

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
«Осиновская гимназия им. С.К. Гиматдинова  
Зеленодольского муниципального района Республики Татарстан»

«Рассмотрено»  
на заседании МО внеурочной  
деятельности  
Протокол № 1 от 29.08.2023 г.  
Руководитель МО  
Г.Р.Гатауллина

«Согласовано»  
Заместитель директора  
гимназии по воспитательной  
работе  
Г.Г.Маматалиева  
29.08.2023 г.

«Утверждаю»  
Директор гимназии  
Г.Р.Сагтарова  
Приказ № 200  
от 29.08.2023 г.



Рабочая программа  
внеурочной деятельности  
основного общего образования  
для обучающихся 5 – 9 классов

Рассмотрено на заседании  
педагогического совета  
Протокол №1 от 29.08.2023 г.

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Рабочая программа «Я - волонтер» предназначена для обучающихся 5 - 9 классов, составлена в соответствии с требованиями ФГОС ООО и реализуется в рамках внеурочной деятельности 1 раз в неделю.

### **Цель программы:**

Формирование позитивных установок учащихся на добровольческую деятельность. Возрождение лучших отечественных традиций благотворительности, воспитание доброты, чуткости, сострадания.

**Задачи:** - воспитание гражданственности, патриотизма, уважения к правам, свободам и обязанностям человека;

- воспитание нравственных чувств и этического сознания;
- воспитание трудолюбия, творческого отношения к учению, труду, жизни;
- формирование жизненных ценностей и развитие поведенческих навыков учащихся;
- формирование здорового образа жизни;
- воспитание ценностного отношения к природе, окружающей среде (экологическое воспитание);
- воспитание ценностного отношения к прекрасному, формирование представлений об эстетических идеалах и ценностях (эстетическое воспитание);
- формирование опыта и навыков для реализации собственных идей и проектов в социальной сфере;
- формирование сплоченного деятельного коллектива волонтеров.

### **Планируемые результаты:**

*Личностные результаты* освоения программы «Я волонтер» должны отражать:

- духовно-нравственные качества, приобретение знаний о принятых в обществе нормах отношения к памятникам культуры, к людям, к окружающему миру;
- уважительное и доброжелательное отношение к другому человеку, его мнению, мировоззрению, культуре;
- готовности и способности вести диалог с другими людьми и достигать в нем взаимопонимания;

- моральное сознание и компетентности в решении моральных проблем на основе личностного выбора, формирование нравственных чувств и нравственного поведения, осознанного и ответственного отношения к собственным поступкам;

- коммуникативные компетентности в общении и сотрудничестве со сверстниками, взрослыми в процессе образовательной, творческой деятельности.

**Метапредметные результаты** освоения программы являются в:

-расширение круга приёмов составления разных типов плана;

- расширение круга структурирования материала;
- умение работать со справочными материалами и Интернет-ресурсами, планировать волонтерскую деятельность;
- обогащение ключевых компетенций (коммуникативных, деятельностных и др.);
- умение организовывать волонтерскую деятельность;
- способности оценивать результаты волонтерской деятельности собственной и одноклассников.

Направления работы:

- духовно-нравственное воспитание – проектная, просветительская деятельность;
- патриотическое и гражданское воспитание – шефство; благоустройство школы и микрорайона;
- здоровьесберегающее – пропаганда ЗОЖ;
- формирование толерантности – организация досуга учащихся

**Критерии оценки волонтерской деятельности учащихся:**

- активность участия;
- умение планировать работу волонтеров; - самостоятельность.

**Предметные результаты:**

**Обучающиеся будут знать:**

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

**Обучающиеся будут уметь:**

- организовывать и проводить различные мероприятия для соответствующих категорий нуждающихся в помощи; - аргументировано отстаивать свою позицию;

- адекватно общаться с учащимися и взрослыми; - издавать агитационную печатную продукцию;
- принимать общечеловеческие ценности.

## Содержание курса

### 5 класс

<i>№ п/п</i>	<i>Тема раздела</i>	<i>Кол-во часов</i>	<i>Характеристика основных видов внеурочной деятельности учащихся</i>
1	Мы – волонтеры!	4	Учащиеся узнают о волонтерском движении в России, знакомятся с правами и обязанностями волонтеров. Анкетирование поможет обучающимся осмыслить требования, предъявляемые к личным качествам волонтера. Участие в тренингах поможет обучающимся осознать свою готовность к участию в волонтерской деятельности, подготовиться к её осуществлению. Ведение дневника волонтеров позволит проследить деятельность учащихся.
2	Участие в акциях	20	Участие в акциях привязано к календарю памятных и знаменательных дат по ЗОЖ. Это позволяет ребенку отслеживать и осмысливать все изменения в окружающей жизни, почувствовать себя сопричастным к происходящему, а значит и равнодушным к миру вокруг. Обучающиеся определяют круг людей, нуждающихся в заботе и внимании - это дети с ограниченными возможностями, пожилые люди. Волонтеры оказывают им адресную помощь, на практике реализуют знания, полученные ими в период подготовки.
3	Пропаганда ЗОЖ	11	Обучающиеся участвуют в спортивных соревнованиях, проводят игры на переменах, зарядки-пятиминутки для учащихся начальной школы (зарядка для осанки, глаз), организуют школьные Недели Здоровья, презентации о правильном питании, готовят выступления на акциях, тем самым пропагандируют ЗОЖ среди сверстников.
	<b>ИТОГО</b>	<b>35</b>	

### 6-7 класс

<i>№ п/п</i>	<i>Тема раздела</i>	<i>Кол-во часов</i>	<i>Характеристика основных видов внеурочной деятельности учащихся</i>
--------------	---------------------	---------------------	---

1	Из истории волонтерского движения в мире и России. Создание волонтерского отряда	9	Учащиеся узнают об истории волонтерского движения в России и за рубежом. Познакомятся с правами и обязанностями волонтеров. Разработают проект положения о волонтерском отряде, определяют миссию волонтерского отряда, продумают направления работы и наметят план работы на год. Составят банк организаций, которые нуждаются в волонтерской помощи. Анкетирование поможет обучающимся осмыслить требования, предъявляемые к личным качествам волонтера.
2	Познаю себя и других (психологическая подготовка волонтеров)	10	Учащиеся познакомятся с психологическими особенностями людей с ограниченными возможностями и пожилых людей. Тренинги, как интерактивные методы обучения позволяют более глубоко осознать истинные мотивы обращения к волонтерской деятельности, развить уже существующие навыки работы с людьми и такие важные для общения качества, как эмпатия (сопереживание другому), конгруэнтность (искренность). Участие в тренингах поможет обучающимся осознать свою готовность к участию в волонтерской деятельности, подготовиться к её осуществлению. Психологическая подготовка способствует развитию личностного потенциала школьников, помогает разрешить собственные психологические проблемы, закрепить полученные теоретические знания,
			формирует коммуникативные способности и готовность терпимо относиться к окружающим людям.
3	Пропаганда ЗОЖ	11	Обучающиеся участвуют в спортивных соревнованиях, проводят игры на переменах, зарядки-пятиминутки для учащихся начальной школы (зарядка для осанки, глаз), организуют школьные Недели Здоровья, презентации о правильном питании, готовят выступления на акциях, тем самым пропагандируют ЗОЖ среди сверстников.
4	Учимся работать с документами	4	Обучающиеся познакомятся с основными правовыми актами и документами, регламентирующими волонтерскую деятельность. Они научатся вести документацию волонтера, создавать различную печатную и видеопродукцию для проведения мероприятий в рамках волонтерской деятельности. Волонтеры научатся оформлять личное портфолио.
	<b>ИТОГО</b>	<b>34</b>	

**8-9 классы**

№ п/п	Тема раздела	Кол-во часов	Характеристика основных видов внеурочной деятельности учащихся
1	Знакомство и командообразование	3	Знакомство участников группы и руководителя, определение целей, задач работы волонтерского отряда. Выработка правил работы в отряде, снятие эмоционального напряжения, самопознание, самораскрытие, сплочение участников отряда, развитие группового взаимодействия.
2	Секреты эффективного общения	9	Познакомить участников с понятием «общение», «сеть контактов», рассмотреть виды общения. Выработка навыков взаимодействия участников, сплочение, развитие коммуникативных навыков.
3	Лидер и команда	4	Знакомство участников с понятием «лидер», основными теориями лидерства, умениями и функциями лидера в группе; выработка навыков взаимодействия участников, сплочение, развитие коммуникативных навыков. Определение уровня развития организаторских и коммуникативных способностей (опросник КОС).
4	Навыки уверенного поведения	8	Познакомить участников с понятием «уверенность» и «ассертивность», их сходствами и отличиями; оценить уровень развития данных качеству каждого участника; отработать навыки уверенности в себе.
			Знакомство участников с понятием «уверенное поведение», компонентами уверенного поведения; выработка навыков уверенного поведения.
5	Искусство самопрезентации	6	Познакомить участников с понятием «самопрезентация», ее формами и алгоритмом; развитие коммуникативных навыков. Познакомить участников с понятием «имидж», его видами, отработать полученные знания на практике; развитие коммуникативных навыков и навыков взаимодействия участников.
6	Стресс и саморегуляция	3	Познакомить участников с понятие «стресс», его стадиями и признаками; развитие коммуникативных навыков и навыков взаимодействия участников. Знакомство участников с методами предупреждения и преодоления стресса, отработка некоторых техник на практике; развитие навыков саморегуляции.

7	Итоговое занятие	1	<p>Оценка качества теоретических знаний, полученных подростками в ходе реализации программы «Я волонтер».</p> <p>Повторение всех тем, которые были пройдены, обсуждение вопросов.</p> <p>Заслушивание мнения каждого участника: что понравилось, что хотелось бы улучшить в работе отряда, какие темы расширить, что не понравилось вовсе.</p> <p>Представление разработок профилактических мероприятий, направленных на пропаганду здорового образа жизни среди сверстников и младших школьников.</p>
	<b>ИТОГО</b>	<b>34</b>	

### **Формы и методы работы:**

- Лекция.
- Беседа.
- Выпуск информационных газет и листовок.
- Конкурсы рисунков, плакатов, мини-сочинений.
- Проведение акций: акции доброты, «Нет терроризму», «Конституция главный закон государства», «Толерантность начинается с меня», «Права и обязанности», «Вежливые слова», акции по пропаганде ЗОЖ и вредных привычек для учащихся школы, экологические акции и другие;
- Оформление стендов, плакатов;
- анкетирование, тестирование;
- игра;
- КТД.

## Тематическое планирование

### 5 класс

№ п/п	<i>Наименование разделов, тем</i>	<i>Кол-во часов</i>
	<b>Мы – волонтеры!</b>	<b>4</b>
1	Волонтерское движение. Первый сбор «Эстафета добрых дел»: составление плана работы	1
2	Организационное заседание волонтерской команды. Распределение поручений. Разработка Законов отряда, эмблемы отряда	1
3	Права и обязанности волонтера	1
4	Анкетирование "Ты хочешь стать волонтером?"	1
	<b>Участие в акциях</b>	<b>23</b>
5	Акция «Твори добро» ко Дню учителя, Дню уважения старшего поколения (изготовление праздничных открыток, поделок для учителей и людей пожилого возраста)	1
6-11	Участие волонтеров в Единых днях	6
12	Акция «Пожилой человек – это мудрости клад»	1
13	Участие в акции «Всемирный день чистых рук» (15 октября)	1
14	Участие в акции по сбору макулатуры	1
15	Экологическая акция «Помоги птице зимой»	1
16	Всемирный день доброты. «Наши добрые дела» (13 ноября)	1
17-18	Изготовление поздравительных открыток, подарков ко Дню матери, Дню инвалида	2
19-20	Проведение благотворительной акции «Добрые крышечки»	2
21-23	Изготовление новогодних украшений для оформления здания школы	3
24	Изготовление праздничных открыток с Днём защитника Отечества, поздравление ветеранов, тружеников тыла	1
25	Изготовление праздничных открыток ко Дню 8 Марта, поздравление ветеранов педагогического труда, тружеников тыла	1
26-27	Участие в Общероссийской добровольческой акции «Весенняя неделя добра»	2
28	Участие в возложении цветов к памятнику Солдату, в шествии «Бессмертный полк»	1
	<b>Пропаганда ЗОЖ</b>	<b>7</b>
29	Организация и проведение игры «Полезные и вредные привычки»	1
30	Участие в школьном этапе олимпиады «Здоровое поколение»	1
31	Организация и проведение спортивной эстафеты в 1-4 классах	1
32-33	Дни здоровья	2
34	Всемирный день без табака	1
	<b>ИТОГО</b>	<b>34</b>



**6-7 класс**

<b>№ п/п</b>	<b>Наименование разделов, тем</b>	<b>Кол-во часов</b>
	<b>Из истории волонтерского движения в мире и России.</b>	<b>3</b>
1	Первый сбор «Эстафета добрых дел»: составление плана работы. Права и обязанности волонтера.	1
2	Организационное заседание волонтерской команды. Распределение Поручений.	1
3	Анкетирование "Ты хочешь стать волонтером?"	1
	<b>Познаю себя и других (психологическая подготовка волонтеров)</b>	<b>4</b>
4	Вербальное общение. Техника запоминания имен. Техника «Я - высказывания» и техника постановки вопросов.	1
5	Невербальное общение. Пространственные условия общения. Барьеры общения.	1
6	Правила говорения. Техники активного слушания	1
7	Стили и стратегии поведения в конфликтных ситуациях.	1
	<b>Пропаганда ЗОЖ</b>	<b>8</b>
8	Организация и проведение игры «Полезные и вредные привычки»	1
9	Акция, посвященная Международному дню отказа от курения	1
10	Подготовка и проведение спортивных соревнований «Выше, быстрее, сильнее!» для учеников 5-7 классов	1
11-13	Дни здоровья	3
14	Всемирный день без табака	1
15	Акция «Летний лагерь – территория здоровья	1
	<b>Участие в акциях</b>	<b>16</b>
16	Акция «Твори добро» ко Дню учителя	1
17-22	Участие волонтеров в Единых днях	6
23	Акция «Пожилой человек – это мудрости клад»	1
24	Участие в акции по сбору макулатуры	1
25	Экологическая акция «Помоги птице зимой»	1
26	Всемирный день доброты. «Наши добрые дела» (13 ноября)	1
27	Проведение благотворительной акции «Добрые крышечки»	1
28-29	Изготовление новогодних украшений для оформления здания школы	2
30	Участие в Общероссийской добровольческой акции «Весенняя неделя добра»	1
31	Участие в возложении цветов к памятнику Солдату, в шествии «Бессмертный полк»	1
	<b>Учимся работать с документами</b>	<b>3</b>
32	Знакомство с нормативными документами, регламентирующие волонтерскую деятельность	1
33	Дневник волонтера. Могу ли я быть волонтером? (анкетирование)	1
34	Итоговое занятие «Эстафета добрых дел»	1
	<b>ИТОГО</b>	<b>34</b>

## 8-9 класс

№	Наименование разделов, тем	Кол-во часов
	<b>Командообразование</b>	<b>1</b>
1	Мы – команда	1
	<b>Секреты эффективного общения</b>	<b>6</b>
2	Общение и сеть контактов	1
3	Вербальное общение. Техника запоминания имен. Техника «Явысказывания» и техника постановки вопросов.	1
4	Невербальное общение	1
5	Барьеры общения.	1
6	Правила говорения. Техники активного слушания	1
	<b>Лидер и команда</b>	<b>4</b>
7	Лидер. Функции и умения	1
8	Лидерство и руководство в малой группе. Модель развития группы	1
9	Команда. Командные роли	1
10	Метод взаимодействия	1

	<b>Навыки уверенного поведения</b>	<b>5</b>
11	Уверенность и асертивность. Уверенное поведение	1
12	Бесконфликтное общение. Правила и техники	1
13	Стили и стратегии поведения в конфликтных ситуациях	1
14	Техники просьбы. Техники убеждения.	1
15	Техники отказа собеседнику.	1
	<b>Участие в акциях</b>	<b>12</b>
16	Акция «Твори добро» ко Дню учителя	1
17-20	Участие волонтеров в Единых днях	4
21	Акция «Пожилой человек – это мудрости клад»	1
22	Участие в акции по сбору макулатуры	1
23	Всемирный день доброты. «Наши добрые дела» (13 ноября)	1
24	Проведение благотворительной акции «Добрые крышечки»	1
25	Изготовление новогодних украшений для оформления здания школы	1
26	Участие в Общероссийской добровольческой акции «Весенняя неделя добра»	1
27	Участие в возложении цветов к памятнику Солдату, в шествии «Бессмертный полк»	1
	<b>Искусство самопрезентации</b>	<b>3</b>
28	Навыки самопрезентации. Имидж волонтера	1
29	Структура публичного выступления. Ошибки публичных выступлений.	1
30	Пространственные условия общения	1

31	Эффективная деловая коммуникация	1
	<b>Стресс и саморегуляция</b>	<b>2</b>
32	Психофизиология стресса	1
33	Методы борьбы со стрессом	1
<b>34</b>	<b>Итоговое занятие</b>	<b>1</b>
	<b>ИТОГО:</b>	<b>34</b>

