

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО  
ОБРАЗОВАНИЯ  
«ЦЕНТР ДЕТСКОГО ТВОРЧЕСТВА» НОВО-САВИНОВСКОГО РАЙОНА г. КАЗАНИ

Принята на заседании  
педагогического совета

Протокол № 1  
от « 09 » 09 2022 г.



«Утверждаю»  
Директор МБУДО ЦДТ  
Медведева М.Д.  
Приказ № 38  
от « 1 » сентября 2022 г.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа

**«Добровольцы»**

Направленность: социально-гуманитарная

Возраст учащихся: 9 – 14 лет

Срок реализации: 2 года

Автор-составитель:  
Тазетдинова И.Н.  
педагог дополнительного образования

## **Содержание**

1. Пояснительная записка.
2. Содержание программы 1-го года обучения.
3. Содержание программы 2-го года обучения.
4. Методическое обеспечение программы.
5. Материально-техническое обеспечение программы.
6. Список литературы.
7. Приложения.

Стремительные политические, социально-экономические изменения, происходящие сегодня в обществе, диктуют новые требования как к организации учебно-воспитательного процесса, к содержанию образования. В период глобализации и информатизации жизненного пространства, засилья рекламы и подмены ценностей, подросток каждый день должен делать выбор, противостоять соблазнам жизни, сохранить здоровье и отстаивать свою жизненную позицию, основанную на знании и собственном приобретённом опыте. На современном этапе развития российского общества не вызывает никакого сомнения огромный педагогический потенциал волонтерского движения в воспитании современных подростков.

Программа имеет социально-гуманитарную направленность.

Настоящая программа разработана в соответствии с основными нормативными документами:

1. Федеральный закон об образовании в Российской Федерации от 29.12.2012 №273-ФЗ;

2. Распоряжение Правительства РФ от 31 марта 2022 г. N 678-р «Об утверждении Концепции развития дополнительного образования детей до 2030 г. и плана мероприятий по ее реализации»;

3. Федеральный проект «Успех каждого ребенка» в рамках Национального проекта «Образование», утвержденного Протоколом заседания президиума Совета при Президенте Российской Федерации по стратегическому развитию и национальным проектам от 3.09.2018 №10;

4. Приказ Минпроса России от 3.09.2019 №467 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей»;

5. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 9.11.2018 №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 №816 «Об утверждении Порядка применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ»;

7. СП 2.4. 3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи», утвержденные Постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 г. №28;

8. Устав образовательной организации.

Волонтерская деятельность по своей сути является разновидностью добровольчества (в переводе с англ. Volunteering - это добровольная деятельность, общественно-полезная работа, гражданская активность).

Основные сферы интересов волонтеров - это социальная работа, а также спорт, политика, досуг. Волонтерская деятельность строится в соответствии со **следующими принципами:**

- добровольность – участие молодежи в программе на добровольных началах;
- адресность - данная программа рассчитана на определённую категорию людей;
- доступность – подача материала с учётом возможностей и особенностей восприятия целевой группы;
- позитивность – положительный эмоциональный настрой на себя, окружающих, действительность;
- последовательность – подача материала осуществляется поэтапно;
- дозированность – информация не превышает запрос целевой группы;
- непрерывность и систематичность;
- осознание членами волонтерского движения личностной и социальной значимости их деятельности.

В России добровольческое движение стало возрождаться в конце 80-х годов, ранее оно существовало в виде службы сестер милосердия, тимуровского и пионерского движений, всевозможных обществ охраны природы и памятников. В настоящее время волонтерское движение получило развитие в связи с растущим числом социальных проблем, в решении которых при современной экономической ситуации волонтеры незаменимы на местном, региональном и федеральном уровнях. Так как молодежь является наиболее мобильной социальной группой, именно она должна стать активным участником решения задач, стоящих перед государством и обществом. От позиции молодежи в общественно-политической жизни, ее уверенности в завтрашнем дне и активности будет зависеть темп продвижения России по пути демократических преобразований, социально-экономическое и культурное развитие страны, ее конкурентоспособность.

Однако в молодежной среде потеря социальных ориентиров зачастую приводит к дезориентации молодого человека в системе жизненных ценностей и приоритетов, порождает неадекватное восприятие значимости собственной личности. Подобное положение вещей создает высокую степень угрозы приобщения молодых людей к криминогенной среде, употреблению наркотиков, алкоголя, совершению антиобщественных поступков. В этой ситуации возникает необходимость поиска новых методов и форм работы в образовательных учреждениях, способных изменить сложившуюся ситуацию. Речь идет, прежде всего, о нахождении таких путей и способов, применение которых может создать реальные условия для здорового образа жизни молодежи. Другими словами, альтернативой саморазрушительному поведению должно стать позитивное, творческое отношение к действительности, общее созидательное дело, воспитывающее и поддерживающее в молодом человеке

жизненную активность, позитивные жизненные навыки. Активная жизненная позиция, умение взаимодействовать и включаться в проект, умение получать и передавать информацию – это то, чем должен обладать волонтер для успешной работы. Все это будет формироваться в процессе подготовки волонтеров – на профилактических и обучающих занятиях, на тренинговых занятиях, учебах и сборах. Волонтеры смогут применить свои умения на практике, передать сверстникам информацию на днях профилактики, в выступлениях на сцене, на занятиях с элементами тренинга, в ролевых и интерактивных играх. Обучая других, будут обучаться сами. В дальнейшей жизни подросткам проще будет общаться, взаимодействовать и включаться в любую деятельность, они будут уметь оказывать положительное влияние на людей, легко занимать лидерские позиции, проявлять в то же время толерантность и уважение к окружающим.

**Новизна программы** заключается в ознакомлении с данным видом общественной деятельности и получении первого социального опыта. В ней не ставится задача специальной подготовки учащихся к волонтерской деятельности, а приоритетным является развитие таких качеств личности, которые будут способствовать самоопределению и самореализации учащихся.

**Особенностью программы** является то, что поставленные в ней цели и задачи отвечают социальному заказу общества и современным тенденциям развития образования. Ознакомление с основами волонтерской деятельности будет способствовать решению важнейшей на сегодняшний день задачи формирования у молодежи социального опыта, морально-нравственных ценностей, воспитания гуманности.

Возраст учащихся 9-14 лет. Срок реализации программы – 2 года. Возрастной диапазон реализации программы – дети подросткового возраста – учащиеся 3-8 классов. Подростковый возраст наиболее сложен. Главной особенностью подросткового периода являются качественные изменения, затрагивающие все стороны развития личности: стремление к общению со сверстниками и появление в поведении признаков, свидетельствующих о желании утвердить свою самостоятельность, независимость, личную автономию. Но с другой стороны, этот возраст наиболее интересный в процессе становления и развития личности. Именно в этот период молодой человек входит в противоречивую, часто плохо понимаемую жизнь взрослых, он как бы стоит на ее пороге, и именно от того, какие на данном этапе он приобретет навыки и умения, какими будут его социальные знания, зависят его дальнейшие шаги. Число участников каждой группы - 15 человек. При наличии свободных мест в объединении прием обучающихся осуществляется в течение всего учебного года по результатам собеседования.

Форма реализации программы – очная, в особых обстоятельствах допускается реализация образовательной программы или ее части с применением электронного обучения, дистанционных образовательных технологий.

Режим занятий: Дети занимаются 2 раза в неделю по 2 часа. Всего на год отводится 144 часа.

При электронном обучении с применением дистанционных образовательных технологий продолжительность занятия регулируется нормами СанПиН, принятых при работе учащихся за компьютером.

Срок реализации программы – 2 года. Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа реализуется в течение всего календарного года, включая каникулярное время.

**Цель программы:** Формирование социально-активной личности через овладение основами волонтерской деятельности.

### **Задачи:**

#### ***Образовательные***

- обучить подростков и молодежь знаниям и умениям, необходимым для участия в волонтерской деятельности;
- познакомить с историей и существующей практикой реализации социально-значимых проектов субъектов волонтерской деятельности;
- обучить основным способам организации социально-значимой деятельности и технологии их осуществления.

#### ***Развивающие:***

- развить у учащихся способности к личностному самоопределению и творческой самореализации;
- развить коммуникативные навыки, лидерские качества, организаторские способности;
- развить творческие способности, потребность в саморазвитии.

#### ***Воспитывающие:***

- привить положительное отношение молодежи к добровольческой деятельности;
- воспитывать чувство коллективизма, готовность безвозмездно, бескорыстно служить обществу;
- сформировать готовность к осознанному выбору участия в волонтерской деятельности.

### **Ожидаемые результаты и способы их проверки**

**Занятия первого года** обучения формируют интерес к социально-значимой деятельности, к волонтерскому движению, развивают

коммуникативные умения, первичные организаторские навыки. предлагают опыт участия в социальных акциях.

В ходе реализации программы первого года ожидается:

- формирование у молодёжи высоких нравственных, морально — психологических качеств, составляющих основу их патриотизма и гражданственности, чувства долга и ответственности за судьбу Отечества; формирование в ходе деятельности более ответственной, адаптированной, здоровой личности;

- формирование сплочённого деятельного коллектива волонтеров; развитие и поддержка основных идей волонтерского движения; увеличение количества обучающихся, желающих активно участвовать в волонтерской деятельности;

- получение необходимого опыта и навыков для реализации собственных идей и проектов;

- обеспечение взаимодействия с городскими, районными волонтерскими организациями с целью обмена опытом и последующего внедрения инновационных форм и методов работы;

- формирование уважительного отношения к ветеранам, старшему поколению;

- участие в акциях;

- организация и проведение мероприятий, направленных на пропаганду ценностей здорового образа жизни;

- включение подготовленных волонтеров в активную деятельность по формированию здорового образа жизни в детской, подростковой и молодежной среде; привлечение детей и подростков к общественно значимой деятельности;

- привлечение большого количества детей для участия в профилактических мероприятиях, тем самым, способствуя формированию активной жизненной позиции; создание системы совместной деятельности детей и взрослых, которая позволит достичь социально позитивных и личностно значимых для детей результатов, на основе которых растёт их самоуважение к себе;

- формирование у учащихся личностной ответственности за выполняемую работу.

В ходе реализации программы второго года ожидается:

- формирование у молодёжи высоких нравственных, морально — психологических качеств, составляющих основу их патриотизма и гражданственности, чувства долга и ответственности за судьбу Отечества; формирование в ходе деятельности более ответственной, адаптированной, здоровой личности;

- формирование сплочённого деятельного коллектива волонтеров; развитие и поддержка основных идей волонтерского движения; увеличение количества обучающихся, желающих активно участвовать в волонтерской деятельности;

- получение необходимого опыта и навыков для реализации собственных идей и проектов;
- обеспечение взаимодействия с городскими, районными волонтерскими организациями с целью обмена опытом и последующего внедрения инновационных форм и методов работы;
- формирование уважительного отношения к ветеранам, старшему поколению;
- участие в акциях;
- организация и проведение мероприятий, направленных на пропаганду ценностей здорового образа жизни;
- включение подготовленных волонтеров в активную деятельность по формированию здорового образа жизни в детской, подростковой и молодежной среде;
- привлечение детей и подростков к общественно значимой деятельности;
- привлечение большого количества детей для участия в профилактических мероприятиях, тем самым, способствуя формированию активной жизненной позиции;
- создание системы совместной деятельности детей и взрослых, которая позволит достичь социально позитивных и лично значимых для детей результатов, на основе которых растет их самоуважение к себе;
- формирование у учащихся личной ответственности за выполняемую работу.

## **Содержание программы первого года обучения**

### **1. Вводное занятие: - 2 часа.**

Правила поведения и ТБ. Особенности проведения занятий.

### **2. Кто такой волонтер? – 24 часа.**

Знакомство с планом работы. Ознакомление с волонтерским движением, деятельностью волонтерских организаций в мире и России. Функции волонтеров. Распределение функциональных обязанностей. Формирование навыков совместной работы.

*Практические работы:*

Посвящение в волонтеры.

«Огонь знакомств».

Игры на командную работу.

Игры на контактность.

Анкетирование волонтеров.

Дискуссия: «Кто же такие волонтеры?»

Мозговой штурм «Волонтеры – это обычные «люди», только ... немного лучше».

Тест «Лидер ли я».

Упражнения на выявление лидерских качеств.



### **3. Что такое стресс? Модели проблемно - разрешающего поведения – 16 часов.**

Стрессовые ситуации и как их разрешить. Психологические особенности подростка. Психологическая зависимость. Понятия личности, и её структура. Я – концепция. Взаимоотношения со сверстниками, полов, в семье. Беседы, лектории.

*Практическая работа:*

Лекторий «Стресс: как его преодолеть».

Конкурс буклетов «Совет учащимся».

Игра по станциям «Друг в беде не бросит».

Этическая беседа «Будь непримирим к грубости и черствости».

Развивающая ролевая игра «Планета друзей».

Тренинги, мини – тренинги.

### **4. Профилактика и пропаганда ЗОЖ – 26 часов.**

Компоненты ЗОЖ. Обучение навыкам первичной профилактики и пропаганды ЗОЖ. Режим дня. Особенности режима дня подростка. Двигательный режим. Закаливание и физические упражнения. Правильное питание. Особенности питания подростка. Личная гигиена.

Составление методического, информационного и раздаточного материала.

*Практические работы:*

Проведение акции «ЗОЖ – это модно». Проведение беседы «Режим дня».

Составление презентации.

Проведение дискуссии «Нужен ли режим дня для детей и подростков».

Организация круглого стола «Мы хотим быть здоровыми».

Проведение тренинга «ЗОЖ – это лучший выбор для ВАС».

Проведение тренинга «Время быть здоровым».

Проведение дискуссии «Дружно, смело, с оптимизмом – за здоровый образ жизни».

Подготовка комплекса упражнений для поклонников ЗОЖ.

### **5. «Интерес к познанию и творчеству» - 12 часов.**

Познание и творчество. Праздники. Как организовать праздник.

Толерантность, милосердие, готовность помогать друг другу.

Международный день толерантности.

*Практические работы:*

Условия и особенности проведения игр, праздников и конкурсов.

Подготовка и проведение занятия о толерантном отношении друг к другу.

Разработка сценария «Радужная страна». Подготовка презентации «Культура разных народов».

Создание методической папки, включающей разработки мероприятий, игр, конкурсов, сценариев.

### **6. Добро, милосердие и сострадание –8 часов.**

Понятия «Добро», «Милосердие», «Сострадание». Особенности поведения в трудных ситуациях. Оказание помощи старшим и младшим.

Практические работы:

Проведение диспута «О милосердии».

Как поступить в данной ситуации?(Разбор ситуаций)

КТД «Подарок просто так».

### **7. Профилактика травматизма – 6 часов.**

Профилактика детского травматизма. Где чаще всего получают травмы.

Бытовой травматизм. Уличный травматизм. Школьный травматизм.

Спортивный травматизм. Кто же виноват в получении травмы.

*Практическая работа:*

Выпуск стенгазеты «Профилактика травматизма».

Акция «Подари мне улыбку».

Беспокойные беседы «Осторожно, дети!», «Обучение безопасности»,

«Не теряйте головы», «Береги кость смолоду».

Акция «Юный пешеход».

### **8. Значение двигательной активности и физической культуры для здоровья человека – 10 часов.**

Физическая активность и здоровье. Значение физических упражнений на формирование опорно – двигательной системы.

*Практические работы:*

Разработка физических упражнений.

Проведение спортивного праздника.

Участие в дне здоровья.

### **9. Инфекционные заболевания – 6 часов.**

Профилактика инфекционных заболеваний -Грипп-ОРЗ- СТОП! «Что делать, чтобы не болеть?»

*Практическая работа:*

Проведение бесед и презентаций по теме.

### **10. Безопасная дорога –10 часов.**

Правила дорожного движения. Навыки выполнения основных правил поведения на улице, дороге. Дисциплина на улице - залог безопасности.

Причины дорожно-транспортных происшествий. Дорожные знаки.

*Практические работы:*

Подготовка и выпуск листовок «Безопасная дорога».

Проведение конкурса рисунков по правилам дорожного движения.

Подготовка и проведение игры «Дорожная ловушка».

### **11. Я и мое здоровье – 12 часов.**

Режим дня. Экология и проблемы XXI века.

*Практическая работа:*

Проведение беседы «Компьютер и здоровье».

Проведение беседы «Жизнь у нас одна».

Организация и проведение брейн-ринга «Здоровье -ДА»

Защита презентаций «Марафон здоровья».

### **12.Рационально питание – 6 часов.**

Рациональное питание. Особенности питания людей разного возраста.

Витамины и их роль в жизни человека.

*Практическая работа:*

Подготовка информационного буклета «Здоровое меню».

### **13.Мобильный телефон: за или против - 4 часа.**

Влияние мобильных телефонов на здоровье: реальная угроза или миф. Этикет телефонного разговора.

*Практическая работа:*

Проведение игры «Этикет телефонного разговора».

### **14. Итоговое занятие – 2 часа.**

Анализ работы, определение перспективы и её внедрение.

## **Содержание программы второго года обучения**

### **1. Вводное занятие – 2 часа.**

Знакомство. Ознакомление с Положением о волонтерском движении.

Распределение полученных. Вовлечение ребят в волонтеры.

*Практическая работа:*

Задуманный разговор, невыдуманные рассказы «Что такое делать добро».

«Огонек знакомств».

### **2. Эволюция волонтеров – 32 часа.**

Знакомство с планом работы. Развитие волонтерского движения

«Здоровье». Разработка и реализация социально – значимых проектов.

Изучение физиологических и психических особенностей подросткового

возраста. Владение различными методами ведения профилактической

работы среди волонтеров. Обучающие, профилактические и

психологические занятия. Коммуникативные тренинги.

*Практическая работа:*

Психологическая игра «Формула успеха».

Посвящение новых членов кружка в волонтеры.

Игры.

Анкетирование.

Тесты.

Дискуссии.

Упражнения.

### **3. Что такое стресс? Модели проблемно - разрешающего поведения – 18 часов.**

Стрессовые ситуации и как их разрешить. Психологические особенности подростка. Психологическая зависимость. Понятия личности, и её структура. Я – концепция. Взаимоотношения со сверстниками, полов, в семье. Беседы, лектории.

*Практическая работа:*

Лекторий «Стресс: как его преодолеть».

Конкурс буклетов «Совет учащимся».

Игра по станциям «Друг в беде не бросит».

Этическая беседа «Будь непримирим к грубости и черствости».

Развивающая ролевая игра «Планета друзей».

Тренинги, мини – тренинги.

### **4. Добро, милосердие и сострадание –14 часов.**

Понятие «Милосердие». Воспитание потребности делать добро, сострадать. «Добро помни, а зло забывай». Долг, ответственность, милосердие, сострадание, любовь и милостыня. Позитивное отношение к трудным ситуациям. Быть честным перед собой и перед другими.

*Практическая работа:*

Диспут «О милосердии».

Акция «Сладкая радость».

Проект «Доброе сердце».

Акция «Чистое утро».

Практикум «Как поступить в данной ситуации».

КТД «Подарок просто так».

Проект бережливых «Чтобы дольше жили книжки» для нач. шк.

Этическая беседа: твоя готовность выступить против лжи.

### **5. «Мобильный телефон: за или против» - 24 часа.**

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

Правила телефонных разговоров.

Дискуссия «Что мы знаем о СМС».  
Мошенники –стоп!  
Интернет – добро или зло.  
Интернет сайты. Что может стать угрозой.

*Практическая работа:*

Бюллетень «Мобильный телефон: за или против»  
Беседа «Мобильный телефон и здоровье».  
Открытый час «Настоящая роскошь»  
Дискуссия «Позвони мне, позвони»

#### **6. «Витамины – наши друзья» - 12 часов.**

Витамины и их роль в организме. Значение витаминов. История открытия витаминов. Классификация витаминов. Значение витаминов в питании. Каких витаминов нам не хватает. Опасность передозировки. Витамины в аптеках. Витамины: друзья или враги?

*Практическая работа:*

Беседа «Весенний авитаминоз».  
Выпуск бюллетеня «Витамины – наши друзья».  
Акция: «Если не хочешь болеть гриппом» (беседа), «Грипп. Как защитить себя и других» (выпуск бюллетеня).  
Проведение «круглого стола» с привлечением медицинских специалистов.

#### **7. Полезные привычки – 18 часов.**

Что такое привычки. При каких условиях успешно вырабатываются навыки. Как вырабатывать полезные привычки и бороться с вредными. Виды привычек. Привычки человека.

*Практическая работа:*

Конкурс плакатов «Полезные привычки – наши друзья».  
Беседа – практикум «Будь аккуратным и чистым».  
Тематическая игра «Поезд здоровья».  
Классный час «Полезны ли полезные привычки».  
Экологическая акция по очистке от мусора школьного участка.  
Акции.  
Семинары.

#### **8. Физиологические основы здорового образа жизни – 20 часов.**

Профилактика и пропаганда ЗОЖ. Занятия, беседы, лекции, дискуссии и т.д.

*Практическая работа:*

Викторина «Азбука здоровья».

Конкурс рисунков «ЗОЖ – это модно».

Лекторий «Мода на здоровье».

Выпуск стенгазет «Здоровый образ жизни», «Дерево здоровья».

Конкурс плакатов «Мы и наше здоровье».

Творческая игра «Послание к человечеству».

Тренинги.

Анкетирование.

Акции.

Игры.

**9. Итоговое занятие – 4 часа.**

Анализ работы, определение перспективы и её внедрение.

*Практическая работа:* Конкурс презентаций «Молодость. Здоровье.

Жизнь...»

**Учебно-тематический план первого года обучения**

№ п/п	Наименование тем	Всего часов	В том числе	
			Теория	Практика
1	Вводное занятие.	2	2	-
2	Кто такой волонтер, история волонтерского движения. Добровольческие организации России.	24	12	12
3	Что такое стресс? Модели проблемно - разрешающего поведения	16	6	10
4	Профилактика и пропаганда ЗОЖ.	26	10	16
5	Интерес к познанию и творчеству	12	4	8
6	Добро, милосердие и сострадание	8	2	6
7	Профилактика травматизма	6	2	4
8	Значение двигательной активности и физической культуры	10	4	6

	для здоровья человека.			
9	Инфекционные заболевания.	6	4	2
10	Безопасная дорога	10	6	4
11	Я и мое здоровье.	12	4	8
12	Рациональное питание.	6	4	2
13	Мобильный телефон и компьютер: за или против	4	2	2
14	Итоговое занятие. Тестирование	2	2	
	<b>Итого:</b>	<b>144</b>	<b>64</b>	<b>80</b>

### Учебно-тематический план второго года обучения

№п/п	Наименование тем	Всего часов	В том числе	
			Теория	Практика
1.	Вводное занятие	2	2	-
2.	Эволюция волонтеров	32	18	14
3.	Что такое стресс? Модели проблемно – разрешающего поведения	18	12	6
4.	Добро, милосердие и сострадание	14	4	10
5.	Мобильный телефон: за или против	24	16	8
6.	«Витамины – наши друзья»	12	8	4
7.	Полезные привычки	18	6	12
8.	Физиологические основы здорового образа жизни	20	14	6
9.	Итоговые занятия	4	2	2
	<b>Итого:</b>	<b>144</b>	<b>82</b>	<b>62</b>

#### 4. Требования к уровню подготовки учащихся первого года обучения

*Учащиеся будут знать:*

- историю развития волонтерского движения, современные практики волонтерской деятельности;
- основные добровольческие организации России;
- вредные привычки и их влияние на организм;
- значение двигательной активности и физической культуры для здоровья человека;
- особенности рационального питания учащихся и взрослых;
- правила телефонного этикета;
- понятие, виды, алгоритм проведения социальной акции;
- правила составления информационного буклета;
- методику организации и проведения конкурсной программы, познавательной игры, КТД;
- возрастные психологические особенности людей пожилого возраста, детей младшего школьного возраста;
- правила выхода из конфликтной ситуации;
- влияние психоактивных веществ на организм человека.
- способы отказа от употребления психоактивных веществ

***Учащиеся будут уметь:***

- владеть навыками планирования и самоанализа;
- различать понятия «добро», «милосердие», «сострадание»;
- уметь составлять информационный буклет средствами Microsoft Office;
- организовывать игры на знакомство и сплочение в разных возрастных группах;
- уметь разрабатывать игровые программы на различные темы;
- уметь исполнять заданную социальную роль в различных формах организации деятельности волонтера;
- владеть навыками поведения в конфликтной ситуации;



- работать в группе, устанавливать отношения, эффективно сотрудничать.

**Требования к уровню подготовки учащихся второго года обучения**  
***Учащиеся будут знать:***

- эволюцию развития волонтерского движения;
- особенности стрессовых ситуаций и пути их разрешения;
- модели проблемно-разрешающего поведения;
- особенности физической зависимости, зависимость от алкоголя, табака, виды наркотиков, воздействие их на организм;
- особенности витаминов и их роль в организме, значение витаминов, историю их открытия;
- привычки - полезные и вредные, виды привычек;
- понятие, виды, алгоритм проведения социальной акции;
- методику организации и проведения конкурсной программы, познавательной игры, КТД;

***Учащиеся будут уметь:***

- проводить беседы, игры, тренинги, конкурсы, диспуты;
- различать понятия «добро», «милосердие», «сострадание»;
- уметь составлять плакаты, стенгазеты;
- организовывать игры на различные темы с различными группами людей;
- владеть навыками подготовки презентаций;
- выделять необходимую информацию, критически ее оценивать;
- определять способы, действия для решения выявленных проблем;
- формулировать собственное мнение;
- договариваться приходить к общему решению в совместной деятельности.

**Методическое обеспечение программы**

Программа предусматривает реализацию, как индивидуальных, так и групповых форм работы. Программа включает теоретические и практические занятия. Включение в программу практических форм работы обусловлено стремлением сформировать компетентного человека, не только знающего как делать, но и обладающим опытом данной деятельности.

Теоретические занятия – проводятся в виде групповых, развивающихся, профилактических, обучающих и тренинговых занятиях, учебах, сборах, беседах.

Практические занятия – проводятся в виде мини – тренингов, игр, конкурсов, акций, дискуссий, составления проектов.

В зависимости от решаемых задач используются различные **формы и методы работы:**

*обучающий модуль*

1. Беседы со специалистами.
2. Групповые занятия волонтеров для учащихся.
3. Изготовление плакатов.
4. Выпуск газеты.
5. Оформление информационного стенда.
6. Акции волонтеров.
7. Листовки.
8. Игры.
9. Викторины.
10. Лекции.
11. Опросы.
12. Анкетирование.
13. Дискуссии и т.д.

*Развивающий модуль*

1. Развивающие занятия с волонтерами.
2. Мини-тренинги, тренинги.
3. Интерактивные игры.
4. Ролевые игры.
5. Мастер-классы и т.д.

*Творческий модуль*

1. Игры, конкурсы.
2. Неделя “Только здоровые привычки”.
3. Спортивные мероприятия.
4. Фотоконкурс.
5. Массовые игры и т.д.

### **Материально-техническое обеспечение программы**

- Учебный класс.

- Канцтовары.
- Аудио-видеоаппаратура.
- Компьютер, медиапроектор.

## Список литературы

### Международные нормативно-правовые документы.

1. Всеобщая декларация прав человека (утверждена Генеральной Ассамблеей ООН 10 декабря 1948 г.). Ст. 21. П.3.
2. Европейская конвенция о защите прав человека и основных свобод (1950 г.).
3. Международный пакт о гражданских и политических правах (1966 г.).
4. Конвенция о правах ребенка (1989 г.).
5. Всеобщая Декларация Добровольцев (принята на Международной ассоциации добровольческих усилий 10 января 2001 г.).
6. Арсеньева, Т.Н. Практико-ориентированные методы психологической подготовки добровольцев. Учебно-методическое пособие / Т.Н.Арсеньева, Н.В Виноградова, И.М Пелевина, А.А. Соколов. – СПб. - Тверь, 2009. - 117 с.
7. Барябина, Е.Н. Теория и практика волонтерского движения. Методическое пособие / Е.Н. Барябина, П.В Романов, И.В Шатылко. - Саратов: ООО Бонапарт ПС, 2003. - 205 с.
8. Вачков, И.В. Психология тренинговой работы: содержательные, организационные и методические аспекты ведения тренинговой работы / И.В. Вачков – М.: Эксмо, 2007. - 204 с.
9. Вислова, А. Нетерпимость в молодежной среде и способы ее преодоления /А. Вислова // Воспитание школьников. - 2008. - №1. – С. 46-48.
10. Волохов, А.В. Программа деятельности волонтеров детских общественных объединений в системе дополнительного образования / А.В. Волохов, М.Р. Мирошкина, И.И. Фришман. – М.: Перспектива, 2011. – 173 с.
11. Дорогою добра: Методическое пособие по развитию добровольческого движения. – Вологда, 2011. – 87 с.
12. Кобякова Т. Г., Смердов О. А. Первичная профилактика наркозависимости: концепция программы организации и развития подросткового добровольческого движения. М.: 2000.
13. Макеева А. Г. Не допустить беды: Пед. профилактика наркотизма школьников: Пособие для учителя: В помощь образоват. учреждению: «Профилактика злоупотребления психоактивными веществами» / А. Г. Макеева; Под ред. М. М. Безруких. – М.: Просвещение, 2003. С. 159-185.

14.Осипова, И.Л. Личностно-ориентированные способы конструктивной коммуникации с учащимися / И.Л. Осипова // Воспитание школьников. - 2006. - №8. – С.24-27.

15.Циткилов П. Я. Информационно – методические материалы по организации работы с волонтерами / П. Я. Циткилов // Социальная работа. – 2007. - №5. – С. 58-60.

*Приложение № 1*

**Экспресс-диагностика организаторских способностей**

*Инструкция к тесту*

Перед вами 20 вопросов, требующих однозначного ответа «да» или «нет». В бланке ответов необходимо рядом с номером вопроса проставить соответствующий для вас ответ.

### *Тестовый материал*

1. Вам часто удается склонить своих друзей к своей точке зрения?
2. Вы часто попадаете в такие ситуации, когда затрудняетесь в том, как поступить?
3. Доставляет ли вам удовольствие общественная работа?
4. Вы обычно легко отступаете от своих планов и намерений?
5. Вы любите придумывать или организовывать с окружающими игры, соревнования, развлечения?
6. Вы часто откладываете на завтра то, что можно сделать сегодня?
7. Вы обычно стремитесь к тому, чтобы окружающие поступали в соответствии с вашими мнениями или советами?
8. Это верно, что у вас редко бывают конфликты с друзьями, если они нарушают свои обязательства?
9. Вы часто в своем окружении берете на себя инициативу при принятии решения?
10. Это верно, что новая обстановка или новые обстоятельства могут выбить вас на первых порах из привычной колеи?
11. У вас, как правило, возникает чувство досады, когда что-либо из задуманного не получается?
12. Вас раздражает, когда приходится выступать в роли посредника или советчика?
13. Вы обычно активны на собраниях?
14. Это верно, что вы стараетесь избегать ситуаций, когда нужно доказывать свою правоту?
15. Вас раздражают поручения и просьбы?

16. Это верно, что вы стараетесь, как правило, уступать друзьям?
17. Вы обычно охотно берете на себя участие в организации праздников, торжеств?
18. Вас выводит из себя, когда опаздывают?
19. К вам часто обращаются за советом или помощью?
20. У вас в основном получается жить по принципу «дал слово - держи»?

### **Ключ к тесту**

- "Да": 1, 3, 5, 7, 9, 11, 13, 17, 18, 19, 20.
- "Нет": 2, 4, 6, 8, 10, 12, 14, 15, 16.

### **Обработка и интерпретация результатов теста**

Необходимо подсчитать сумму совпадений с ключом. *Коэффициент организаторских способностей* равен дроби, где числитель - сумма совпадений с ключом, умноженная на 100%, а знаменатель - 20.

Критерии для выводов:

- до 40% - уровень организаторских способностей низкий;
- 40-70% - средний;
- свыше 70% - высокий.

### **Источник**

*Экспресс-диагностика организаторских способностей* / Фетискин Н.П., Козлов В.В., Мануйлов Г.М. Социально-психологическая диагностика развития личности и малых групп. - М., 2002. С.272-273.

**Оценка уровня общительности (тест В.Ф. Ряховского).**

**Инструкция:** Вашему вниманию предлагается несколько простых вопросов. Отвечайте быстро, однозначно: «да», «нет», «иногда».

1. Вам предстоит ординарная или деловая встреча. Выбивает ли Вас ее ожидание из колеи?
2. Вызывает ли у Вас смятение и неудовольствие поручение выступить с докладом, сообщением, информацией на каком-либо совещании, собрании или тому подобном мероприятии?
3. Не откладываете ли Вы визит к врачу до последнего момента?
4. Вам предлагают выехать в командировку в город, где Вы никогда не бывали. Приложите ли Вы максимум усилий, чтобы избежать этой командировки?
5. Любите ли Вы делиться своими переживаниями с кем бы то ни было?
6. Раздражаетесь ли Вы, если незнакомый человек на улице обратится к Вам с просьбой (показать дорогу, назвать время, ответить на какой-то вопрос)?
7. Верите ли Вы, что существует проблема "отцов и детей" и что людям разных поколений трудно понимать друг друга?
8. Постесняетесь ли Вы напомнить знакомому, что он забыл Вам вернуть деньги, которые занял несколько месяцев назад?
9. В ресторане либо в столовой Вам подали явно недоброкачественное блюдо. Промолчите ли Вы, лишь рассерженно отодвинув тарелку?
10. Оказавшись один на один с незнакомым человеком, Вы не вступите с ним в беседу и будете тяготиться, если первым заговорит он. Так ли это?
11. Вас приводит в ужас любая длинная очередь, где бы она ни была (в магазине, библиотеке, кассе кинотеатра). Предпочитаете ли Вы отказаться от своего намерения или встанете в хвост и будете томиться в ожидании?
12. Боитесь ли Вы участвовать в какой-либо комиссии по рассмотрению конфликтных ситуаций?

13. У Вас есть собственные сугубо индивидуальные критерии оценки произведений литературы, искусства, культуры и никаких чужих мнений на этот счет Вы не приемлете. Это так?
14. Услышав где-либо в кулуарах высказывание явно ошибочной точки зрения по хорошо известному Вам вопросу, предпочитаете ли Вы промолчать и не вступать в разговор?
15. Вызывает ли у Вас досаду чья-либо просьба помочь разобраться в том или ином служебном вопросе или учебной теме?
16. Охотнее ли Вы излагаете свою точку зрения (мнение, оценку) в письменной форме, чем в устной?

**Ключ к тесту:**

«да» – 2 очка, «иногда» – 1 очко, «нет» – 0 очков.

Полученные очки суммируются.

**30-31 очко.** Вы явно некоммуникабельны, и это Ваша беда, так как больше всего страдаете от этого Вы сами. Но и близким Вам людям нелегко. На Вас трудно положиться в деле, которое требует групповых усилий. Старайтесь быть общительнее, контролируйте себя.

**25-29 очков.** Вы замкнуты, неразговорчивы, предпочитаете одиночество, поэтому у Вас мало друзей. Новая работа и необходимость новых контактов если и не ввергают Вас в панику, то надолго выводят из равновесия. Вы знаете эту особенность своего характера и бываете недовольны собой. Но не ограничивайтесь только таким недовольством – в Вашей власти переломить эти особенности характера. Разве не бывает, что при какой-либо сильной увлеченности Вы приобретаете вдруг полную коммуникабельность? Стоит только встряхнуться.

**19-24 очков.** Вы в известной степени общительны и в незнакомой обстановке чувствуете себя вполне уверенно. Новые проблемы Вас не пугают. И все же с новыми людьми сходитесь с оглядкой, в спорах и диспутах участвуете неохотно. В Ваших высказываниях порой слишком много сарказма, без всякого на то основания. Эти недостатки исправимы.

**14-18 очков.** У вас нормальная коммуникабельность. Вы любознательны, охотно слушаете интересного собеседника, достаточно терпеливы в общении, отстаиваете свою точку зрения без вспыльчивости. Без неприятных переживаний идете на встречу с новыми людьми. В то же время не любите шумных компаний; экстравагантные выходки и многословие вызывают у Вас раздражение.

**9-13 очков.** Вы весьма общительны (порой, быть может, даже сверх меры). Любопытны, разговорчивы, любите высказываться по разным вопросам, что, бывает, вызывает раздражение окружающих. Охотно знакомитесь с новыми



людьми. Любите бывать в центре внимания, никому не отказываете в просьбах, хотя не всегда можете их выполнить. Бывает, вспылите, но быстро отходите. Чего Вам недостает, так это усидчивости, терпения и отваги при столкновении с серьезными проблемами. При желании, однако, Вы можете себя заставить не отступать.

**4-8 очков.** Вы, должно быть, «рубаха-парень». Общительность бьет из Вас ключом. Вы всегда в курсе всех дел. Вы любите принимать участие во всех дискуссиях, хотя серьезные темы могут вызвать у Вас мигрень или даже хандру. Охотно берете слово по любому вопросу, даже если имеете о нем поверхностное представление. Всюду чувствуете себя в своей тарелке. Беретесь за любое дело, хотя не всегда можете успешно довести его до конца. По этой самой причине руководители и коллеги относятся к Вам с некоторой опаской и сомнениями. Задумайтесь над этими фактами.

**3 очка и менее.** Ваша коммуникабельность носит болезненный характер. Вы говорливы, многословны, вмешиваетесь в дела, которые не имеют к Вам никакого отношения. Беретесь судить о проблемах, в которых совершенно не компетентны. Вольно или невольно Вы часто бываете причиной разного рода конфликтов в Вашем окружении. Вспыльчивы, обидчивы, нередко бываете необъективны. Серьезная работа не для Вас. Людям – и на работе, и дома, и вообще повсюду – трудно с Вами. Да, Вам надо поработать над собой и своим характером! Прежде всего воспитывайте в себе терпеливость и сдержанность, уважительно относитесь к людям, наконец, подумайте о своем здоровье – такой стиль жизни не проходит бесследно.

**Методика диагностики мотивации волонтеров**

**Цель:** Исследования положительных и отрицательных факторов, характеризующих групповую мотивацию, ее направленность на достижение успеха и получение положительных результатов деятельности  
Обследование может проводиться как индивидуально, так и в группе.

**Инструкция:** Перед вами анкета, содержащая 25 утверждений (положительных и отрицательных). Просим Вас оценить каждое утверждение, выбрав соответствующий балл (обведите кружком цифру, соответствующую вашим представлениям о степени выраженности в вашем коллективе, группе того или иного фактора).

**ТЕСТ**

№	Преобладающие факторы	Оценка в баллах	Преобладающие Факторы
1.	Высокий уровень сплоченности группы	7 6 5 4 3 2 1	Низкий уровень сплоченности группы
2.	Высокая активность членов группы	7 6 5 4 3 2 1	Низкая активность членов группы
3.	Нормальные межличностные отношения в группе	7 6 5 4 3 2 1	Плохие межличностные отношения в группе
4.	Отсутствие конфликтов в группе	7 6 5 4 3 2 1	Наличие конфликтов в группе
5.	Высокий уровень групповой совместимости	7 6 5 4 3 2 1	Низкий уровень групповой совместимости
6.	Личностное осмысление целей Центра	7 6 5 4 3 2 1	Неприятие работниками целей Центра
7.	Признание авторитета руководителя	7 6 5 4 3 2 1	Члены группы не признают авторитета руководителя
8.	Уважение к компетентности руководителя	7 6 5 4 3 2 1	Члены группы не отдадут должного компетентности

			руководителя
9.	Признание лидерских качеств руководителя	7 6 5 4 3 2 1	Члены группы не признают лидерских качеств руководителя
10.	Наличие доверительных отношений членов группы с руководителем	7 6 5 4 3 2 1	Отсутствие доверительных отношений членов группы с руководителем
11.	Участие членов группы в процессе принятия решений	7 6 5 4 3 2 1	Члены группы не участвуют в обсуждении и принятии решений
12.	Есть условия для выражения творческого потенциала членов группы	7 6 5 4 3 2 1	Нет условий для выражения творческого потенциала членов группы
13.	Стремление принять ответственность членами группы за выполняемую работу	7 6 5 4 3 2 1	Отсутствие стремления у членов группы принимать ответственность за выполняемую работу
14.	Наличие хорошего психологического климата в группе	7 6 5 4 3 2 1	Наличие плохого психологического климата в группе
15.	Высокий уровень контроля за действиями каждого члена группы	7 6 5 4 3 2 1	Низкий уровень контроля за действиями каждого члена группы
16.	Наличие активной жизненной позиции внутри группы	7 6 5 4 3 2 1	Отсутствие активной жизненной позиции внутри группы
17.	Стремление к самореализации у членов группы	7 6 5 4 3 2 1	Отсутствие стремления к самореализации у членов группы
18.	Высокая степень согласованности действий у членов группы	7 6 5 4 3 2 1	Слабая степень согласованности действий у членов группы

19.	Сформированность общегрупповых ценностей	7 6 5 4 3 2 1	Отсутствие общегрупповых ценностей
20.	Отсутствие стрессов внутри группы	7 6 5 4 3 2 1	Наличие стрессов
21.	Желание работать в группе	7 6 5 4 3 2 1	Стремление членов группы работать индивидуально
22.	Положительное отношение руководителя к своим подчиненным	7 6 5 4 3 2 1	Отрицательное отношение руководителя к членам рабочей группы
23.	Положительное отношение членов группы к своему руководителю	7 6 5 4 3 2 1	Отрицательное отношение членов группы к своему руководителю
24.	Принятие нравственных норм поведения внутри группы	7 6 5 4 3 2 1	Отсутствие нравственных норм поведения внутри группы
25.	Умение проявлять самостоятельность в решении поставленных задач членами группы	7 6 5 4 3 2 1	Отсутствие стремления самостоятельно решать поставленные задачи

25-48 баллов – группа отрицательно мотивирована.

49-74 балла - группа слабо мотивирована.

75-125 баллов – группа недостаточно мотивирована на получение положительных результатов.

126-151 балл – группа в достаточной степени мотивирована на достижение успеха в деятельности.

152-175 баллов – группа положительно мотивирована на успех в деятельности.

Автор опросника – В.А.Розанова

Презентация проекта «Я-волонтер»

Эксперт \_\_\_\_\_

ФИО учащегося \_\_\_\_\_

№		
<b><i>1 группа критериев – качество презентации приобретенного опыта деятельности</i></b>		
1.	Учащийся предоставляет исчерпывающую информацию о мероприятиях (делах), в которых он принял участие в качестве волонтера.	
2.	Мероприятия (дела), о которых идет речь в ходе презентации, продуманы, целостны. Их тематика разнообразна и социально ориентирована.	
3.	Все или почти все запланированные мероприятия проведены.	
4.	В ходе подготовки к презентации учащийся использовал и обработал информацию, полученную из различных источников (книги, Интернет, сверстники, собственный опыт, курс лекций).	
<b><i>2 группа критериев - способность к рефлексии, степень самостоятельности.</i></b>		
1.	Учащийся осмысливает собственную деятельность, отмечает успехи, неудачи, ставит перед собой цель и достигает ее. Делает выводы.	
2.	Ребенок дает качественную оценку проделанной работе.	
3.	Проявляет самостоятельность в ходе подготовки, проведения мероприятия (дела), презентации.	
<b><i>3 группа критериев – развитие коммуникативных способностей</i></b>		
1.	Речь учащегося грамотная, логичная.	
2.	Учащийся с легкостью включается в дискуссию по поводу обсуждения приобретенного опыта деятельности.	
3.	Ребенок демонстрирует способность слушать и слышать других.	
4.	Аргументировано отстаивает собственную точку зрения.	
<b><i>4 группа критериев - развитие личностных качеств</i></b>		
1.	Ребенок эффективно взаимодействует в коллективе.	
2.	Владеет технологией и основными этапами саморазвития.	
3.	Спокойно говорит о своих эмоциях и проблемах.	
4.	Дает себе позитивную оценку.	

5.	Демонстрирует способность конструктивно разрешать конфликты.	
----	--	--

Пояснительная записка: Уважаемый эксперт, оцените, пожалуйста, представленное портфолио по 3-бальной шкале, согласно которой высокому уровню присваивается 3 баллов, а самому низкому 1 балл.