества» под императорским патронажем в России. Добровольное отправление на фронт первых «человеколюбивых обществ» для оказания помощи раненым бойцам. Негосударственная волонтерская организация, российский филиал Международного Красного креста. Принципы работы волонтеров (добровольность, безвозмездность, добросовестность, обучение «равный – равному», законность).

Тема 1.2 Направления волонтерской деятельности в России-5 ч.

Теория: Направления деятельности волонтерских организаций, которые реализуются в нашей стране. Специфика каждого из направлений. Виды

работ, которые выполняют волонтеры в рамках выбранного направления деятельности. Социально незащищенные группы населения, профилактика асоциальных явлений, пропаганда здорового образа жизни, взаимодействие с медицинским персоналом, толерантность общества, сохранение природного и культурного богатства, экологические проекты, волонтеры в сфере искусства, краеведческая деятельность, интернет-добровольчество.

Тема 1.3 История возникновения волонтерства в странах мира-5 ч.

Теория: Зарождение волонтерства (Франция, США, Германии и др.). Волонтерская молодежная служба и ЮНЕСКО: краткий исторический обзор. Молодёжные волонтерские объединения мира. Международные волонтерские объединения

Практика: Эссе «Что значит быть волонтером?».

Тема 1.4 Итоговый тест для начинающих волонтеров – 5 ч.

Практика: Основы волонтерства для начинающих (на DOBRO.ru) <https://edu.dobro.ru/courses/28/>

II Раздел: «Психологическая подготовка волонтера» - 20 часов

Тема 2.1 Тренинг личностного роста – 5 ч.

Теория: Самоопределение. Правила поиска выхода из сложной ситуации. Самооценка, самоанализ: понятие, виды, способы определения.

Практика: Тренинг. «Каков я на самом деле». «Мои сильные и слабые стороны».

Тема 2.2 Тренинг коммуникативных навыков – 5 ч.

Теория: Вербальная и невербальная информация. Эффективные приемы общения. Бесконфликтное общение, приемы выхода из конфликта.

Практика: Коммуникативный тренинг «Сплочение». Тренинговые упражнения «Слепой и поводырь», «Я в тебе уверен».

Тема 2.3 Тренинг толерантности – 5 ч.

Теория: Критерии толерантного и интолерантного поведения. Ксенофобия, геноцид, этноцентризм, экстремизм.

Практика: Ролевая игра «Свои и чужие». Ролевая игра «Автобус». Упражнение «Я - хороший, ты - хороший».

Тема 2.4 Лидерство в волонтерском объединении – 5 ч.

Теория: Понятие «лидер». Типы лидеров: деловой социозэмоциональный лидер. Стили лидерства. Лидерские способности.

Практика: Диагностика лидерских способностей. Неформальное и формальное лидерство. Тренинг на командообразование. Ролевые игры.

III Раздел: «Здоровый образ жизни» - 30 часов.

Тема 3.1 Сохранение здоровья. Что такое ПАВ? – 10 ч.

Теория: знакомимся с понятиями «вредные вещества» (ПАВ)

Практика: Тренинг «Как сказать «Нет!»»

Тема 3.2 Что такое агитбригада? – 5 ч.

Теория: что такое агитбригада, подбор материала для агитбригады.

Практика: Ролевая игра «Алкоголю – нет, нет, нет» с прилагаемым сценарием.

Тема 3.3 Осторожно! Наркотические вещества! - 10 ч.

Практика: что такое листовки и как их делать. Создание листовок, изучение информации (понятие о наркотических веществах, их влияние на организм человека и последствиях применения)

Тема 2.4 Дискуссия «Мой образ жизни – пример для подражания» -5 ч.

Практика: обозначить проблемы, связанные с правильным ведением образа жизни. К чему приводит отсутствие примеров для подражания. Какой должен быть пример для подражания.

IV Раздел: «Участие в акциях и конкурсах»

Акция «Добрый мир» – 20 ч.

Сбор игрушек для детей из детских домов или малообеспеченных семей.

Подвижные игры для младших школьников – 12 ч.

Практика: Школьники-волонтеры разрабатывают мероприятие для младших школьников.

Школьники-волонтеры проводят мероприятие для младших школьников.

Итоговое занятие – 3 часа.

Что такое плакат? Виды плакатов.

Плакат «Школа юного добровольца» – итоговая работа, где будет отображаться деятельность отряда.

Планируемые результаты 1 года обучения по программы

Предметные результаты:

Обучающиеся будут знать:

- о волонтерском движении в России;
- права и обязанности волонтеров;
- основные направления деятельности волонтеров;
- основные формы работы волонтеров.

Учащиеся будут уметь:

- аргументировано отстаивать свою позицию;
- адекватно общаться с учащимися и взрослыми ;
- участвовать и организовывать социально-значимые мероприятия

- издавать агитационную печатную продукцию.

Личностные результаты:

У учащихся будут сформированы:

- потребность в здоровом образе жизни;
- собственная определенная позиция по отношению к употреблению ПАВ и готовность говорить на эту тему со сверстниками;
- лидерские качества, уверенность в себе.
- коммуникативные качества, умение работать в команде.
- социальные компетенции
- качества личности - милосердие, доброта, отзывчивость, готовность безвозмездно, бескорыстно служить обществу.

Метапредметные результаты:

Учащиеся будут проявлять:

- умение формулировать собственное мнение;
- умение дискутировать, и защищать свою точку зрения;
- умение договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности.
- навыки самоанализа и самооценки своей деятельности
- самостоятельность.

Учебно–тематический план 2 год обучения

№	Наименование разделов и тем	Количество часов		
		всего	теория	Практика
	Вводное занятие	3	1	2
1	Семья-это значит мы вместе	3	1	2
2	Профилактика и пропаганда ЗОЖ	6	5	1
3	Значение двигательной активности и физической культуры для здоровья	6	5	1
4	Что такое стресс? Модели проблемно-разрешающего поведения	6	3	3
5	Добро, милосердие и сострадание	6	1	5
6	Витамины - наши друзья	6	1	5
7	Мобильный телефон: за или против	6	1	5
8	Профилактика травматизма	6	1	5

9	Безопасная дорога	6	1	5
10	Школа и здоровье	12	3	9
11	Основы безопасности жизнедеятельности	6	1	5
12	Интерес к познанию и творчеству	9	3	6
13	Социальное проектирование	6	-	5
14	Акция «Добрый мир»	20	-	20
15	Акция «Протяни руку помощи»	9	-	9
	Итоговое занятие	3	-	3
	Всего	108	28	80

Содержание

Вводное занятие – 3 часа.

Знакомство с группой. Решение организационных вопросов.

Тема 1: «Семья-это значит мы вместе»

Теория: Понятие «семья».

Практика: Составление древа.

Тема 2: «Профилактика и пропаганда ЗОЖ»

Теория: Обучение навыкам первичное профилактики и пропаганды ЗОЖ. Групповые занятия.

Практика: акции, игры, дискуссии, ролевые игры, тренинги, игры.

Тема 3: «Значение двигательной активности и физической культуры для здоровья»

Теория: Понятие «здоровый образ жизни». Примеры. Физическая активность и здоровье. Понятие «физическая активность». Значение физических упражнений.

Практика: День здоровья, участие и судейство в спортивном празднике «Мама, папа, я – спортивная семья».

Тема 4: «Что такое стресс? Модели проблемно-разрешающего поведения»

Теория: Стрессовые ситуации и как их преодолеть. Психологические особенности подростка. Понятие личности, и ее структура.

Практика: Конкурс буклетов «Совет обучающимся», игра по станциям «Друг в беде не бросит»

Тема 5: «Добро, милосердие и сострадание»

Теория: Понятие «Милосердие» Воспитание потребности делать добро. Позитивное отношение к трудным ситуациям.

Практика: Акция «Сладкая радость», практикум «Как поступить в данной ситуации»

Тема 6: «Витамины - наши друзья»

Теория: Витамины и их роль в организме. Значение витаминов. История открытия витаминов. Классификация витаминов. Значение витаминов в питании. Витамины: друзья или враги?

Практика: Беседа «Весенний авитаминоз», выпуск бюллетеня «Витамины - наши друзья»

Тема 7: «Мобильный телефон: за или против»

Теория: Для чего нужен телефон. Влияние мобильных телефонов на здоровье: реальная угроза или очередной миф. Этикет телефонного разговора. Правила телефонных разговоров.

Практика: Дискуссия «Что мы знаем о СМС», беседа «Мобильный телефон и здоровье», дискуссия «Позвони мне, позвони»

Тема 8: «Профилактика травматизма»

Теория: Профилактика детского травматизма. Где чаще всего получают травмы. Бытовой травматизм. Уличный травматизм. Школьный травматизм. Спортивный травматизм. Кто же виноват в получении травмы.

Практика: Выпуск стенгазеты «Профилактика травматизма», акция «Подари мне улыбку», акция «Юный пешеход», беседа «Сезонные травмы».

Тема 9: «Безопасная дорога»

Теория: Правила дорожного движения. Навыки выполнения основных правил на улице, на дороге. Дисциплина на улице – залог безопасности. Дорожные знаки. Причины дорожно – транспортных происшествий.

Практика: Выпуск листовки «Безопасная дорога», маршрут здоровья, игра «Доскажи словечко», игра «Светофор»

Тема 10: «Школа и здоровье»

Теория: Профилактика и пропаганда ЗОЖ. Занятия, беседы, лекции, дискуссии.

Практика: Акция «Меню для отличника», анкетирование «Школа и здоровье», конкурс «Школа – территория здоровья»

Тема 11: «Основы безопасности жизнедеятельности»

Теория: Формирование знаний. Вредные привычки. Решение проблемы.

Практика: Мероприятие «Шаг в пропасть», лекция «Бояться не надо – надо знать!», стена пожеланий.

Тема 12: «Интерес к познанию и творчеству»

Теория: Планирование творческих мероприятий. Изучение сценариев к мероприятию. Игровые технологии в работе добровольца: игры – адаптации, игровая программа.

Практика: Организация театральных представлений в объединении.

Тема 13: «Социальное проектирование»

Теория: Учимся писать проекты. Проведение благотворительных, экологических и других акций.

Практика: Сбор материалов к проекту. Разовые социальные акции.

Тема 14: Акция «Добрый мир»

Практика: Сбор игрушек для детей из детских домов или малообеспеченных семей.

Тема 15: Акция «Протяни руку помощи»

Практика: Помощь в организации и проведении мероприятий.

Итоговое занятие – 3 часа.

Практика: Плакат «Школа юного добровольца» – итоговая работа, где будет отображаться деятельность отряда.

Планируемые результаты 2 года обучения по программе

Предметные результаты:

Обучающиеся будут знать:

- о волонтерском движении в России;
- права и обязанности волонтеров;
- основные направления деятельности волонтеров;
- основные формы работы волонтеров.

Учащиеся будут уметь:

- аргументировано отстаивать свою позицию;
- адекватно общаться с учащимися и взрослыми ;
- участвовать и организовывать социально-значимые мероприятия
- издавать агитационную печатную продукцию.

Личностные результаты:

У учащихся будут сформированы:

- потребность в здоровом образе жизни;
- собственная определенная позиция по отношению к употреблению ПАВ и готовность говорить на эту тему со сверстниками;
- лидерские качества, уверенность в себе.
- коммуникативные качества, умение работать в команде.
- социальные компетенции

- качества личности - милосердие, доброта, отзывчивость, готовность безвозмездно, бескорыстно служить обществу.

Метапредметные результаты:

Учащиеся будут проявлять:

- умение формулировать собственное мнение;
- умение дискутировать, и защищать свою точку зрения;
- умение договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности.
- навыки самоанализа и самооценки своей деятельности
- самостоятельность.

Раздел 2. Описание организационно-педагогических условий

2.1. Календарный учебный график

Количество учебных недель	Количество учебных часов	Начало учебного периода	Окончание учебного периода
72	216	1 сентября	31 мая

2.2. Условия реализации программы

Внутренние условия:

1. Наличие материально – технической базы.
2. Наглядно-плоскостные ресурсы: технологические карты, образцы, наглядные методические пособия, карты, плакаты, фонд работ учеников, настенные иллюстрации, магнитные доски.

3. Электронные образовательные ресурсы: мультимедийные учебники, мультимедийные универсальные энциклопедии, сетевые образовательные ресурсы.

4. Реквизит: мячи, скакалки, настольные игры.

5. Инструкции.

Основной формой обучения являются учебные (практические) занятия. Они проводятся 1 раз в неделю.

2.3. Формы аттестации

Контроль усвоения программы осуществляется методами и формами:

- стартовый контроль;
- текущий контроль (по результатам изучения тем, разделов) в форме опросов, наблюдения, взаимоконтроля;
- промежуточный контроль (в середине учебного года);
- итоговый контроль (по результатам изучения программы) в форме мониторинга.

Контроль осуществляется посредством ведения мониторинга результатов обучения учащегося по дополнительной общеразвивающей образовательной программе, мониторинга личностного развития ребенка. Предполагает использование диагностирования, личных наблюдений педагога, отслеживания результатов работ каждого учащегося на занятии, самоконтроль.

Диагностировать полученные знания и умения позволяют различные методики - опрос, тестовые задания, наблюдения. Формой отчётности по педагогической диагностике является диагностическая карта. На протяжении процесса обучения отслеживается эффективность работы учащихся по результатам выполнения практических заданий по каждой теме, способность учащихся самостоятельно выполнить практические задания. Работы учащихся оцениваются не только педагогом, но и самими учащимися по соответственно поставленной задаче, технической и эстетической стороне выполнения.

Главное – учащиеся получают моральное удовлетворение оттого, что их творчество и профессиональные умения ценятся другими, повышается их самооценка, осознание своей значимости.

2.4. Оценочные материалы

Методика для изучения социализированности личности учащегося (М.И. Рожков)

№	ФИ	Социальная адаптивность	Автономность	Социальная активность	Нравственность
1.					
2.					
	Итого:				
	Высокий уровень				
	Средний уровень				
	Низкий уровень				
	Среднее				

Диагностика межличностных отношений (А.А.Рукавишников)

№	ФИ	Ie	Iw	Ce	Cw	Ae	Aw
1.							
2.							
	Итого:						
	Высокий уровень						
	Средний уровень						
	Низкий уровень						
	Среднее						

Диагностика коммуникативной социальной компетентности

№	ФИ	Фактор А	Фактор В	Фактор С	Фактор Д	Фактор К	Фактор М	Фактор Н
1.								
2.								
	Итого:							
	Высокий							

	уровень							
	Низкий уровень							
	Среднее							

2.5. Методические материалы

Методическое обеспечение программы

Методическое обеспечение программы предполагает наличие:

- Методических рекомендаций по организации и проведению тренингов.
- Диагностической карты способностей обучающихся.
- Методических рекомендаций по оформлению фото-, видеоотчета.
- Методических рекомендаций по организации и проведению мероприятий в различных формах волонтерской деятельности (социально- значимые и благотворительные акции, благотворительные аукционы, и т.д.).
- Разработок заданий тренинга.
- Сценарий деловых игр и игровых программ.
- Сценарий и план проведения акций.

Наглядные пособия:

- Плакаты по профилактике асоциальных явлений и пропаганде здорового образа жизни.
- Видеофильмы и социальные ролики по профилактике асоциальных явлений.
- Раздаточный материал (буклеты).
- Методические карточки тренинговых занятий.

Эффективность занятий в значительной степени определяется применением разнообразных **методов обучения**:

- Методы организации и осуществления учебной деятельности (словесные, наглядные, практические, репродуктивные, проблемные, самостоятельной работы и работы под руководством педагога);
- Методы стимулирования и мотивации обучения (методы формирования интереса – познавательные игры, анализ ситуации, анализ ситуации успеха);
- Методы контроля и самоконтроля (устный, письменный, практические работы, фронтальный, текущий и итоговый контроль);

- Методы взаимодействия обучающихся и обучающихся с информационно-образовательной средой и между собой (активные и интерактивные);
- Методы организации и осуществления учебно-познавательной деятельности, методы трансляции учебных материалов (ТВ-технология, сетевая технология, онлайн технология, веб технология);
- Методы стимулирования учебной деятельности (методы развития интереса и методы развития ответственности);
- Методы контроля и самоконтроля (индивидуальные и групповые, репродуктивные и творческие).

К методам обучения волонтеров-школьников относятся:

- профилактические беседы - один из самых доступных и действенных методов работы;
- тренинг - предполагает систематическую тренировку или совершенствование определенных навыков и поведения участников тренинга.
- кейс-метод или метод ситуаций - предполагает описание реальных социальных ситуаций. Обучающиеся должны проанализировать ситуацию, разобраться в сути проблем, предложить возможные решения и выбрать лучшее из них;
- деловая игра - предполагает способ определения оптимального решения различных задач путем имитации или моделирования ситуации и правил поведения участников.

2.6. Рабочая программа воспитания на 2021-2022 учебный год

1. Особенности организуемого воспитательного процесса. Характеристика объединения «Школа юного добровольца»

Объединение сформировано в сентябре 2021 года, на базе МАОУ «Лицея № 5»

Деятельность объединения имеет социально - гуманитарную направленность.

Количество обучающихся объединения составляет 30 человек. Учащиеся объединения активно участвуют в мероприятиях лицея. Административная команда лицея и классные руководители поддерживают и помогают в воспитательной работе. При организации и проведении мероприятий

используется актовый зал и пришкольная территория. Для презентации творческих работ учащихся имеется школьное выставочное пространство.

2. Цель, задачи и результат воспитательной работы

Цель воспитания - создание условий для формирования социально-активной и нравственной личности.

Задачи воспитания:

- способствовать развитию личности обучающегося, с позитивным отношением к себе, способного вырабатывать и реализовывать собственный взгляд на мир, развитие его субъективной позиции;
- развивать систему отношений в коллективе через разнообразные формы активной социальной деятельности;
- способствовать умению самостоятельно оценивать происходящее и использовать накапливаемый опыт в целях самосовершенствования и самореализации в процессе жизнедеятельности;
- формировать потребность в здоровом образе жизни.
- развивать лидерские качества, уверенность в себе, коммуникативные способности, умение работать в команде.
- развивать качества личности - милосердие, доброта, отзывчивость, готовность безвозмездно, бескорыстно служить обществу.

Результат воспитания

- учащиеся проявляют позитивное отношение к себе;
- умеют работать в команде,
- уметь самостоятельно организовывать и проводить мероприятия
- проявляют уважительное отношение к людям, милосердие, доброта, отзывчивость, готовность безвозмездно, бескорыстно служить обществу
- проявляют трудолюбие, самостоятельность, дисциплинированность
- знают и любят свою Родину;
- стремятся к самосовершенствованию и саморазвитию.

Способом получения информации о результатах воспитания является педагогическое наблюдение, опрос, анкетирование

3. Виды, формы и содержание деятельности

Практическая реализация цели и задач воспитания осуществляется в рамках следующих направлений воспитательной работы.

Общешкольные мероприятия: социальные проекты, акции, конкурсы, фестивали, соревнования, сборы, праздники, церемонии награждения, выставки.

Работа с коллективом

В коллективе поддерживается инициирование и участия детей в общеучрежденских мероприятиях, оказывается помощь детям в их подготовке, проведении и анализе. Организуются интересные и полезные для личностного развития ребенка совместные дела (познавательной, трудовой, спортивно-оздоровительной, духовно-нравственной, творческой, профориентационной направленности), позволяющие с одной стороны, – вовлечь в них детей с самыми разными потребностями и тем самым дать им возможность самореализоваться в них, а с другой, – установить и упрочить доверительные отношения с учащимися, стать для них значимым взрослым, задающим образцы поведения в обществе.

Сплочение коллектива происходит через: игры и тренинги на сплочение и командообразование; празднования в объединении дней рождения детей, включающие в себя подготовленные микрогруппами поздравления, сюрпризы, творческие подарки и розыгрыши;

Индивидуальная работа с учащимися:

Наблюдение за поведением школьников в их повседневной жизни, в специально создаваемых педагогических ситуациях, в играх, погружающих ребенка в мир человеческих отношений, в организуемых педагогом беседах по тем или иным нравственным проблемам.

Осуществление поддержки ребенка в решении важных для него жизненных проблем (налаживание взаимоотношений с одноклассниками или учителями, выбор профессии, вуза и дальнейшего трудоустройства, успеваемость и т.п.).

Коррекция поведения ребенка через частные беседы с ним, его родителями и с другими учащимися

Учебное занятие

На учебных занятиях внимание фокусируется на соблюдении общепринятых норм поведения, правил общения со старшими (учителями) и сверстниками (школьниками), принципы учебной дисциплины и самоорганизации. Используются воспитательные возможности содержания учебного предмета через демонстрацию детям примеров

ответственного, гражданского поведения, проявления человеколюбия и добросердечности.

Работа с классными руководителями

Классные руководители привлекаются к участию в мероприятиях объединения, дающих педагогам, возможность лучше узнавать и понимать своих учеников, увидев их в иной, отличной учебной обстановке.

Работа с родителями учащихся

Систематическое информирование родителей об успехах и проблемах их детей, о жизни объединения в целом через консультации и родительские встречи

Внеурочная деятельность предполагает участие детей в мероприятиях, акциях, соревнованиях, проектах и т.д. что позволяет детям самореализоваться и приобрести социально значимые знания, развить в себе, получить опыт участия в социально значимых делах. Считаю важным создание в детском объединении своих традиций и поощрение педагогами детских инициатив и детского самоуправления.

2.7. Календарный план воспитательной работы детского объединения «Школа юного добровольца» на 2021 - 2022 учебный год

№ пп	Название мероприятия, события	Форма проведения	Сроки проведения
1	День здоровья «Время движения» Посвящение в волонтеры	Туристический поход Игровая программа	Сентябрь
2	Познавательная программа «Веселый светофор» Цикл мероприятий «Спешите делать добро»	Игровая программа Акция	Октябрь
3	Акция ко Дню Матери	Акция	28 ноября – День Матери
4	Новогодние театрализованные представления Новогоднее оформление учреждения	Выставка-конкурс «Новогодний чемоданчик»	Декабрь

5	День защитника отечества	Акция	Февраль
6	Международный женский день	Акция	Март
7	День космонавтики	Викторина	Апрель
8	Волонтеры Победы	Акция Просмотр художественных фильмов	Май
9	Агитбригада «Помогаем вместе»	Агитбригада	май

Рабочая программа воспитания на 2022-2023 учебный год

1. Особенности организуемого воспитательного процесса. Характеристика объединения «Школа юного добровольца»

Объединение сформировано в сентябре 2021 года, на базе МАОУ «Лицея № 5» и СОШ №45

Деятельность объединения имеет социально - гуманитарную направленность.

Количество обучающихся объединения составляет 30 человек. Учащиеся объединения активно участвуют в мероприятиях лицея. Административная команда лицея и классные руководители поддерживают и помогают в воспитательной работе. При организации и проведении мероприятий используется актовый зал и пришкольная территория. Для презентации творческих работ учащихся имеется школьное выставочное пространство.

2. Цель, задачи и результат воспитательной работы

Цель воспитания - создание условий для формирования социально-активной и нравственной личности.

Задачи воспитания:

- способствовать развитию личности обучающегося, с позитивным отношением к себе, способного вырабатывать и реализовывать собственный взгляд на мир, развитие его субъективной позиции;
- развивать систему отношений в коллективе через разнообразные формы активной социальной деятельности;

- способствовать умению самостоятельно оценивать происходящее и использовать накапливаемый опыт в целях самосовершенствования и самореализации в процессе жизнедеятельности;
- формировать потребность в здоровом образе жизни.
- развивать лидерские качества, уверенность в себе, коммуникативные способности, умение работать в команде.
- развивать качества личности - милосердие, доброта, отзывчивость, готовность безвозмездно, бескорыстно служить обществу.

Результат воспитания

- учащиеся проявляют позитивное отношение к себе;
- умеют работать в команде,
- уметь самостоятельно организовывать и проводить мероприятия
- проявляют уважительное отношение к людям, милосердие, доброта, отзывчивость, готовность безвозмездно, бескорыстно служить обществу
- проявляют трудолюбие, самостоятельность, дисциплинированность
- знают и любят свою Родину;
- стремятся к самосовершенствованию и саморазвитию.

Способом получения информации о результатах воспитания является педагогическое наблюдение, опрос, анкетирование

3. Виды, формы и содержание деятельности

Практическая реализация цели и задач воспитания осуществляется в рамках следующих направлений воспитательной работы.

Общешкольные мероприятия: социальные проекты, акции, конкурсы, фестивали, соревнования, сборы, праздники, церемонии награждения, выставки, субботники.

Работа с коллективом

В коллективе поддерживается инициирование и участия детей в общеучрежденских мероприятиях, оказывается помощь детям в их подготовке, проведении и анализе. Организуются интересные и полезные для личностного развития ребенка совместные дела (познавательной, трудовой, спортивно-оздоровительной, духовно-нравственной, творческой, профориентационной направленности), позволяющие с одной стороны, – вовлечь в них детей с самыми разными потребностями и тем самым дать им возможность самореализоваться в них, а с другой, – установить и упрочить

доверительные отношения с учащимися, стать для них значимым взрослым, задающим образцы поведения в обществе.

Сплочение коллектива происходит через: игры и тренинги на сплочение и командообразование; празднования в объединении дней рождения детей, включающие в себя подготовленные микрогруппами поздравления, сюрпризы, творческие подарки и розыгрыши;

Индивидуальная работа с учащимися:

Наблюдение за поведением школьников в их повседневной жизни, в специально создаваемых педагогических ситуациях, в играх, погружающих ребенка в мир человеческих отношений, в организуемых педагогом беседах по тем или иным нравственным проблемам.

Осуществление поддержки ребенка в решении важных для него жизненных проблем (налаживание взаимоотношений с одноклассниками или учителями, выбор профессии, вуза и дальнейшего трудоустройства, успеваемость и т.п.).

Коррекция поведения ребенка через частные беседы с ним, его родителями и с другими учащимися

Учебное занятие

На учебных занятиях внимание фокусируется на соблюдении общепринятых норм поведения, правил общения со старшими (учителями) и сверстниками (школьниками), принципы учебной дисциплины и самоорганизации. Используются воспитательные возможности содержания учебного предмета через демонстрацию детям примеров ответственного, гражданского поведения, проявления человеколюбия и добросердечности.

Работа с классными руководителями

Классные руководители привлекаются к участию в мероприятиях объединения, дающих педагогам, возможность лучше узнавать и понимать своих учеников, увидев их в иной, отличной учебной обстановке.

Работа с родителями учащихся

Систематическое информирование родителей об успехах и проблемах их детей, о жизни объединения в целом через консультации и родительские встречи

Внеурочная деятельность предполагает участие детей в мероприятиях, акциях, соревнованиях, проектах и т.д. что позволяет детям самореализоваться и приобрести социально значимые знания, развить в себе, получить опыт участия в социально значимых делах. Считаю важным

создание в детском объединении своих традиций и поощрение педагогами детских инициатив и детского самоуправления.

2.7. Календарный план воспитательной работы детского объединения «Школа юного добровольца» на 2021 - 2022 учебный год

№ пп	Название мероприятия, события	Форма проведения	Сроки проведения
1	День здоровья «Время движения» Посвящение в волонтеры	Туристический поход Игровая программа	Сентябрь
2	Познавательная программа «Веселый светофор» Цикл мероприятий «Спешите делать добро»	Игровая программа Акция	Октябрь
3	Акция ко Дню Матери	Акция	28 ноября – День Матери
4	Новогодние театрализованные представления Новогоднее оформление учреждения	Выставка-конкурс «Новогодний чемоданчик»	Декабрь
5	День защитника отечества	Акция	Февраль
6	Международный женский день	Акция	Март
7	Акция по благоустройству Орджоникидзевского района	Субботник	Апрель-май
8	День космонавтики	Викторина	Апрель
9	Волонтеры Победы	Акция Просмотр художественных фильмов	Май
10	Агитбригада «Помогаем вместе»	Агитбригада	Май

Раздел 3. Список литературы

Нормативные документы

1. Федеральный закон от 29.12.2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации».
2. Федеральный закон РФ от 24.07.1998 № 124-ФЗ «Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации».
3. Стратегия развития воспитания в РФ на период до 2025 года (распоряжение Правительства РФ от 29 мая 2015 г. № 996-р).
4. Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.01.2021 № 2 «Об утверждении санитарных правил и норм СанПиН 1.2.3685- 21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания» (разд. VI. Гигиенические нормативы по устройству, содержанию и режиму работы организаций воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»
5. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 9 ноября 2018 г. N 196 об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам.
6. Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 23.08.2017 г. № 816 «Об утверждении Порядка применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ»;
7. Концепция развития дополнительного образования в Российской Федерации (утверждена распоряжением Правительства РФ от 31.03.2022 № 678-р).
8. Приказ Минобрнауки РФ от 06.10.2009 № 373 «Об утверждении и введении в действие федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования».

Приказ Минобрнауки РФ от 17.12.2010 № 1897 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования».

Методические рекомендации:

1. Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы)

(разработанные Минобрнауки России совместно с ГАОУ ВО «Московский государственный педагогический университет», ФГАУ «Федеральный институт развития образования», АНО ДПО «Открытое образование», 2015 г.) (Письмо Министерства образования и науки РФ от 18.11.2015 № 09-3242);

2. Примерная программа воспитания. Утверждена на заседании Федерального учебно-методического объединения по общему образованию 02.06.2020 г. (<http://form.instrao.ru>).

Литература для педагогов

1. Арсеньева Т.Н., Виноградова Н.В., Пелевина И.М., Соколов А.А. Практико-ориентированные методы психологической подготовки добровольцев. Учебно-методическое пособие. – СПб. - Тверь, 2009
2. Вачков И.В. Основы технологии группового тренинга. Психотехники. – М., 2005
3. Кобякова Т. Г., Смердов О. А. Первичная профилактика наркозависимости: концепция программы организации и развития подросткового добровольческого движения. М.: 2000.
4. Кулинич Г.Г. Вредные привычки. Профилактика зависимостей. - М, 2008
5. Макеева, А.Г. Помогая другим, помогаю себе / А.Г. Макеева. - М.: РЦОИТ, 2003
6. Пузиков, В.Г. Технология ведения тренинга / В.Г. Пузиков – СПб.: Речь, 2005
7. Романюк Т.В. Межнациональное общение: тренинг и упражнения. /Воспитание школьников – 2009 - № 7
8. Соколова О. Д. Памятка для волонтеров / О. Д. Соколова // Вологда: Изд. центр ВИРО, 2006. С. 3-20

Литература для учащихся:

1. Амонашвили Ш.А. Школа жизни.-М.: Издательский Дом Шалвы Амонашвили, 200-144 с.
2. Андреев В.И. Педагогика. Учебный курс для творческого саморазвития-3-е изд.-Казань :Центр инновационных технологий, 2003-608с.
3. Белогуров С.Б., Климович В.Ю. Профилактика подростковой наркомании. Навыки противостояния и сопротивления подростковой наркомании. – М., 2004
4. Берн Э. Игры, в которые играют люди. Психология человеческих взаимоотношений. Люди, которые играют в игры. Психология человеческой судьбы.-СПб: Лениздат, 1992.-400 с.

5. Климович В.Ю. Детство без алкоголя. Профилактика детского и подросткового алкоголизма.- М., 2004
6. Кулинич Г.Г. Вредные привычки. Профилактика зависимостей. - М, 2008
7. Макеева А.Г. Помогая другим, помогаю себе. М., 2003

Приложение

Тема 2.1 Тренинг личностного роста

Тренинг «Каков я на самом деле».

Цель: установить контакт с подростками и создать положительную мотивацию к предстоящим занятиям. Закрепить навыки самоанализа, способствовать более глубокому самораскрытию, которое ведет к изменению себя.

1. Ритуал приветствия

Встать в круг. Положить руки друг другу на плечи. Приветливо посмотреть друг на друга и поздороваться.

2. Продолжение знакомства

– Сейчас у нас будет возможность продолжить знакомство. Сделаем это так: стоящий в центре круга (для начала им буду я) предлагает поменяться местами (пересесть) всем тем, кто обладает каким-то умением. Это умение он называет. Например, когда я скажу: «Пересядьте все те, кто умеет водить машину», все те, кто умеет водить машину, должны поменяться местами. При этом тот, кто стоит в центре круга, постарается в момент пересаживания занять одно из освободившихся мест, а тот, кто останется в центре круга без места, продолжит работу. Используем эту ситуацию для того, чтобы больше узнать друг о друге. Кроме того, надо быть очень внимательным и постараться запомнить, кто пересаживался, когда называлось то или иное умение. Это нам понадобится немного позже.

3. Тест на самоопределение

– Мы начинаем большую и серьезную работу над собой. Но сначала нам нужно понять, каковы мы на самом деле. Для этого предлагается тест, который поможет вам ответить на этот вопрос. А в дальнейшем мы будем постоянно возвращаться к результатам этого теста. Так что будьте внимательны и откровенны сами с собой, если вы хотите действительно изменить себя, стать более сильными и ответственными, научиться понимать свои чувства и контролировать свое поведение.

Вам предлагается ответить на вопросы, сгруппированные по блокам, в каждом блоке 5 вопросов. Каждая группа обозначается буквой. Вам нужно ответить на каждый вопрос «да» или «нет». Не стоит долго раздумывать над каждым вопросом, отвечайте первое, что приходит в голову.

Тест

- А1. Есть ли у тебя чувство юмора?
- А2. Доверчив и откровенен ли ты с друзьями?
- А3. Легко ли тебе просидеть больше часа, не разговаривая?
- А4. Охотно ли ты одалживаешь свои вещи?
- А5. Много ли у тебя друзей?
- Б1. Умеешь ли ты занять гостей?
- Б2. Точность, пунктуальность тебе свойственны?
- Б3. Делаешь ли ты денежные сбережения?
- Б4. Любишь ли ты строгий стиль в одежде?
- Б5. Считаешь ли ты, что правила внутреннего распорядка необходимы?
- В1. Проявляешь ли ты публично свою антипатию к кому-либо?
- В2. Заносчив ли ты?
- В3. Силен ли в тебе дух противоречия?
- В4. Стараешься ли ты стать центром внимания в компании?
- В5. Подражают ли тебе?
- Г1. Употребляешь ли ты грубые слова, разговаривая с людьми, которых это шокирует?
- Г2. Любишь ли ты накануне экзамена похвастаться, что отлично все знаешь?
- Г3. Имеешь ли ты обыкновение делать замечания, читать нотации и т. п.?
- Г4. Бывает ли у тебя желание во что бы то ни стало поразить друзей оригинальностью?
- Г5. Доставляет ли тебе удовольствие высмеивать мнения других?
- Д1. Предпочитаешь ли ты профессии жокея, актера, телевизионного диктора профессиям инженера, лаборанта, библиографа?
- Д2. Чувствуешь ли ты себя непринужденно в обществе малознакомых людей?
- Д3. Предпочитаешь ли ты заняться вечером спортом вместо того, чтобы посидеть спокойно дома и почитать книгу?

- Д4. Способен ли ты хранить секреты?
- Д5. Любишь ли ты праздничную атмосферу?
- Е1. Строго ли ты соблюдаешь в письмах правила пунктуации?
- Е2. Готовишься ли ты заранее к воскресным развлечениям?
- Е3. Можешь ли ты точно отчитаться в своих покупках и расходах?
- Е4. Любишь ли ты наводить порядок?
- Е5. Свойственна ли тебе мнительность?

Обработка.

Подсчитайте количество ответов «да» в каждой части теста, обозначенной буквой. В тех частях, где большинство ответов «да», ставьте индекс: А, Б, В, Г, Д, Е. Затем там, где большинство ответов «нет», поставьте «0». Должен получиться один из вариантов ответа по каждой группе индексов: 1) А, Б, В; 2) Г, Д, Е.

Например: 1) А0Г; 2) 0Д0.

Интерпретация ответов.

1. По трем первым группам (А, Б, В), или «Каким ты кажешься окружающим».

А00. Тебя часто считают надежным человеком, хотя в действительности ты чуть-чуть легкомыслен. Ты весел и разговорчив, делаешь подчас меньше, чем обещаешь. Другим нетрудно увлечь тебя за собой, и поэтому они иногда думают, что ты поддаешься влиянию других. Однако в серьезных вещах ты можешь настоять на своем.

А0В. Ты производишь впечатление человека не очень застенчивого, иногда даже невежливого. Стремясь к оригинальности, противоречишь другим, а подчас и себе, опровергая сегодня то, что утверждал вчера. Ты кажешься человеком беспечным, неаккуратным, необязательным. Но стоит захотеть – станешь ловким и энергичным. Тебе не хватает того, что называется уравновешенностью.

АБ0. Ты очень нравишься окружающим. Ты общителен, серьезен, уважаешь мнение других, никогда не оставишь друзей в трудную минуту. Но дружбу твою заслужить нелегко.

АБВ. Ты любишь командовать окружающими, но неудобство от этого испытывают только самые близкие люди. Со всеми остальными ты сдерживаешься. Высказывая свое мнение, не думаешь о том, какое

воздействие твои слова могут оказать на людей. Окружающие подчас избегают тебя, боясь, что ты их обидишь.

000. Ты сдержан, замкнут. Никто не знает, о чем ты думаешь. Понять тебя трудно.

00В. Не исключено, что о тебе говорят: «Какой несносный характер». Ты раздражаешь собеседников, не даешь им высказаться, навязываешь свое мнение и никогда не делаешь уступок.

0Б0. Такие люди, как ты, – примерные ученики, вежливые, аккуратные, дисциплинированные, всегда с хорошими отметками. Учителя уважают их и доверяют им. Что же касается товарищей, то одни считают таких «задаваками», другие предлагают им свою дружбу.

0БВ. Возможно, кое-кто считает тебя человеком, которому постоянно кажется, что его обижают. Ты ссоришься из-за пустяков. Иногда бываешь в хорошем настроении, но это случается нечасто. В общем, ты производишь впечатление обидчивого и мнительного человека.

2. По трем последним группам (Г, Д, Е), или «Каков ты на самом деле».

000. Тебя привлекает все новое, у тебя пылкое воображение, однообразие тебе в тягость. Но мало кто доподлинно знает, каков ты на самом деле. Тебя считают человеком спокойным, тихим, довольным своей судьбой, тогда как в действительности ты стремишься к жизни, наполненной яркими событиями.

00Е. Скорее всего, ты застенчивый человек. Это видно, когда тебе приходится иметь дело с незнакомыми людьми. Самим собой бываешь только в кругу семьи или ближайших друзей. В присутствии посторонних чувствуешь себя скованно, но стараешься скрыть это. Ты добросовестен, трудолюбив. У тебя есть много хороших замыслов, идей, проектов, но из-за своей скромности ты нередко остаешься в тени.

0Д0. Ты очень общителен, любишь встречаться с людьми, собирать их вокруг себя. Даже думать не можешь о том, чтобы остаться одному, считая, что тогда «все пропало». Тебе трудно даже запереться в комнате, чтобы написать какую-нибудь важную бумагу. Очень силен дух противоречия: постоянно хочется сделать что-нибудь не так, как другие. Иногда поддаешься такому порыву, но большей частью сдерживаешься.

0ДЕ. Ты сдержан, но не робок, весел, но в меру, общителен, вежлив со всеми. Привык, что тебя часто хвалят. Хотел бы, чтобы тебя любили безо всяких на то усилий с твоей стороны. Без общества друзей тебе не по себе.

Тебе приятно делать добро людям. Но тебя можно упрекнуть в некоторой склонности витать в облаках.

Г00. Ты склонен высказывать и яростно защищать весьма парадоксальные точки зрения. Поэтому у тебя немало противников, даже друзья не всегда тебя понимают. Но тебя это мало волнует.

Г0Е. Тебе придется выслушать не очень приятные слова. Как это тебе удалось подобрать такое сочетание букв? Характер довольно трудный, крайне неуступчивый. Недостаточно развито чувство юмора, не переносишь шуток. Часто критикуешь чужие действия и заставляешь других поступать так, как ты хочешь. А если тебе не подчиняются, начинаешь злиться. Поэтому у тебя мало друзей.

ГД0. Ты большой оригинал и любишь удивлять друзей. Если кто-нибудь даст тебе совет, делаешь все наоборот только ради того, чтобы посмотреть, что из этого получится. Тебя это забавляет, а других раздражает. Только самые близкие друзья знают, что ты не так самоуверен, как кажется.

ГДЕ. Ты энергичен. Всюду чувствуешь себя на своем месте. Всегда владеешь собой, общителен, но, похоже, любишь общество друзей только при условии, что ты играешь в компании главную роль. Любишь быть арбитром в спорах и организовывать игры. Окружающие признают твой авторитет, так как в твоих суждениях всегда есть большая доля здравого смысла. Но тем не менее твоё стремление вечно поучать утомляет окружающих.

4. Принятие себя

А. – Давайте поработаем с некоторыми нашими недостатками и привычками, теми, которые нам помог выявить проведенный тест и теми, о которых вы хорошо знали еще до начала занятий.

Для этого разделите лист бумаги на две половинки. Слева, в колонку «Мои недостатки», предельно откровенно запишите все то, что вы считаете своими недостатками именно сегодня, сейчас, на этом занятии. На эту работу всем отводится 5 минут. Не жалейте себя, заполняя левую часть таблицы, недостатки есть у всех, и в этом нет ничего страшного.

Мои недостатки	Мои достоинства
1.	1.
2.	2.
3.	3.
4.	4.
5.	5.

После этого напротив каждого недостатка, о котором вы вспомнили и который внесли в список, напишите одно из своих достоинств, т. е. то, что можно противопоставить недостатку, что есть у вас в данный момент и что принимают в вас окружающие люди. Запишите их в колонке «Мои достоинства». На второй этап работы вам так же отводится 5 минут.

Б. – Следующий этап – объединение в группы по 3–4 человека и обсуждение записей. Будет лучше, если вы сядете в группу с теми людьми, которых вы меньше всего знаете, с которыми еще не общались на данном занятии. Во время обсуждения будьте предельно откровенны в своих высказываниях и внимательны к тому, что вам говорит ваш партнер. Помните, пожалуйста, о наших правилах. Вы можете задавать друг другу вопросы, но ни в коем случае не «критиковать» выступившего перед вами. Просто поблагодарите его за искренность и доверие к вам. На обсуждение внутри группы вам дается 10 минут.

В. «Кто не против нас, тот с нами».

Есть два процесса, которые в любой учебной группе должны быть запущены одновременно, например как движения правой и левой ног при ходьбе. Речь идет об одновременной проработке содержания совместной деятельности и самой формы совместности, способов общения и сотрудничества при освоении данного содержания. Все мы должны, иными словами, самоопределиться в двух вопросах: что мы собираемся делать вместе? Как мы собираемся делать это вместе?

Совместность строится на уровне:

- а) сознательной договоренности группы о нормах сотрудничества;
- б) на уровне телесного и эмоционального доверия.

Игра «Встаньте в круг».

– Это игра с двойным дном. Вы сами догадаетесь, зачем мы играем в эту игру, какой эксперимент над собой мы проводим, какое новое знание о себе и о других дает эта игра.

Соберитесь тесной кучкой вокруг меня. Когда я скажу «начали», вы закроете глаза и начнете двигаться в любую сторону самым хаотичным образом, стараясь при этом ни на кого не наступить. При этом вы будете жужжать, как пчелы, собирающие мед. Через некоторое время я хлопну в ладоши. Вы должны мгновенно замолчать и застыть в том месте и в той позе, где вас застал сигнал. Не открывая глаз и ни к кому не прикасаясь руками, попробуйте выстроиться в круг. Это должно происходить в полной тишине, иначе вам не удастся почувствовать ни людей, стоящих рядом, ни той совершенной фигуры, какой является круг. Ваш «круг» может оказаться с острыми углами. Когда все участники игры займут свои места и остановятся, я хлопну в ладоши трижды, вы откроете глаза и посмотрите, какую фигуру вам удалось создать.

Игра «Счет до десяти».

– Все становятся в круг, не касаясь друг друга плечами и локтями. По сигналу «начали» следует закрыть глаза, опустить свои носы вниз и сосчитать до десяти. Хитрость состоит в том, что считать вы будете по очереди. Кто-то скажет «один», другой – «два», третий – «три» и т. д. Однако в игре есть одно правило: слово должен произнести только один человек. Если два голоса одновременно скажут, например, «четыре», счет начинается сначала. Все ясно? Начнем?

У вас есть десять попыток. Если за десять попыток вы доведете счет до десяти, считайте себя волшебниками, а свою группу – необыкновенно согласованной. После каждой неудавшейся попытки вы можете открыть глаза, посмотреть друг на друга, но без переговоров. Попробуйте понять друг друга без слов – объясняйтесь взглядами, жестами.

Вы обнаружили важную психологическую закономерность. Когда что-то не получается, люди начинают злиться, раздражаться, становятся агрессивными, недоброжелательными по отношению друг к другу. Надо учиться сдерживаться, не выражать гнев. Попробуем еще раз...

5. Какой я человек?

– Человек часто задает вопросы, но в основном другим. Эти вопросы о чем угодно, только не о себе самом. Мы с вами все время будем отвечать на вопрос: «Какой я человек?»

Возьмите лист бумаги и ответьте на предлагаемые вопросы.

1. Мой жизненный путь: каковы мои основные успехи и неудачи?
2. Влияние семьи: как на меня влияют мои родители, братья и сестры, близкие?

Ваши ответы должны быть предельно откровенными, так как, кроме вас, их никто не увидит. Только с вашего разрешения с этими ответами ознакомлюсь я. В конце занятий у вас накопится больше десяти ответов на этот простой и одновременно такой сложный вопрос: «Какой я человек?» И эти ответы помогут вам лучше разобраться в себе.

6. Все – некоторые – только я

Все садятся на стулья, которые образуют широкий круг. В круге должно быть столько стульев, сколько участников в игре. Психолог стоит в центре, без стула.

– Я сейчас скажу что-то о некоторых людях. Все, кого мое высказывание касается, мгновенно вскакивают со своих стульев и стараются занять один из освободившихся стульев. Если мое высказывание касается и меня, я тоже могу занять чей-нибудь стул. Тот, кто остался без стула, становится ведущим. Запрещается пересаживаться на соседний стул. Попробуем.

«Все, кто сегодня проснулся в хорошем настроении...»

«Все, кто сегодня пришел в школу...»

«Все, у кого в черных кудрях золотой обруч...» (Выбирается примета только одной девочки в группе. Когда она встает, то ведущий старается занять ее место.)

После первой попытки игры, ведущая «открывает карты»:

– Я задала три вопроса. В первом случае откликнулись **некоторые**, а другие сказали: «Это ко мне не относится». Во втором случае откликнулись **все** без исключения. А в третьем – **только один** человек. Эта игра так и называется: «**все – некоторые – только один**». С помощью этой игры мы можем узнать друг о друге что-то новое. Например, кто-то собирается записаться в кружок игры на гитаре и ищет себе компанию. А может быть, мальчик Петя, стесняясь подойти к девочке Вере, стремится спросить ее: «Хочет ли она пойти в этот кружок игры на гитаре?». Тогда ведущий игры легко задает вопрос: «Все, кто хочет учиться игре на

гитаре...» И Петя смотрит: встанет ли Вера? А заодно присматривает себе еще нескольких возможных партнеров.

7. Какие мы?

Все садятся в круг, получают от психолога небольшой листок. Каждый участник пишет в верхней части листа свое имя и делит лист вертикальной линией на две части. Левую отмечаем сверху знаком «+», правую – знаком «—». Под знаком «+» перечисляем: название любимого цвета, любимое время года, любимый фрукт, животное, название книги, то, каким образом легче всего доставить участнику удовольствие, и т. п.

В правой части листа под знаком «—» каждый называет: нелюбимый цвет и т. д.

Психолог по очереди читает название каждого пункта, пишет свои ответы и участвует в упражнении вместе со всеми. Знакомство с ответами.

8. Ритуал прощания

Встать в круг. Положить руки друг другу на плечи. Приветливо посмотреть друг на друга и попрощаться.

Тренинг «Мои сильные и слабые стороны».

Цель: Закрепить навыки самоанализа и самовыражения, глубоко и всесторонне проанализировать, слабые и сильные стороны личности каждого участника.

1. Разминка. Упражнения «На что похоже мое настроение».

Цель: Выражение эмоционального состояния через ассоциации. Осознание своего внутреннего мира.

Инструкция: «Прислушайтесь к себе. На какой цвет (погоду, музыку, цветок, животное и т.д.) похоже Ваше настроение?». Упражнение выполняется в кругу с мячом.

2. Упражнение: «Без маски».

Цель: закрепить навыки самоанализа и самовыражения.

Инструкция: «Перед Вами в центре круга стопка карточек. Вы будете по очереди брать по одной карточке и сразу, без всякой предварительной подготовки, продолжать фразу, начало которой написано в этой карточке. Ваше высказывание должно быть предельно искренним и откровенным! Члены группы будут внимательно слушать Вас, и если они почувствуют, что

Вы неискренни и неоткровенны, Вам придется еще раз взять карточку, но уже с другим текстом, и попробовать ответить.

Комментарий: Участники садятся в большой круг. Каждый из них (по мере психологической готовности) берет карточку. Если возникает большая пауза, следует помочь участникам, пригласить их в центр круга, где находятся карточки.

Ведущему необходимо заранее подготовить карточки с текстом. Причем карточек должно быть больше, чем участников на случай, если кто-то из них не сможет с первого раза выполнить задание.

Примерное содержание карточек:

«Особенно мне нравится, когда люди окружающие меня...»

«Мне очень трудно забыть, но я...»

«Чего мне иногда по-настоящему хочется, так это...»

«Мне бывает стыдно, когда я...»

«Особенно меня раздражает то, что я...»

«Мне особенно приятно, когда меня...»

«Знаю, что это очень трудно, но я...»

«Иногда люди не понимают меня, потому что я...»

«Верю, что я еще...»

3. Упражнение «Мои сильные стороны».

Цель: Выявить сильные стороны каждого участника, сформировать привычку думать о себе положительно.

Инструкция: «Каждый из Вас должен рассказать остальным участникам о своих сильных сторонах, о том, что он любит, ценит, принимает в себе, что дает ему чувство внутренней свободы и уверенности. Существенно также, отметить те качества, которые Вам импонируют, но они вам не свойственны и вы хотите выработать их в себе. Крайне важно, чтобы вы «не брали в кавычки» свои слова, внутренне отказываясь от них, не умоляли свои достоинств, чтобы Вы говорили прямо, уверенно, без всяких

«но...», «если...», «может быть...».

Вам дается на это 3 минуты. Даже если Вы закончите свою речь раньше, оставшееся время все равно принадлежит Вам. Слушатели могут только уточнять детали или просить разъяснения, но не имеют право

высказываться. Может быть, значительная часть Вашего времени пройдет в молчании. Вы не обязаны объяснять, почему считаете те или иные свои качества сильной стороной. Достаточно того, что Вы сами в этом уверены».

Ведущий дает участникам 3-5 минут на подготовку и затем предлагает первому начать. По истечении 3 минут ведущий дает сигнал, означающий, что время первого истекло. Далее вступает в работу второй участник, в распоряжении которого также 3 минуты, и так до тех пор, пока не выскажутся все члены группы.

4. Упражнение «Какой он?»

Цель: Активизировать участников.

Инструкция: Один из участников (водящий) выходит за дверь, а остальные загадывают кого-то из группы. Водящий, задавая вопрос «Какой он?», должен по качествам, называемым участникам, догадаться, кто был загадан.

5. Упражнение «Мои слабые стороны»

Цель: Определение каждым участником слабых сторон, формирование привычки анализировать свои недостатки.

Инструкция: «Каждый член группы должен рассказать остальным участникам о своих слабых сторонах. - О том, что он является или может являться, причиной конфликта в различных ситуациях, осложняет жизнь, затрудняет взаимоотношения и т. д. Крайне важно, чтобы Вы «не брали в кавычки» свои слова, внутренне отказываясь от них, извиняя себя и свои слабости, чтобы вы говорили об этом прямо и откровенно. На это вам дается 3 минуты. Далее упражнение проводится по методике «Мои сильные стороны».

6. Упражнение «Рисунок себя».

Цель: способствовать осознанию себя, погружение в свой собственный мир и ориентация в нем.

Инструкция: «Сейчас я предлагаю Вам нарисовать себя. Себя можно изобразить растениями, животными, цветком, коллежем и по-другому, как вам захочется. Для рисования Вы можете использовать любую бумагу и любые пишущие принадлежности. «Каждый участник может показать свой рисунок и рассказать группе о нем. Ведущему надо иметь в виду, что дети часто стремятся к тому, чтобы взрослый похвалил их рисунок, «оценил на

отлично». Ведущий при этом подчеркивает, что у каждого рисунок хорош по-своему, и главное, что участники изобразили себя.

7. Рефлексия дня.

Обведите свою руку.

«М» (мизинец) – мысли, знания, информация.

- Что нового я сегодня узнал?

- Какие знания приобрёл?

Закрасьте если вы что-то узнали, приобрели какие-то знания, если нет, оставьте чистым.

«Б» (безымянный) – близость к цели.

- Что я сегодня сделал и чего достиг?

Закрасьте если вы чего-то достигли, если нет, оставьте чистым.

«С» (средний) – состояние духа.

- Каким было моё настроение, расположение духа?

- Понравилось ли мне занятие?

Если у вас было хорошее настроение закрасьте палец, если нет, оставьте чистым.

«У» (указательный) – услуга, помощь, сотрудничество.

- Чем я сегодня помог другим?

- Улучшились ли мои взаимоотношения с окружающими?

Если это было закрасьте, если нет, оставьте чистым.

«Б» (большой палец) – бодрость, физическое состояние.

- Как я себя чувствовал?

Была ли у вас настороженность, были ли вы замкнуты, оставьте чистым, если вы чувствовали себя уверенным закрасьте.

Если хотите чтобы наши занятия повторились нарисуйте на ладошке точку.

8. Прощание.

Выскажите свое мнение по данному занятию.

Тема 2.2 Тренинг коммуникативных навыков

Коммуникативный тренинг «Сплочение».

1. Приветствие участников тренинга – 2-3 минуты.
2. Информация о цели тренинга – 3 минуты.
3. Принятие правил группы на тренинге – 5 минут.

Правила:

1. Внимательно слушать, когда кто-либо говорит, не прерывать речь.
2. Говорить по одному.
3. Уважать чужое мнение.
4. Говорить только от своего лица

Упражнение «Говорящие руки»

Цель: эмоционально-психологическое сближение участников.

Описание

Участники образуют два круга: внутренний и внешний, стоя лицом друг к другу. Ведущий дает команды, которые участники выполняют молча в образовавшейся паре. После этого по команде ведущего внешний круг двигается вправо на шаг.

Варианты инструкций образующимся парам:

1. Поздороваться с помощью рук.
2. Побороться руками.
3. Помириться руками.
4. Выразить поддержку с помощью рук.
5. Пожалеть руками.
6. Выразить радость.
7. Пожелать удачи.
8. Попрощаться руками.

Психологический смысл упражнения: происходит эмоционально-психологическое сближение участников за счет телесного контакта. Между ними улучшается взаимопонимание, развивается навык невербального общения.

Обсуждение

Что было легко, что сложно?

Кому было, сложно молча передавать информацию?

Кому легко?

Обращали ли внимание на информацию от партнера или больше думали, как передать информацию самим?

Как Вы думаете, на что было направлено это упражнение?

Игра «Поменяться местами»

Цель игры: снятие напряжения и волнения у учащихся, возможность узнать дополнительную информацию друг о друге, создание положительного настроения.

Описание

Убирается один стул и ведущий говорит: «Поменяйтесь местами те, кто (или у кого)...», и называет любой вариант или признак, который подойдет к большинству участников, все у кого есть, названное ведущим меняются местами, не договариваясь друг с другом. Тот, кто остался без стула, становится ведущим и всё повторяется, но варианты или признаки не должны повторяться.

Обсуждение

Кто, что о ком запомнил, кто хотел бы, чтобы рассказали другие, что о нем запомнили и т. д.

Игра «Круг с карандашами»

Цель игры: при выполнении упражнения от участников требуются четкая координация совместных действий и соизмерение своих движений с движениями партнера. Задание практически невыполнимо, если каждый участник думает только о своих действиях, не ориентируясь на других.

Подготовка

Для игры нужны карандаши или авторучки (желательно закрывающиеся колпачками или с убирающимся стержнем) — по одному на каждого участника.

Описание

Участники встают в круг, стоящие рядом должны удерживать подушечками указательных пальцев карандаши или ручки. Расстояние между

соседями — 50—60 см. Группа, не отпуская карандашей, синхронно выполняет задания:

1. Поднять руки, опустить их, вернуть в исходное положение.
2. Вытянуть руки вперед, отвести назад.
3. Сделать шаг вперед; два шага назад; шаг вперед (сужение и расширение круга).
4. Наклониться вперед, назад, выпрямиться.
5. Присесть, встать.

В дальнейшем можно усложнить и разнообразить упражнение:

- Сделать одновременно два движения (например, шагнуть вперед и поднять руки).
- Использовать не указательные, а безымянные пальцы или мизинцы.
- Держать руки не в стороны, а скрестить их перед грудью (левой рукой держит карандаш партнера справа, правой — партнера слева).
- Выполнять упражнение с закрытыми глазами.

Обсуждение

Какие действия должен выполнять каждый из участников, чтобы карандаши в кругу не падали?

А на что ориентироваться при их выполнении?

Как установить с окружающими необходимое для этого взаимопонимание, научиться “чувствовать” другого человека?

А двоих — справа и слева — одновременно?

Игра «Рулет»

Цель игры: развитие умения координировать совместные действия, сплочение группы, снятие психологической напряженности, развитие внимательности.

Подготовка

Для игры нужен канат или прочная веревка длиной 6—7 м, если в группе более 14 человек — 2 каната.

Описание

Группа выстраивается в колонну по одному, в левой руке у каждого протянутый вдоль колонны канат. Участникам дается задание плотно скрутиться по часовой стрелке в “рулет”, после чего ведущий обвязывает группу оставшимся концом каната на уровне пояса. В таком состоянии группу просят перемещаться по помещению по траектории, задаваемой ведущим. Возможно дополнительное задание: в процессе перемещения каждый из участников сообщает три интересных факта про себя, а после завершения упражнения другие подростки вспоминают эти факты. Ведущему следует внимательно следить за траекторией движения, чтобы избежать столкновения участников с неподвижными предметами. Время выполнения — 2—3 минуты. Если в группе 14 и более человек, целесообразно организовать два “рулета” и устроить между ними соревнование на скорость.

Обсуждение

Краткий обмен впечатлениями: кто испытывал дискомфорт и почему, кто был лидером и руководил передвижением.

Упражнение «Сквозь кольцо»

Цель упражнения: координация совместных действий, сплочение, тренировка уверенного поведения в ситуации, когда кому-то нужно выдвинуть идеи, взять на себя лидерские функции.

Описание

Участники стоят в шеренге, взявшись за руки, крайнему дается гимнастический обруч (при отсутствии такового можно воспользоваться подручными материалами, изготовив кольцо диаметром около 1 м из проволоки, бумаги и т. п.). Задача участников: не размыкая рук, «просочиться» через это кольцо так, чтобы оно в конечном итоге оказалось на другом конце шеренги. Можно передавать кольцо, а можно, наоборот, двигаться самим, пролезая сквозь него.

При количестве участников более 12 целесообразно сформировать из участников две команды и организовать между ними соревнование на скорость выполнения этого упражнения.

Обсуждение

Что помогало выполнить упражнение, а что, наоборот, препятствовало?

Было ли задание выполнено в соответствии с выдвинутым кем-то планом, или каждый действовал по собственной инициативе?

Как можно было бы усовершенствовать способ передачи обруча?

Завершающее упражнение «Наши цветы»

Цель упражнения: рефлексия, обмен эмоциями, полученными в процессе тренинга, чувство единства.

На листе ватмана нужно нарисовать три кружка одинакового размера (в дальнейшем к этим кружкам, по краю каждого, будут приклеиваться разноцветные лепестки, и в завершении получится 3 цветка). Каждому участнику раздается по три разноцветных лепестка.

В центре первого кружка пишется «Что я узнал(а) о своих одноклассниках», и каждый из участников на одном из трех лепестков пишет общее впечатление, например, «Я узнал, что мои одноклассники очень веселые»; «Я узнала, что мои одноклассники могут поддержать» и т.д.

Затем каждый из участников приклеивает свой лепесток по краю кружка, чтобы получился цветок. Далее, в центре второго кружка пишется «Желаю всем...», и каждый из участников на своем лепестке пишет пожелания своим одноклассникам, затем так же каждый приклеивает свой лепесток ко второму кружку. В центре третьего кружка можно написать «Будет здорово, если мы...», каждый из участников продолжает эту фразу на оставшемся третьем лепестке, и затем каждый лепесток также приклеивается к третьему кружку. Таким образом, получается три цветка, в создании которых принимает каждый участник тренинга. Ватман с цветами фиксируется на классной доске.

Завершение тренинга.

Рефлексия участников тренинга, какие эмоции, впечатления в целом от тренинга, что понравилось, а что не понравилось и т. д. Обратная связь, подведение итогов тренинга, пожелания участникам. Затем все участники вместе с психологом встают в круг, держась за руки, все вместе произносят: «Спасибо!».

Тренинговые упражнения «Слепой и поводырь»

Упражнение проводится в парах. В каждой паре выбирается "слепой" и "поводырь". Инструкция "поводырям": "Вы ведете своего партнера за собой. Глаза у него закрыты. Познакомьте его с окружающим миром". Участники в парах расходятся по комнате (возможен выход за пределы помещения). "Поводырь" ведет "слепого" за собой (или поддерживает его сзади), знакомит его с предметами окружающего мира, людьми, интерьером. Через десять минут участники меняются ролями. После завершения упражнения проводится обсуждение. Участники рассказывают, как они себя чувствовали

в роли "поводыря" и "слепого", было ли им удобно в этой роли, доверяли ли они своему партнеру. Цель упражнения. Оно рождает много ассоциаций. Оно позволяет на собственном опыте почувствовать, что значит быть зависимым, кому-то из участников оно может напомнить отношения в семье, в классе, в дворовой компании. Упражнение помогает подростку более отчетливо осознать свои жизненные роли и свою позицию.

Упражнение «Я в тебе уверен»

Объединитесь в пары. Сядьте друг против друга. Посидите некоторое время, молча, просто глядя в глаза. Это трудно, не совсем привычно, но вы ведь знакомы.

Теперь по очереди высказывайтесь, каждый раз начиная фразу следующими словами: «Я уверена, что ты...» Например: «Я уверена, что ты поможешь мне, если мне будет нужно», «Я уверена, что ты никогда не скажешь обо мне плохо». Еще раз подчеркну, что вы говорите по одной фразе, передавая слово друг другу.

Рефлексия

- Что вы чувствуете сейчас?
- Менялись ли ваши чувства на протяжении упражнения?
- Какой из этапов упражнения показался вам наиболее сложным?

Тема 2.3 Тренинг толерантности

“Чужие” и “свои”: работа с понятиями.

Этот этап выполняет как мотивационную, так и смысловую функцию. С одной стороны, необходимо заинтересовать детей проблемой, поставить их в активную позицию в отношении обсуждаемой темы, а с другой- помочь им сформулировать основные понятия проблемы: “свой человек” и “чужой человек”.

Ведущий. Сейчас мы поговорим о людях, которые нас окружают, и о нашем отношении к ним. Среди тех, кто живет рядом с нами, есть люди нам более близкие и те, с кем мы почти не общаемся, кого не замечаем, или если замечаем, то не понимаем. В общем, есть люди свои и люди чужие. Давайте разберемся, что это значит?

Ведущий произвольно указывает на две из четырех сидящих перед ним групп детей и просит участников подумать и дать определение такому понятию как “чужая вещь”. При этом, подчеркивает он, каждый участник

может написать свое определение, может посоветоваться с ребятами в своей группе. Можно также провести обсуждение всей группой.

Две другие группы он просит в таком же режиме поработать над определением понятия “своя вещь”.

На работу дается 3-5 минут. Затем участники по желанию зачитывают свои определения: сначала “чужой вещи”, затем “своей вещи”. Ведущий фиксирует ответы на больших листах бумаги, прикрепленных к доске. Затем он обобщает ответы и записывает итоговые определения.

Поблагодарив участников за работу, ведущий предлагает им дать определения понятий “чужой человек” и “свой человек”. Работа с этими определениями осуществляется по той же схеме, что и с определениями “чужая вещь” и “своя вещь”.

После того как итоговые определения записаны и прочитаны вслух кем-либо из участников, ведущий задает следующие вопросы:

- Так чем же отличается своя вещь от чужой?
- Чем чужой человек отличается от своего?

Групповое обсуждение

Ведущий предлагает участникам высказаться по следующему вопросу: “Могут ли все люди вокруг быть своими?”.

В ходе обсуждения ведущий обобщает точки зрения участников.

Ролевая игра «Автобус»

Игра рассчитана на подростков (5 – 9 класс).

Время проведения: 40 минут

Количество участников: 7 - 12

Цель: развитие коммуникативных способностей, навыка взаимовыгодного взаимодействия в стрессовых ситуациях.

Задачи:

- мотивировать обучающихся в игровой обстановке к вербальному взаимодействию;
- развивать динамической стороны общения: легкость вступления в контакт, инициативность, готовность к общению;
- стимулировать воображения участников;

- закреплять навык понимания печатной инструкции;
- развивать высшие психические функции: память, внимание.

Оборудование:

- стулья на 1 меньше, чем участников;
- записки с ролями;
- детская книжка с короткими стихами;
- вещь, которую можно спрятать;
- список остановок для водителя и кондуктора .

Роли и задания:

Сесть в автобус перед отправлением на маршрут.

Задача: уговорить пассажира проехать на одну остановку больше, чем он собирался.

После выполнения задания выйти на остановке; если задание не выполнено, ехать до конечной.

Водитель

Сесть в автобус перед отправлением на маршрут.

Задача : стать пассажиром, поменявшись с кем-нибудь местами.

После выполнения задания выйти на остановке; если задание не выполнено, ехать до конечной

Девочка-школьница

Войти в автобус на остановке Тверитина.

Задача : Сесть с подружкой на парные сиденья, поиграть в «ладушки» в течение одной остановки

После выполнения задания выйти на остановке; если задание не выполнено, ехать до конечной

Девочка-школьница

Войти в автобус на остановке Тверитина.

Задача : Сесть с подружкой на парные сиденья, поиграть в «ладушки» в течение одной остановки

После выполнения задания выйти на остановке; если задание не выполнено, ехать до конечной

Ученик

Сесть в автобус перед отправлением на маршрут.

Задача: из книги, которую даст перед началом игры ведущий, прочитать громко в слух на весь автобус четверостишие. Страница с четверостишием заложена.

После выполнения задания выйти на остановке; если задание не выполнено, ехать до конечной.

Подросток

Войти в автобус на остановке Тверитина.

Задача: В течение одной остановки громко, на весь автобус слушать музыку.

После выполнения задания выйти на остановке; если задание не выполнено, ехать до конечной

Пассажир

Войти в автобус на остановке Мичурина.

Задача: Посидеть на всех местах, включая водительское

После выполнения задания выйти на остановке; если задание не выполнено, ехать до конечной

Пассажир

Войти в автобус на остановке Куйбышева.

Задача: Должен развернуть автобус в обратную сторону.

После выполнения задания выйти на остановке; если задание не выполнено, ехать до конечной

Преступник

Войти в автобус на остановке Мичурина.

Задача: Незаметно спрятать вещи в автобусе

После выполнения задания выйти на остановке; если задание не выполнено, ехать до конечной

Полицейский

Войти в автобус на остановке Тверитина.

Задача: Найти в автобусе вещь и вычислить преступника.

После выполнения задания выйти на остановке; если задание не выполнено, ехать до конечной

Пассажир

Войти в автобус на остановке Мичурина

Задача: Познакомиться в автобусе с девушкой и попросить у неё номер телефона

После выполнения задания выйти на остановке; если задание не выполнено, ехать до конечной

Пассажир

Войти в автобус на остановке Мичурина

Задача: Выйти на следующей остановке после Дом кино, спросить у кондуктора какая это будет остановка.

Подготовка к игре:

В кабине оборудован салон автобуса, с водительским местом, проходами между сиденьями, где может с трудом разминуться 2 человека, местом кондуктора.

Ход игры:

- Сегодня у нас с вами будет ролевая игра «Автобус». В начале предлагаю вам подумать и сформулировать, что означает понятие «игра»: какие процессы управляют игрой, без чего нет игры, чем заканчивается игра (мотивы, правила, проигрыш-выигрыш)?

- *ответы обучающихся.*

- Мы все, так или иначе, пользуемся общественным транспортом. Основная наша задача, когда мы садимся, например, в автобус доехать до места назначения. Подумайте, какие люди едут в автобусе, знакомы они или нет? Каким образом они будут общаться в автобусе?

- *ответы обучающихся.*

- По мимо этого, у каждого пассажира есть свои мысли, желания. Кто-то хочет открыть форточку и наслаждаться свежим ветром, кто-то боится простудиться и все форточки закрывает. Возникает конфликт желаний и интересов. А вот как эти конфликты разрешить, каждый решает по-

своему. Сейчас мы с вами тоже будем пассажирами автобуса. Каждый будет иметь свое задание. Вы подходите ко мне и получаете свою роль, когда задание выполнено, пассажир выходит из автобуса.

- Подумайте сами, как играть свою роль. Будет ли персонаж вашим ровесником или пожилым человеком. Придумайте ему имя и характер. Не обязательно играть себя.

- Затем внимательно прочитайте задание. Никто кроме вас не должен знать задание вашего персонажа. Запомните на какой остановке вам надо войти в автобус. Спросите у меня, если что-то не понятно в задании. Кому-то понадобится дополнительный реквизит, его тоже надо попросить у меня.

- Водитель, кондуктор и некоторые пассажиры занимают места в салоне автобуса сразу, другие остаются на остановке ждать, когда подъедет автобус.

Ведущий по одному раздает участникам игры роли, дает возможность прочитать и осмыслить задания. При необходимости комментирует и отвечает на вопросы индивидуально.

- Когда все будут готовы, я хлопну в ладоши и скажу «Игра началась!». С этого момента все становятся персонажами и начинают играть.

- Игра началась!

Процесс игры запущен. Дети самостоятельно проживают роли.

Игра заканчивается после того, как автобус доехал до конечной остановки.

Рефлексия.

1. Ты выполнил свое задание?
2. Если не выполнил, то что помешало?
3. Тебе было легко выполнить задание?
4. Какие эмоции ты испытывал?
5. Тебе понравилась игра? Почему?

Тема 2.4 Лидерство в волонтерском объединении

Тренинг на командообразование

Тот, кто воображает, что может обойтись без других людей — очень ошибается, а тот, кто воображает, что другие не могут обойтись без него — ошибается ещё больше.

Франсуа де Ларошфуко.

1. Основная цель тренинга - создание позитивных изменений в социально-психологических параметрах команды после непосредственного участия в обучении, что способствует эффективной работе команды в реальных условиях и общему организационному развитию.

2. Задачи тренинга:

- продемонстрировать преимущества командной работы;
- усовершенствовать общение в команде;
- освоить навыки обратной связи;
- усовершенствовать процессы принятия решений в команде;
- научить видеть человека в командной роли, развить среди членов команды уважение к роли каждого, улучшить способность принимать ограничения и использовать сильные стороны каждого участника;
- получить удовольствие от совместной работы.

4. Тренинговые упражнения.

А) «Групповое ожерелье»

"Групповое ожерелье" – игра, которая помогает нам разобраться в том, какой вес мы имеем в группе, какое место занимаем или хотим занимать в ней.

Необходимые материалы: ножницы по количеству участников, цветная бумага

Каждый из участников получает ножницы и лист цветной бумаги (могут быть разные цвета у разных людей). В центре комнаты на полу положен большой лист бумаги и несколько тюбиков клея.

- У вас есть ровно одна минута вырезать из листа круг, написать на нём ваше имя и приклеить его на большой белый лист в центре комнаты.

Начали! (Работа группы не комментируется тренером и не даются дополнительные пояснения).

Вопросы для обсуждения:

- Посмотрите, пожалуйста, на лист после того, как вы узнали смысл задания и подумайте над вопросами:

- Нравится ли мне место, которое я занимаю на листе?

- Хотел бы ли я переместить свой круг в другое место? Почему?

- Отражает ли размер моей "бусины" моё реальное место/вес/влияние в группе?

- Ваше мнение о "бусинах" (размер и их расположение, соответствие реальному положению и "весу" в группе...) ваших товарищей?

Б) «Уменьшающаяся газета»

Упражнение тренирует навыки совместной деятельности команды. Также можно использовать его в конце тренинга для эффективного и позитивного его завершения.

Необходимые материалы: по 1 газетному листу на каждую группу.

Участники объединяются в мини-группы размером от 3 до 6 человек и каждой команде выдается газетный лист.

Тренер озвучивает следующую инструкцию: *«Вам нужно всей командой встать на газетный лист и скандировать «Мы — одна команда!»»*

После того как это будет сделано, тренер складывает газету пополам и повторяет задание. После того как это будет сделано, тренер еще раз складывает газету пополам и снова повторяет задание. Задача группы — разместиться на наименьшем возможном кусочке бумаги на время, достаточное для того, чтобы крикнуть всем вместе *«Мы — одна команда!»*

В) «Мой вклад в команду»

Упражнение помогает каждому участнику осознать свою роль в данной команде, тот вклад, который он вносит в командную работу, помогает осознать различные варианты того, как вносится вклад в общий результат, и развить в участниках уважение к другим и признание важности выполнения их функций.

Все участники объединяются в мини-группы по 3-4 человека.

Тренер просит каждого участника высказаться в рамках своей мини-группы на тему того, в чем он видит свой вклад в деятельность всей команды. При этом если тренинг проводится в корпоративном формате, то есть в нем участвуют лица от одной компании, имеется ввиду вклад в работу всей команды, пришедшей на тренинг. Если в тренинге участвуют лица от разных компаний, то можно говорить о том вкладе, который каждый делает в свою конкретную команду на своем рабочем месте. Если кто-то из участников затрудняется, остальные члены его мини-группы могут ему помочь сформулировать свой доклад.

Группам дается 10 минут на подготовку. После этого один участник от каждой мини-группы выступает и рассказывает о каждом в своей группе.

По результатам упражнения можно подчеркнуть, насколько разные мнения о собственном вкладе прозвучали, подчеркнуть то, что в хорошей команде максимально используются индивидуальные особенности и сильные стороны каждого.

Можно подчеркнуть, что вносить свой вклад в команду можно по-разному — выполняя определенные профессиональные или организаторские функции либо влияя психологически на атмосферу в команде (вселяя энтузиазм и уверенность в своих силах либо сглаживая конфликты и т.д.). После этого можно перейти к более подробному рассмотрению ролей в команде.

Г) «Мост»

В этом упражнении участники действуют сообща, и можно обсудить, что помогало, а что мешало им в совместной деятельности.

Необходимые материалы: скамейка или бревно, которые будут имитировать мост.

Участники тренинга встают на «мост» вплотную друг к другу.

Тренер объясняет правила игры: участникам необходимо перейти через мост, то есть каждый из них должен сойти с «моста» на противоположной стороне. При этом сходить раньше, чем на противоположной стороне, то есть, если кто-то сделает шаг влево или вправо, то все участники возвращаются на свои места и игра начинается снова.

То, насколько быстро выполнено задание, говорит о групповой сплоченности и том, насколько скоординировано работает группа. Можно обсудить, что помогало, а что мешало групповой работе, кто брал на себя роль лидера, почему происходили ошибки и люди оступались.

Д) «Согни листок»

Цель упражнения

Показать разность восприятия, стереотипы в восприятии.

Время

5 -7 минут Размер группы Любой

Ход упражнения

Каждый участник берет лист бумаги формата А4 или А5 и закрывает глаза. Обязательно берет шариковую ручку. Попросите участников согнуть лист пополам. Если кто-нибудь спросит, как и в какую сторону сгибать — Просто повторите задачу, и не отвечайте на вопрос . Получившееся согнуть еще раз пополам. И еще раз. После этого предложить на выбор 1 обязательное действие. Оторвать уголок Сделать отверстие ручкой.

Дебрифинг

Откроем глаза. Покажите, у кого, что получилось?

Кто был уверен что бумага и ручка для того что бы что то записывать?

Почему работает стереотип?

Вы довольны результатом?

Почему у вас на выходе листы получились разными?

Акцент — Большой лист – проще дырявить и рвать чем маленький.

Ценность упражнения

Кто в первом шаге моей инструкции задал уточняющий вопрос? Остальные, почему промолчали? Где в нашей работе или жизни встречаются такие ситуации? (возврат на размер листа, стереотип с ручкой) К чему они могут привести? Что нужно делать, чтобы такого не случилось?

5. Итоги упражнений:

- 1). Как Вы себя чувствовали?
- 2). Что мы могли наблюдать в ходе наших упражнений?
- 3). Что Вас удивило?
- 4). Что Вы еще хотели бы узнать и сказать друг другу?

ДЕЛОВАЯ ИГРА «ЛИДЕР»

Цель: выявить лидеров в коллективе.

Ход проведения: коллектив делится на три микро-группы. Участникам предлагается выполнить ряд заданий, сложность которых возрастает от первого к последнему.

Ведущий объясняет, что игра имеет «секрет», который откроется только в конце. «Секрет» заключается в том, что за каждым столом (в каждой группе) выбирается один человек, который следит за работой в группе и за выполнением задания. Затем выдает жетоны определенного цвета (ничего не объясняя).

Красный — лидер — организатор.

Зеленый — исполнитель.

Желтый — слушатель (зритель).

Задания:

- сложить разрезную открытку;
- нарисовать коллективный рисунок по общей теме;
- конкурс буриме. Сочинить стихотворение по готовой рифме (3-4 мин.)

птица — снится лодка — селедка ватрушка — погремушка

сонно — ворона смело — улетела зайчик — пальчик

- придумать инструкцию по применению следующих вещей: электровеника, отрывного календаря, мухобойки. Команды должны зачитать инструкцию своего предмета, не упоминая его, а остальные должны его угадать.

- написать рассказ, где все слова начинаются на одну букву: «О», «В», «С».

По окончании игры подводятся итоги по группам (где фиксируются результаты по цветам жетонов). Теперь раскрывается секрет. Группы должны в интересной форме представить своих лидеров.

ТЕСТ «Я — ЛИДЕР»

Очень интересно и полезно было бы провести среди ребят тест на определение лидерских качеств. Пусть каждый из них сам попробует оценить

свои способности, повести других за собой, стать организатором и вдохновителем жизни в коллективе.

Инструкция к этому тесту будет такова: «Если ты полностью согласен с приведённым утверждением, то в клеточку с соответствующим номером поставь цифру «4»; если скорее согласен, чем не согласен — цифру «3»; если трудно сказать — «2»; скорее не согласен, чем согласен — «1»; полностью не согласен — «0».

Образец карточки ответов расположен ниже.

Вопросы к тесту «Я-лидер».

1. Не теряюсь и не сдаюсь в трудных ситуациях.
2. Мои действия направлены на достижения понятной мне цели.
3. Я знаю, как преодолевать трудности.
4. Люблю искать и пробовать новое.
5. Я легко могу убедить в чём-то моих товарищей.
6. Я знаю, как вовлечь моих товарищей в общее дело.
7. Мне нетрудно добиться того, чтобы все хорошо работали.
8. Все знакомые относятся ко мне хорошо.
9. Я умею распределять свои силы в учёбе и труде.
10. Я могу чётко ответить на вопрос, чего хочу от жизни.
11. Я хорошо планирую своё время и работу.
12. Я легко увлекаюсь новым делом.
13. Мне легко установить нормальные отношения с товарищами.
14. Организуя товарищей, стараюсь заинтересовать их.
15. Ни один человек не является для меня загадкой.
16. Считаю важным, чтобы те, кого я организую, были дружными.
17. Если у меня плохое настроение, я могу не показывать это окружающим.
18. Для меня важно достижение цели.
19. Я регулярно оцениваю свою работу и свои успехи.

20. Я готов рисковать, чтобы испытать новое.
21. Первое впечатление, которое я произвожу, обычно хорошее.
22. у меня всегда всё получается.
23. Хорошо чувствую настроение своих товарищей.
24. Я умею поднимать настроение в труппе своих товарищей.
25. Я могу заставить себя утром делать зарядку, даже если мне этого не хочется.
26. Я обычно достигаю того, к чему стремлюсь.
27. Не существует проблемы, которую я не могу решить.
28. Принимая решение, перебираю различные варианты.
29. Я умею заставить любого человека делать то, что считаю нужным.
30. Я умею правильно подобрать людей для организации какого-либо дела.
31. В отношении с людьми я достигаю взаимопонимания.
32. Стремлюсь к тому, чтобы меня понимали.
33. Если в работе у меня встречаются трудности, то я не опускаю руки.
34. Я никогда не поступал так, как другие.
35. Я стремлюсь решить все проблемы поэтапно, не сразу.
36. Я никогда не поступал так, как другие
37. Нет человека, который устоял бы перед моим обаянием.
38. При организации дел я учитываю мнение товарищей.
39. Я нахожу выход в сложных ситуациях.
40. Считаю, что товарищи, делая общее дело, должны доверять друг другу.
41. Никто и никогда не испортит мне настроение.
42. Я представляю, как завоевать авторитет среди людей.
43. Решая проблемы, использую опыт других.
44. Мне неинтересно заниматься однообразным, рутинным делом.
45. Мои идеи охотно воспринимаются моими товарищами.
46. Я умею контролировать работу моих товарищей.

47. Умею находить общий язык с людьми.

48. Мне легко удаётся сплотить моих товарищей вокруг какого-либо дела.

После заполнения карточки ответов необходимо подсчитать количество очков в каждом столбце (не учитывая баллы, поставленные за вопросы 8, 15, 22, 29, 34, 36, 41). Эта сумма определяет развитость лидерских качеств:

А --- умение управлять собой;

Б --- осознание цели (знаю, чего хочу);

В --- умение решать проблемы;

Г --- наличие творческого подхода;

Д --- влияние на окружающих;

Е --- знание правил организаторской работы;

Ж --- организаторские способности;

З --- умение работать с группой.

Карточка для ответов теста «Я – лидер»

А	Б	В	Г	Д	Е	Ж	З
1	2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	31	32
33	34	35	36	37	38	39	40
41	42	43	44	45	46	47	48

Если сумма в столбце меньше 10, то качество развито слабо, и надо работать над его совершенствованием, если больше 10, то это качество развито средне или сильно.

Но прежде, чем сделать заключение о том, лидер ли подросток, обратите внимание на баллы, выставленные при ответах на вопросы 8, 15, 22, 27, 29, 34, 36, 41. Если на каждый из них поставлено более 1 балла, мы считаем, что ты был неискренним в самооценке. Результаты теста можно изобразить в графике.

Тема 3.2 Что такое агитбригада?

Сценарий «Алкоголю – нет, нет, нет»

Ход агитбригады:

Вступительное слово (ведущий):

О вреде пьянства сказано немало. Но, несмотря на это, тысячи людей продолжают употреблять алкоголь. Самое страшное, пьют дети, подростки! Большинство из них знают об опасности алкоголя, но все равно не могут устоять перед коварной привычкой. И сегодня мы проводим агитбригаду, посвященную, именно, этой проблеме «Скажи алкоголю «нет, нет, нет!»».

(После каждого высказывания следует удар колокола):

- по данным Всемирной организации здравоохранения алкоголь убивает около 2,5 миллионов человек в год во всем мире. Среди них до 230 тысяч молодых людей в возрасте 15-29 лет.
- 59% мужчин и 33% женщин умирают от отравления алкоголем, несчастных случаев или самоубийств, совершенных в состоянии алкогольного опьянения.
- 1/3 всех психических заболеваний связаны с алкоголизмом.
- 90% больных детей рождаются от пьющих родителей.
- почти 100% осужденных за хулиганство совершили проступки в пьяном виде.
- хроническая алкогольная интоксикация убавляет жизнь в среднем на 17 лет.
- 96% приобщились к спиртному в возрасте до 15 лет.
- алкоголизм в подростковом возрасте формируется в течение 2-4 лет.

Чтец 1: Внимание! Внимание!

Антиалкогольная компания!

Наша агитбригада проводит агитацию –

Нужно срочно спасти нашу нацию!

Чтец 2: Человек, покоровший небо,

Чудо техники изобретая,

Приобщаясь к дурным привычкам,

О здоровье своем забывает.

Выходит человек: Что же делать? Как же быть?

Как мне жизнь свою прожить?

Что мне выбрать, предпочесть?

(Появляются ангел и черт)

Ангел: И нас должен ты учесть!

Черт: Что же можем мы помочь...

(Человек пытается их прогнать)

Ангел: Не гони нас сразу прочь!

Хочешь в наши дни здоровья?

Свеклой запасись морковью.

Черт: Что такое? Все забудь!

То не нужно нам ничуть.

Вот! Я знаю – это надо. **(Достает бутылку)**

Ангел: Что-о-о? Побояться хвори надо.

Черт ангелу: Ну, а ты что предлагаешь?

Ангел: Человек, ты радость всю узнаешь,
но только следует тебе вставать рано на заре.

Черт: Поспи, поспи еще часок...

Ангел: Проснувшись, сделай ты зарядку.

Черт: Нам хватит почесать и пятку.

Ангел: И соблюдай режим питания.

Черт: Не уделяй тому внимания.

Ангел: Побольше воздухом дыши.

Черт: Не слушай, сигарету закури!

Ангел: Побольше ешь ты овощей.

Черт: Уж лучше пива ты налей.

Ангел черту: Чему ты человека учишь?

Черт ангелу: А ты его, зачем так мучишь?

Ангел: Давай мы спросим у него...

Черт: Что для него важней всего?

Ангел: Я думаю, что он со мной пойдет.

Черт: А я уверен, что меня он предпочтет!

Человек: Тише, тише! Успокойтесь!

Выберу одно, не бойтесь!

(думает, выбирает, берет черта под руку и уходит)

Ангел разводит руками.

Крик за кулисами. Выбегает человек, держась за голову, поет (минус И. Николаев «Пять причин»)

Человек: Как же это все произошло? Ведь немного времени прошло.

Здесь остался я совсем один, и у меня на это пять причин.

Первая причина – это я. А вторая – все мои друзья.

Третья причина – это страх, что поселился в глазах.

Четвертая причина – то вино, что было выпито давным-давно.

А пятая причина – это боль, что в жизнь мою вмешался алкоголь!

Ангел: Началось все только с банки пива,

Вид ее так сладостно манил...

И хотелось взрослым стать скорее –

Вот и час расплаты наступил.

Глаза свои открой, смотри и повторяй.

Алкоголизм долой! И пить не начинай!

Человек поет (минус И. Николаев «Пять причин»):

Мне хотелось все вернуть назад. И теперь я всем хочу сказать:

Если жизнь здоровую вести, будешь ты на правильном пути.

Первая причина - это мы для красоты с тобою рождены.

Вторая причина всех главней – здоровье наше ценней!

Его должны мы все оберегать, чтоб род здоровый продолжать.

Третья причина – ты и я и вся моя здоровая семья.

Четвертая причина – это спорт: тренажер, бассейн, дорожки, корт.

А пятая причина - жизнь одна – прожить без алкоголя и табака!

Чтец 1: А выход один, и тебе лишь решать:

Какую судьбу для себя выбирать!

Чтец 2: Ведь авторитет алкоголем не купишь,

А жизнь ты свою сломаешь, загубишь!

Чтец 3: А сколько хорошего встретишь вокруг,

Спортивные школы займут свой досуг!

Чтец 4: В библиотеках читателей ждут,

Книгой хорошей займут, увлекут!

Чтец 5: В школу искусств приходи, не ленись,

К миру прекрасного здесь прикоснись!

Чтец 6: Сколько еще есть хорошего рядом

Ты посмотри вокруг сам трезвым взглядом!

Думай! Решай! Собери свои мысли!

И выбирай **(все вместе)** здоровый образ жизни!

Песня (все вместе (минус И. Кобзон «Пока планета еще жива»):

Пока планета еще жива,

Пока о лете мечтают весны,

На жизнь предъявим свои права,

Пока не поздно, пока не поздно!

От алкоголя спасем детей,

Пусть мирно спиться под небом звездным.

Здоровье нужно тебе и мне,

Пока не поздно, пока не поздно!

Припев (2 раза): Рядом, рядом радость и беда.

Надо, надо твердый дать ответ:

Мир без алкоголя – ДА, ДА, ДА!

Алкоголь и дети – НЕТ, НЕТ, НЕТ!

(последние две строки 3 раза)

Заключительное слово (ведущий):

Ну, вот и закончилась наша агитбригада. Надеемся, вы сделаете для себя правильные выводы! И напоследок, давайте все вместе еще раз скажем:

«Алкоголю – НЕТ, НЕТ, НЕТ!». Спасибо за внимание!