

Муниципальное казенное общеобразовательное учреждение  
«Пичугинская основная общеобразовательная школа»

«Рассмотрено»

На заседании педсовета  
Протокол №1  
от «29» августа 2024 года

«Согласовано»

Заместитель директора по УВР  
\_\_\_\_\_ Петрова Е.В.  
28 августа 2024 года

«Утверждаю»

Директор школы  
\_\_\_\_\_ Петров А.Я.  
29 августа 2024 года пр №100/1

Дополнительная общеобразовательная  
(общеразвивающая) программа  
*социально-гуманитарной направленности*

**«Твоя параллель»**

(базовый уровень)

Возраст обучающихся: 12-18 лет

Срок реализации: 1 год

Автор составитель: Степанова М.В.

педагог дополнительного образования

с. Пичугино, 2024 г.

## Паспорт программы

Фамилия автора-составителя программы	М.В. Степанова
Учреждение	МКОУ «Пичугинская ООШ»
Наименование программы	«Твоя параллель»
Детское объединение	«#спасеммир»
Тип образовательной программы	Дополнительная общеобразовательная (общеразвивающая) программа
Направленность программы	Социально-гуманитарная
Образовательная область	Волонтерство
Вид программы	Модифицированная
Возраст учащихся	12-18 лет
Срок обучения	1 год
Объем часов по годам обучения	36
Уровень усвоения программы	Базовый
Цель программы:	Формирование нравственных и коммуникативных качеств личности, активной жизненной и гражданской позиции, способствующей самоопределению и самореализации личности ребенка через участие его в волонтерском движении
С какого года реализуется программа	С 2024 года

## Содержание

<b>ПАСПОРТ</b> программы.....	стр.2
<b>1. «КОМПЛЕКС ОСНОВНЫХ ХАРАКТЕРИСТИК ПРОГРАММЫ »</b>	
1.1 Пояснительная записка.....	стр.4-7
1.2 Цель и задачи программы.....	стр.7
1.3 Планируемые результаты .....	стр.7-8
1.4. Учебно-тематический план.....	стр.9
1.5. Содержание .....	стр. 9-14
1.6. Тематическое планирование .....	стр.
<b>2.«КОМПЛЕКС ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИХ УСЛОВИЙ».....</b>	
Условия реализации программы.....	стр.14
2.1. Условия реализации программы.....	стр.14
Формы аттестации \ контроля .....	стр.14
2.3.Оценочные материалы .....	стр.14-15
2.4.Методические материалы .....	стр.15-17
2.5.Список литературы(для педагогов и учащихся).....	стр. 17
3. Приложения.....	стр.18-20
Аннотация.....	стр.21-22

## Раздел №1 Комплекс основных характеристик программы

### 1.1. Пояснительная записка

Программа «Твоя параллель» составлена в соответствии с основными нормативными документами, положенными в основу общеразвивающей. В настоящее время содержание, роль, назначение и условия реализации программ дополнительного образования закреплены в следующих нормативных документах:

- Федеральный Закон «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 № 273-ФЗ
  - Концепция развития дополнительного образования детей (Утверждена распоряжением Правительства РФ от 4. 09. 2014 г. № 1726-р).
  - Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 09.11.2018 г. № 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам».
  - Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей (утверждено постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 04.07.2014 № 41)<sup>1</sup>. Сан Пин 2.4.4.3172-14 устанавливают требования к организации образовательного процесса.
  - Профессиональный стандарт «Педагог дополнительного образования детей и взрослых»<sup>2</sup> (Приказ Минтруда и соц. защиты РФ от 8.09.2015 № 613 н).
  - Концепция развития системы дополнительного образования детей и молодежи в Курганской области от 17.06. 2015 г.
  - Методические рекомендации по разработке дополнительных общеобразовательных (общеразвивающих) программ, ИРОСТ г. Курган, 2017г.
  - Конституция РФ;
  - Конвенция ООН о правах ребёнка;
- 
- Целевая программа Курганской области «Развитие образования и реализация государственной молодежной политики в Курганской области на 2011-2015годы»;
  - Устав МКОУ «Пичугинская ООШ»

## **Направленность программы.**

Программа имеет социально-гуманитарную направленность и предназначена на развитие активной жизненной и гражданской позиции.

## **Актуальность программы.**

Стремительные политические, социально-экономические изменения, происходящие сегодня в обществе, диктуют новые требования как к организации самого учебно-воспитательного процесса, так и к содержанию образования. В период стремительной глобализации и информатизации жизненного пространства подросток каждый день должен делать выбор, противостоять соблазнам жизни, сохранить здоровье и отстоять свою жизненную позицию, основанную на знании и собственном приобретённом опыте.

Одной из главных задач, согласно программе, является формирование у детей активной жизненной и гражданской позиции, основанной на готовности к участию в общественно-политической жизни страны и государственной деятельности.

Целью развития системы профилактики асоциального поведения и детской безнадзорности является усиление сопротивляемости личности негативным влияниям среды. Важнейшей задачей названо 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 учащихся и изменившаяся социально-экономическая обстановка в стране, требовало появления новых подходов и методов активизации подростков. Именно поэтому появления новых форм вовлечения подростков в социальную активность, призвано способствовать формированию и совершенствованию политической и социальной компетентности подрастающего поколения. Волонтерское движение может стать одной из таких форм работы. 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. Волонтерское движение сейчас развивается довольно бурно. И одна из основных причин этого – добровольность и свобода выбора. Добровольно выбранная социально значимая деятельность неизмеримо выше для личности подростка

навязанной извне. К тому же, формирование компетентности возможно только в единстве с ценностями человека, т.е. при глубокой личной заинтересованности человека в данном виде деятельности. Миссия нашего волонтерского отряда – внести вклад в физическое и нравственное оздоровление общества, сделать жизнь окружающих светлее и ярче. Мы понимаем, что невозможно заставить человека жить здоровой и гармоничной жизнью, если он этого не хочет. Но мы можем помочь ему осознать ответственность за свою жизнь и поставить его в ситуацию свободного выбора. Иначе говоря, сформировать его социальную компетенцию. 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. По принципу “равный - равному” волонтеры будут передавать сверстникам информацию на днях профилактики, в выступлениях на сцене, на занятиях с элементами тренинга, в ролевых и интерактивных играх. Обучая других, будут обучаться сами. Работа в волонтерском отряде поможет ребятам поменяться внутренне, и даже внешне. Сам подросток обретет самоуважение, станет уверенным и в то же время научится проявлять толерантность и уважение к окружающим.

### **Отличительные особенности программы:**

Развитие молодежного добровольческого движения входит в число приоритетных направлений государственной молодежной политики. Добровольчество является одним из эффективных способов получения молодежью новых знаний, развитию навыков общественной деятельности, формированию нравственных ценностей, активной гражданской позиции.

### **Адресат программы:**

**Возраст учащихся** 12-18 лет.

### **Объем и срок освоения программы**

Программа рассчитана на 1 год

Годовая нагрузка – 36 часов

Недельная нагрузка -1 часа. Продолжительность занятия - 40 минут.

Занятия проводятся 1 раз в неделю 1 занятия по 40 минут.

## **Форма обучения и виды занятий**

**Форма обучения** - групповая

### **Виды занятий:**

Акции

Лекционные занятия

Экскурсии

Игровые

Практические занятия

Тренинги и т.д.

## **Цели и задачи программы**

### **Цель программы:**

Формирование нравственных и коммуникативных качеств личности, активной жизненной и гражданской позиции, способствующей самоопределению и самореализации личности ребенка через участие его в волонтерском движении.

### **Задачи программы:**

#### **Обучающие:**

- обучать психологическим знаниям и умениям, позволяющим обучающимся лучше понимать себя;
- познакомить с интерактивными методами обучения, современными социальными технологиями;
- обучить методикам проведения досуговых мероприятий творческой и спортивной направленности;
- познакомить с технологией социальной акции и технологий проведения социальных дел;
- обучить основам работы с различными видами информации.

#### **Воспитывающие:**

- воспитывать толерантные качества личности, милосердия, доброты, отзывчивости;
- способствовать формированию у обучающихся высоких нравственных, морально — психологических качеств, составляющих основу их патриотизма и гражданственности, чувства долга;
- способствовать формированию уважительного отношения к ветеранам, старшему поколению;
- способствовать формированию потребности в ведении здорового образа жизни, сохранении и укреплении здоровья, формирование ответственной, здоровой, общественно-активной личности;

- воспитывать потребности в добровольческой деятельности, формирование отношения к социальному служению как к норме жизни;
- содействовать развитию системы совместной деятельности детей и взрослых;
- способствовать формированию у детей личностной ответственности за выполняемую работу.

### **Развивающие:**

- способствовать формированию первичных организаторских умений и навыков;
- способствовать развитию уверенности в себе, умений обмениваться информацией, дискутировать и защищать свою точку зрения, выступать на публике, навыка разработки и реализации социальных проектов;
- способствовать развитию умений представлять материал с помощью средств мультимедийных презентаций;
- способствовать развитию коммуникативных качеств, умений работать в команде;
- способствовать формированию активной жизненной позиции и стремления заниматься волонтерской (добровольческой) работой;
- способствовать формированию сплоченного детского коллектива;

### **Планируемые результаты**

#### **Предметные результаты:**

- обучение психологическим знаниям и умениям, позволяющим подросткам лучше понимать себя;
- обучение методикам проведения некоторых досуговых форм;
- знакомство с технологией социальной акции и проведения социальных дел;
- обучение основам работы с различными видами информации;
- знакомство с интерактивными методами обучения, современными социальными технологиями;
- обучение методике социального проектирования;
- расширение навыков работы с информацией;
- специальная подготовка волонтеров по работе с людьми различных социальных категорий (дети с ограниченными возможностями здоровья, подростки девиантного поведения).

#### **Метапредметные результаты:**

- формирование первичных организаторских умений и навыков;
- развитие коммуникативных качеств, умения работать в команде.
- развитие уверенности в себе;
- дальнейшее формирование организаторских умений и навыков, развитие лидерских качеств;
- расширение опыта общения, развитие навыков взаимодействия с людьми различных социальных категорий
- развитие рефлексивных умений, навыков самоанализа и самооценки своей деятельности.



## Учебно-тематический план

№	Тема, дата занятия	Количество часов			Формы организации занятий	Формы аттестации (контроля)
		Общ	Теор	Практ		
1.	Вводное занятие	1	1	-	Знакомство с детьми. Правила техники безопасности на занятиях.	Наблюдение, беседа
2.	Ввод в группу новых членов. Распределение ролей внутри группы	4	1	3	Осуществляется установление благоприятного психологического климата в группе. Распределение ролей внутри группы. Используется тренинг по формированию волонтерской группы «Составление первоначального портрета группы», игра «Ласковое имя», «Снежный ком».	Наблюдение, беседа, игра
3.	Тревожность как показатель неблагополучия личностного роста.	5	2	3	Общее понятие тревожности, особенности и проблемы тревожности. Проводятся профилактические игры «Доброе животное», «Хлопки», «Скала». Подготовить и провести тренинг по коррекции тревожности.	Наблюдение, беседа, игры
4.	Конфликт и компромисс.	3	1	2	Конфликты и их форма. Понятие компромисса.	Наблюдение, беседа
5.	Лидерство в волонтерском объединении	5	2	3	Рассмотрение понятия - лидер. Типы лидеров: деловой и соц-эмоциональный лидер. Рефлексия. Понятие. Рефлексия дня. Рефлексия своего состояния. Рефлексия себя. Вопросы для рефлексии.	Беседа

<b>6.</b>	Специальная подготовка волонтеров	<b>6</b>	<b>2</b>	<b>4</b>	Подростковый возраст и его особенности. Границы подросткового возраста. Новообразования возраста, «Я» подростка.	Беседа,
<b>7.</b>	Стрессы в жизни человека. Способы борьбы со стрессом	<b>3</b>	<b>1</b>	<b>2</b>	Понятие «стресс». Стрессогенные ситуации. Способы борьбы со стрессом. Обида. Как справиться с плохим настроением. Анкетирование «Ваше внутреннее состояние». Обработка результатов. Проводится тренинг «Монолог с двойником» с применением элементов психодрамы. Членами группы осуществляется подготовленный заранее тренинг хорошего настроения «Мимическая маска», в который включаются профилактические занятия - «Я в лучах солнца», «Оставь автограф», «В чем моя сила», «Мои достоинства», Мимическая маска»	Анкетирование Тренинг
<b>8.</b>	Роль семьи в жизни человека. К чему ведет родительская беспечность	<b>4</b>	<b>2</b>	<b>2</b>	Семья – святыня очага, семья – ячейка общества. Особенности семейного воспитания. К чему ведет родительская беспечность. Работа с родителями. Помощь детям, родители которых зависимы от наркомании и алкоголизма. Членами группы проводится анкетирование приглашенных детей по методике Рогова «Родительский авторитет в глазах ребенка». Обработка результатов. Рисуночный тест «Семья», обработка результатов.	Наблюдение, беседа, помощь в выполнении упражнений

9.	Психология жизненного успеха.	3	1	2	<p>Идет формирование ненавязчивого сознания и поведения подростков в условиях духовного возмужания.</p> <p>Обсуждение понятия «Цена жизни».</p> <p>Подготовка сочинений «Твоя жизненная позиция».</p> <p>Проводится практическое занятие по алгоритму всероссийского учебно-методического курса «Мой выбор».</p>	Проводится практическое занятие по алгоритму всероссийского учебно-методического курса «Мой выбор».
10	Получение обратной связи. Релаксация.	2	1	1	<p>Дается понятие «релаксация».</p> <p>Практикуется экспериментирование с применением аутотренинга «Я режиссер», «Распределение ролей дело серьезное», «Мое внутреннее состояние – в моих руках».</p> <p>Подготовка тезисов для листовок. Внеклассное мероприятие «Молодежь говорит «Нет»!». «Давайте задумаемся..».</p> <p>Анализ сопротивления. Дается напутствие членам группы, проводится подведение итогов работы за год.</p>	Наблюдение, беседа, помощь в выполнении упражнений

## Календарный учебный график

Этапы образовательного процесса	1 год	
Всего часов по программе	36 часа	
	теория	практика
	14	22
Продолжительность учебного процесса	36 недель	
Начало учебного года	02.09.2024	
Первое полугодие	02.09.2024-28.12.2023-16уч.недель	
Промежуточная аттестация	Декабрь 2024	
Второе полугодие	09.01-31.05.2025	
Итоговая аттестация	Май 2025	

### Содержание программы

#### 1. Вводное занятие (1 час)

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

#### 2. Распределение ролей внутри группы (4 часов)

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

Распределение ролей внутри группы. Проводится социологический опрос, анкета «Ваше отношение к молодежно добровольческому движению пропагандистов ЗОЖ».

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

#### 3. Тревожность как показатель неблагополучия личностного роста (5 часов)

Общее понятие тревожности, особенности и проблемы тревожности. Рассматриваются основные причины возникновения и проявления тревожности.

Проводится коррекция и урегулирование эмоционального состояния.

Применяется проективная методика «Несуществующее животное»(рисунок).

Проводятся профилактические игры «Доброе животное», «Хлопки», «Скала».

Подготовить и провести тренинг по коррекции тревожности.

#### **4. Конфликт и компромисс (3 часов).**

Конфликты и их форма.

Понятие компромисса. Компромиссное поведение, его причины и границы.

Применяются профилактические упражнения «Говорим гадости».

Проводятся тренинги «Узкий мост», «Тренировка эмоциональной устойчивости». Анализ тренинга.

Подбираются, прорабатываются конфликтные ситуации и выход из них.

Разрабатывается ситуация достижения компромисса

#### **5. Лидерство в волонтерском объединении (5 часов).**

Рассмотрение понятия - лидер. Типы лидеров: деловой и социо-эмоциональный лидер. Стили лидерства. Лидерские способности.

Диагностика лидерских способностей.

Неформальное и формальное лидерство.

Рефлексия. Понятие. Рефлексия дня. Рефлексия своего состояния.

Рефлексия себя. Вопросы для рефлексии.

Организация коллективных творческих дел, ролевых игр.

#### **6. Специальная подготовка волонтеров (6 часов).**

Подростковый возраст и его особенности. Границы подросткового возраста.

Особенности физического и психического развития, эмоций.

Новообразования возраста, «Я» подростка, формирование мировоззрения, подростковые реакции на действительность. Технология общения и работы с людьми с ограниченными возможностями здоровья. Технология общения и работы с пожилыми людьми. Сбор информации о людях, организациях по взаимодействию. Вовлечение новых участников.

Планирование акций, адресных добрых дел. Помощь ветеранам и пожилым людям. Трудовая помощь пожилым людям. Организация встреч с ветеранами.

Проведение игровых программ, мастер классов. Проведение мастер-классов, игровых программ для подростков «группы риска».

#### **7. Стрессы в жизни человека (3 часов).**

Понятие «стресс». Стрессогенные ситуации. Способы борьбы со стрессом. Обида.

Как справиться с плохим настроением. Анкетирование «Ваше внутреннее состояние». Обработка результатов.

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

#### **8. Роль семьи в жизни человека (4 часов).**

Семья - святыня очага, семья - ячейка общества. Особенности семейного воспитания.

К чему ведет родительская беспечность. Работа с родителями.

Помощь детям, родители которых зависимы от наркомании и алкоголизма. Членами группы проводится анкетирование приглашенных детей по методике Рогова «Родительский авторитет в глазах ребенка». Обработка результатов. Рисуночный тест «Семья», обработка результатов.

#### **9. Психология жизненного успеха (3 часов).**

Идет формирование ненавязчивого сознания и поведения подростков в условиях духовного возмужания.

Обсуждение понятия «Цена жизни». Подготовка сочинений «Твоя жизненная позиция».

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

#### **10. Получение обратной связи. Релаксация (2 часа).**

Дается понятие «релаксация».

Практикуется экспериментирование с применением аутотренинга «Я режиссер», «Распределение ролей дело серьезное», «Мое внутреннее состояние – в моих руках».

Подготовка тезисов для листовок. Внеклассное мероприятие «Молодежь говорит «Нет!»». «Давайте задумаемся..». Анализ сопротивления.

Дается напутствие членам группы, проводится подведение итогов работы за год.

## ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

№	Тема, дата занятия	Количество часов			Формы организации занятий	Формы аттестации (контроля)
		Общ	Теор	Практ		
1.	Вводное занятие	1	1	-	Знакомство с детьми. Правила техники безопасности на занятиях.	Наблюдение, беседа
2.	Ввод в группу новых членов. Распределение ролей внутри группы	4	1	3	Осуществляется установление благоприятного психологического климата в группе. Распределение ролей внутри группы. Используется тренинг по формированию волонтерской группы «Составление первоначального портрета группы», игра «Ласковое имя», «Снежный ком».	Наблюдение, беседа, игра
3.	Тревожность как показатель неблагополучия личностного роста.	5	2	3	Общее понятие тревожности, особенности и проблемы тревожности. Проводятся профилактические игры «Доброе животное», «Хлопки», «Скала». Подготовить и провести тренинг по коррекции тревожности.	Наблюдение, беседа, игры
4.	Конфликт и компромисс.	3	1	2	Конфликты и их форма. Понятие компромисса.	Наблюдение, беседа
5.	Лидерство в волонтерском объединении	5	2	3	Рассмотрение понятия - лидер. Типы лидеров: деловой и социальный лидер. Рефлексия. Понятие. Рефлексия дня. Рефлексия своего состояния. Рефлексия себя. Вопросы для рефлексии.	Беседа

<b>6.</b>	Специальная подготовка волонтеров	<b>6</b>	<b>2</b>	<b>4</b>	Подростковый возраст и его особенности. Границы подросткового возраста. Новообразования возраста, «Я» подростка.	Беседа,
<b>7.</b>	Стрессы в жизни человека. Способы борьбы со стрессом	<b>3</b>	<b>1</b>	<b>2</b>	Понятие «стресс». Стрессогенные ситуации. Способы борьбы со стрессом. Обида. Как справиться с плохим настроением. Анкетирование «Ваше внутреннее состояние». Обработка результатов. Проводится тренинг «Монолог с двойником» с применением элементов психодрамы. Членами группы осуществляется подготовленный заранее тренинг хорошего настроения «Мимическая маска», в который включаются профилактические занятия - «Я в лучах солнца», «Оставь автограф», «В чем моя сила», «Мои достоинства», Мимическая маска»	Анкетирование Тренинг
<b>8.</b>	Роль семьи в жизни человека. К чему ведет родительская беспечность	<b>4</b>	<b>2</b>	<b>2</b>	Семья – святыня очага, семья – ячейка общества. Особенности семейного воспитания. К чему ведет родительская беспечность. Работа с родителями. Помощь детям, родители которых зависимы от наркомании и алкоголизма. Членами группы проводится анкетирование приглашенных детей по методике Рогова «Родительский авторитет в глазах ребенка». Обработка результатов. Рисуночный тест «Семья», обработка результатов.	Наблюдение, беседа, помощь в выполнении упражнений



9.	Психология жизненного успеха.	3	1	2	<p>Идет формирование ненавязчивого сознания и поведения подростков в условиях духовного возмужания.</p> <p>Обсуждение понятия «Цена жизни».</p> <p>Подготовка сочинений «Твоя жизненная позиция».</p> <p>Проводится практическое занятие по алгоритму всероссийского учебно-методического курса «Мой выбор».</p>	Проводится практическое занятие по алгоритму всероссийского учебно-методического курса «Мой выбор».
10	Получение обратной связи. Релаксация.	2	1	1	<p>Дается понятие «релаксация».</p> <p>Практикуется экспериментирование с применением аутотренинга «Я режиссер», «Распределение ролей дело серьезное», «Мое внутреннее состояние – в моих руках».</p> <p>Подготовка тезисов для листовок. Внеклассное мероприятие «Молодежь говорит «Нет»!». «Давайте задумаемся..».</p> <p>Анализ сопротивления. Дается напутствие членам группы, проводится подведение итогов работы за год.</p>	Наблюдение, беседа, помощь в выполнении упражнений

## 2. Комплекс организационно-педагогических условий

### 2.1. Условия реализации программы

Для успешной реализации программы требуется материально-

### **техническое обеспечение:**

- учебный кабинет, оборудованный компьютером, принтером, ламинатором, демонстрационной доской, стеллажами для хранения литературы, наглядных пособий, видеопроектор, музыкальной аппаратурой.
- комплект инструментов: канцелярские принадлежности, кодексы и памятка волонтера, социальные видеоролики по пропаганде ЗОЖ, терпимости к пожилым людям, людям с ограниченными возможностями здоровья, презентации «Добровольческие организации России», «Толерантность», личная книжка волонтера.

### **Оценочные материалы**

Тесты, анкеты.

### **Методические материалы**

В работе используются все виды деятельности, развивающие личность: игра, труд, познание, умение, общение, творчество.

Необходимо учитывать основные черты коллективной деятельности: разделение труда, кооперацию детей, взаимозависимость, сотрудничество детей и взрослых.

### **Материально-техническое сопровождение**

- Дидактические и наглядные пособия;
- современные средства ТСО;
- методическая литература;
- видео и аудиозаписи.

Содержание мониторинга тесно связано с образовательной программой обучения и воспитания детей.

1. Мониторинг образовательного процесса и оценки интегрированных качеств по диагностической программе.

2. Публичный отчет о результатах реализации программы на ММО и педсовете ДОУ.

## Список литературы

### Литература для педагога:

1. Арсеньева Т.Н., Виноградова Н.В., Пелевина И.М., Соколов А.А. Инновационные проекты системной поддержки молодежного добровольчества. – СПб. - Тверь, 2009.
2. Зайцева М.И. Проект «Подросток и толерантность» // Справочник классного руководителя.- 2007.- №1.- С. 10-18.
3. Абабков В. А., Перре М. Адаптация к стрессу.- СПб., 2004.
4. Здоровье. Учебно-методическое пособие для учителей 1-11 классов/Под ред. В.Н. Касаткина, Л. А. Щеплягиной М., 2001.-435с.
5. Холина О.И. Волонтерство как социальный феномен современного российского общества // Теория и практика общественного развития. – 2011. – № 8. – С. 71-73.
6. Колбанов В.В. Валеологический практикум: Учебное пособие для педагогов. СПб.: СПбАППО, 2005. 198
7. Митева И. Ю. Курс управления стрессом.- М., 2005
8. Обухова Л.А., Лемяскина Н.А. Тридцать уроков здоровья. – М.: Сфера, 2003.
9. Методические материалы по теме «Волонтеры: мотивация. Результаты социологического исследования. - СПб., 2003. - 22 с. - (Сборник методических материалов). – Отдел обучения в странах СНГ, С.-Петербург.
10. «Правильный выбор»: Программа формирования у старших подростков социальных установок на здоровый образ жизни /Составители: С.М. 40 Чечельницкая, А.А. Михеева, Д.А. Шалаева, Ю.В. Величкина. М.: Фонд «Центр социального развития и информации», 2005.112с.
11. Смирнов Н. К. Здоровьесберегающие образовательные технологии и психология здоровья в школе/Н. К.Смирнов. - М. АРКТИ,2003.-270с.
12. Кулинич Г.Г. Вредные привычки. Профилактика зависимостей. - М, 2008.
13. Социальное служение (участие молодёжи в общественно полезной деятельности) Авт. Тетерский С. В., Решетников О. В. – Нижний Новгород, изд-во технологии», 2009. – 146 с.
14. Тетерский С. В., Ромашина Ю. В., Симонович В. Л. Я в команде. (Методика подготовки волонтеров «Равный – равному»): Методические рекомендации. – Нижний Новгород: Изд-во технологии», 2009. – 80 с.
15. Физкультурно-оздоровительные занятия для 9-11 классов школ, гимназий, лицеев: Нетрадиционные методы индивидуального оздоровления на уроках. - Казань, 2003.

## **Интернет – ресурсы**

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

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

## **Литература для обучающихся**

1. Беттельгейм Бруно. Любим ли Я?

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

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

*Тест «Диагностика лидерских способностей» (Е.Жариков,  
Е.Крушельницкий)*

Представленная методика позволяет оценить способность человека быть лидером. Инструкция к тесту: Вам предлагается 50 высказываний, на которые требуется дать ответ «да» или «нет». Среднего значения в ответах не предусмотрено. Долго не задумывайтесь над высказываниями. Если сомневаетесь, все-таки сделайте отметку на «+» или «-» («а» или «б») в пользу того альтернативного ответа, к которому вы больше всего склоняетесь.

Тестовый материал:

1. Часто ли вы бываете в центре внимания окружающих? а. да; б. нет.
2. Считаете ли вы, что многие из окружающих вас людей занимают более высокое положение по службе, чем вы? а. да; б. нет.<sup>23</sup>
3. Находясь на собрании людей, равных вам по служебному положению, испытываете ли вы желание не высказывать своего мнения, даже когда это необходимо? а. да; б. нет.
4. Когда вы были ребенком, нравилось ли вам быть лидером среди сверстников? а. да; б. нет.
5. Испытываете ли вы удовольствие, когда вам удастся убедить кого-то в чем-либо? а. да; б. нет.
6. Случается ли, что вас называют нерешительным человеком? а. да; б. нет.
7. Согласны ли вы с утверждением: «Все самое полезное в мире есть результат деятельности небольшого числа выдающихся людей»? а. да; б. нет.
8. Испытываете ли вы настоятельную необходимость в советчике, который мог бы направить вашу профессиональную активность? а. да; б. нет.
9. Теряли ли вы иногда хладнокровие в разговоре с людьми? а. да; б. нет.

10. Доставляет ли вам удовольствие видеть, что окружающие побаиваются вас? а. да; 45 б. нет.
11. Стараетесь ли вы занимать за столом (на собрании, в компании и т. п.) такое место, которое позволяло бы вам быть в центре внимания и контролировать ситуацию? а. да; б. нет.
12. Считаете ли вы, что производите на людей внушительное (импозантное) впечатление? а. да; б. нет.
13. Считаете ли вы себя мечтателем? а. да; б. нет.
14. Теряетесь ли вы, если люди, окружающие вас, выражают несогласие с вами? а. да; б. нет.
15. Случалось ли вам по личной инициативе заниматься организацией трудовых, спортивных и других команд и коллективов? а. да; б. нет.
16. Если то, что вы наметили, не дало ожидаемых результатов, то вы: а. будете рады, если ответственность за это дело возложат на кого-нибудь другого; б. возьмете на себя ответственность и сами доведете дело до конца.
17. Какое из двух мнений вам ближе? а. настоящий руководитель должен сам делать то дело, которым он руководит, и лично участвовать в нем; б. настоящий руководитель должен только уметь руководить другими и не обязательно делать дело сам.
18. С кем вы предпочитаете работать? а. с покорными людьми; б. с независимыми и самостоятельными людьми.
19. Стараетесь ли вы избегать острых дискуссий? а. да; б. нет.
20. Когда вы были ребенком, часто ли вы сталкивались с властностью вашего отца? а. да; б. нет.
21. Умеете ли вы в дискуссии на профессиональную тему привлечь на свою сторону тех, кто раньше был с вами не согласен? а. да; б. нет.
22. Представьте себе такую сцену: во время прогулки с друзьями по лесу вы потеряли дорогу. Приближается вечер и нужно принимать решение. Как вы поступите? а. предоставите принятие решения наиболее компетентному из вас; б. просто не будете ничего делать, рассчитывая на других.
23. Есть такая пословица: «Лучше быть первым в деревне, чем последним в городе». Справедлива ли она? а. да; б. нет.
24. Считаете ли вы себя человеком, оказывающим влияние на других? а. да; б. нет.
25. Может ли неудача в проявлении инициативы заставить вас больше никогда этого не делать? а. да; б. нет.
26. Кто, с вашей точки зрения, истинный лидер? а. самый компетентный человек; б. тот, у кого самый сильный характер.

27. Всегда ли вы стараетесь понять и по достоинству оценить людей? а. да; б. нет.
28. Уважаете ли вы дисциплину? а. да; б. нет.
29. Какой из следующих двух руководителей для вас предпочтительнее? а. тот, который все решает сам; б. тот, который всегда советуется и прислушивается к мнениям других.
30. Какой из следующих стилей руководства, по вашему мнению, наилучший для работы учреждения того типа, в котором вы работаете? а. коллегиальный; б. авторитарный.
31. Часто ли у вас создается впечатление, что другие злоупотребляют вами? а. да; б. нет.
32. Какой из следующих портретов больше напоминает вас? а. человек с громким голосом, выразительными жестами, за словом в карман не полезет; б. человек со спокойным, тихим голосом, сдержанный, задумчивый.
33. Как вы поведете себя на собрании и совещании, если считаете свое мнение единственно правильным, но остальные с вами не согласны? а. промолчите; б. будете отстаивать свое мнение.
34. Подчиняете ли вы свои интересы и поведение других людей делу, которым занимаетесь? а. да; б. нет.
35. Возникает ли у вас чувство тревоги, если на вас возложена ответственность за какое-либо важное дело? а. да; б. нет.
36. Что бы вы предпочли? а. работать под руководством хорошего человека; б. работать самостоятельно, без руководителей.
37. Как вы относитесь к утверждению: «Для того чтобы семейная жизнь была хорошей, необходимо, чтобы решение в семье принимал один из супругов? а. согласен; б. не согласен.
38. Случалось ли вам покупать что-либо под влиянием мнения других людей, а не исходя из собственной потребности? а. да; б. нет.
39. Считаете ли вы свои организаторские способности хорошими? а. да; б. нет.
40. Как вы ведете себя, столкнувшись с трудностями? а. опускаете руки; б. появляется сильное желание их преодолеть.
41. Упрекаете ли вы людей людям, если они этого заслуживают? а. да; б. нет.
42. Считаете ли вы, что ваша нервная система способна выдержать жизненные нагрузки? а. да; б. нет.
43. Как вы поступите, если вам предложат реорганизовать ваше учреждение или организацию? а. введу нужные изменения немедленно; б. не буду торопиться и сначала все тщательно обдумаю.

44. Сумете ли вы прервать слишком болтливого собеседника, если это необходимо? а. да; б. нет.
45. Согласны ли вы с утверждением: «Для того чтобы быть счастливым, надо жить незаметно»? а. да; б. нет.
46. Считаете ли вы, что каждый человек должен сделать что-либо выдающееся? а. да; б. нет.
47. Кем бы вы предпочли стать? а. художником, поэтом, композитором, ученым; б. выдающимся руководителем, политическим деятелем.
48. Какую музыку вам приятнее слушать? а. могучую и торжественную; б. тихую и лирическую.
49. Испытываете ли вы волнение, ожидая встречи с важными и известными людьми? а. да; б. нет.
50. Часто ли вы встречали людей с более сильной волей, чем ваша? а. да; б. нет.

Ключ к тесту: Сумма баллов за ваши ответы подсчитывается с помощью ключа к опроснику.

Ключ: 1а, 2а, 3б, 4а, 5а, 6б, 7а, 8б, 9б, 10а, 11а, 12а, 13б, 14б, 15а, 16б, 17а, 18б, 19б, 20а, 21а, 22а, 23а, 24а, 25б, 26а, 27б, 28а, 29б, 30б, 31а, 32а, 33б, 34а, 35б, 36б, 37а, 38б, 39а, 40б, 41а, 42а, 43а, 44а, 45б, 46а, 47б, 48а, 49б, 50б. За каждый ответ, совпадающий с ключевым, испытуемый получает один балл, в ином случае – 0 баллов. Интерпретация результатов теста Если сумма баллов оказалась менее 25, то качества лидера выражены слабо. Если сумма баллов в пределах от 26 до 35, то качества лидера выражены средне. Если сумма баллов оказалась от 36 до 40, то лидерские качества выражены сильно. Если сумма баллов более 40, то данный человек как лидер склонен к диктату.

## Приложение 2

Профилактическое занятие «Зависимость: выбор и ответственность»

Цель: организовать активное взаимодействие подростков, способствовать формированию негативного отношения к вредным привычкам.

Задачи: - информирование учащихся о зависимости; - осознание состояния зависимости и собственного отношения к зависимому человеку.

Аудитория: учащиеся 12-18 лет.

Необходимые материалы: 4 листа ватмана, маркеры. Действующие лица: ведущий. Ход занятия: 1. Приветствие.



Ведущий: Дорогие ребята, сегодня мы собрались, чтобы вместе обсудить те проблемы, с которыми сталкивается современная молодежь. Наверняка, каждый из вас в своей жизни уже переживал какие-то трудности, пытался найти выход из них или помогал своему другу найти решение в создавшейся ситуации. И не только тогда, когда нужно решить какую-либо проблему, но и каждый день, когда мы думаем: делать или нет уроки, пообщаться с друзьями или посмотреть телевизор – перед нами стоит выбор. И быть здоровым или 58 больным, прожить долгую интересную жизнь или жизнь, полную страданий, быть счастливым, любимым или изгоем общества, несчастным и никому не нужным; быть зависимым или свободным? – тоже решать вам.

2. Ассоциации. Ведущий: Какие ассоциации возникают у вас, когда вы слышите слово «зависимость»? (ответы участников записываются на доске)

Ведущий: от чего может быть зависим человек? Зависимость можно разделить на 2 вида: Химическая зависимость: Зависимость от наркотических средств, алкоголя, табака, медикаментов, клея, ацетона. Не химическая зависимость: Зависимость от родителей (материальная и эмоциональная), от общения со сверстниками, от чтения книг, компьютерных игр, карт, от пищи и т.д.

3. Ведущий: А что такое вообще «зависимость»? Зависимость (с медицинской точки зрения) представляет собой состояние периодической или хронической интоксикации (отравление), вызываемое повторным употреблением естественного или синтетического вещества. Психическая зависимость: Неодолимое влечение человека к наркотику или увлечению без серьезных нарушений в работе его организма. Физическая зависимость: Состояние, когда человек не может обходиться без наркотического средства, т.к. уже внутренние органы привыкли к этим веществам.

4. Ведущий: Что представляет собой зависимый человек? 27 59 - как он выглядит? - к чему он стремиться? - что в жизни для него является важным? (участники делятся на 4 команды)

Ведущий: Сейчас каждая команда посоветовавшись, отобразит свои представления на ватмане. Ваши представления могут быть выражены с помощью рисунков, графиков, надписей. Но каждая команда будет выполнять свое задание. Вам предстоит изобразить личность человека, зависимого от: - наркотиков, - алкоголя, - табака, - от компьютерных игр. (На эту работу 3 минуты)

Ведущий: время вышло, и предлагаю командам представить свои плакаты с объяснениями.

5. Упражнение «Марионетка».

Ведущий: А сейчас в каждой команде вы выберете по 3 человека, которые должны выбрать, кто будет играть роль «кукловодов» и «марионеток». Задание: придумать миниатюру, где «кукловоды» управляют всеми движениями «марионетки». После подготовки каждая команда показывает свой этюд. Обсуждение: Ведущий: - что вы увидели в этих сценках? - вам

понравилось быть в роли «марионетки»? - а в роли «кукловода»? Какие были чувства? - можно ли сказать, что в данном случае «марионетка» зависима и несвободна? Почему? - Ответственна ли она за свои действия? 60 Вывод: Ведущий: Зависимый человек (от наркотических средств) не несет ответственности за свои поступки. Состояние зависимости и опеки над кемто делают отношения между людьми искаженными и неполноценными. 6. Выбор: Ведущий: Мы вместе с вами выяснили, что такое «зависимость», какая она бывает, что представляет из себя зависимый человек и какого оно быть зависимым?

#### **4.Аннотация** ( сокращенный вариант программы)

Развитие добровольческого движения входит в число приоритетных направлений государственной молодежной политики. Добровольчество является одним из эффективных способов получения подрастающего поколения новых знаний, развитию навыков общественной деятельности, формированию нравственных ценностей, активной гражданской позиции. Программа способствует формированию духовно-нравственных качеств личности обучающихся, улучшению морально-психологического состояния, способствует формированию их лидерской позиции, развитию инициативы и общественной активности, помогает обрести жизненный опыт и как следствие способствует всестороннему развитию обучающегося.

#### **Цель программы:**

Формирование нравственных и коммуникативных качеств личности, активной жизненной и гражданской позиции, способствующей самоопределению и самореализации личности ребенка через участие его в волонтерском движении.

#### **Обучающие:**

- обучать психологическим знаниям и умениям, позволяющим обучающимся лучше понимать себя;
- познакомить с интерактивными методами обучения, современными социальными технологиями;
- обучить методикам проведения досуговых мероприятий творческой и спортивной направленности;
- познакомить с технологией социальной акции и технологий проведения социальных дел;
- обучить основам работы с различными видами информации.

#### **Воспитывающие:**

- воспитывать толерантные качества личности, милосердия, доброты, отзывчивости;

- способствовать формированию у обучающихся высоких нравственных, морально — психологических качеств, составляющих основу их патриотизма и гражданственности, чувства долга;
- способствовать формированию уважительного отношения к ветеранам, старшему поколению;
- способствовать формированию потребности в ведении здорового образа жизни, сохранении и укреплении здоровья, формирование ответственной, здоровой, общественно-активной личности;
- воспитывать потребности в добровольческой деятельности, формирование отношения к социальному служению как к норме жизни;
  - содействовать развитию системы совместной деятельности детей и взрослых;
- способствовать формированию у детей личностной ответственности за выполняемую работу.

**Развивающие:**

- способствовать формированию первичных организаторских умений и навыков;
- способствовать развитию уверенности в себе, умений обмениваться информацией, дискутировать и защищать свою точку зрения, выступать на публике, навыка разработки и реализации социальных проектов;
- способствовать развитию умений представлять материал с помощью средств мультимедийных презентаций;
  - способствовать развитию коммуникативных качеств, умений работать в команде;
  - способствовать формированию активной жизненной позиции и стремления заниматься волонтерской (добровольческой) работой;
- способствовать формированию сплоченного детского коллектива;