

Управление образования администрации ЗАТО Александровск
Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования
«Дом детского творчества «Дриада»

СОГЛАСОВАНО

Педагогическим советом

МБУДО «ДТТ «Дриада»

Протокол №1 от 31.08.2022 г.

УТВЕРЖДАЮ

И.о. директора МБУДО «ДТТ «Дриада»

Н.С. Лапинская

«01» сентября 2022 г.



Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа
социально-гуманитарной направленности

«Школа ведущих»

Возраст обучающихся: 11-17 лет

Срок реализации программы: 5 лет

Уровень программы: продвинутый (углубленный)

Автор-составитель:

Короленко Татьяна Валентиновна,
педагог дополнительного образования

ЗАТО Александровск

г. Снежногорск

2022 г.

Аннотация

В законе «Об образовании» говорится о том, что деятельность в объединениях дополнительного образования должна формировать и развивать творческие способности учащихся, обеспечивать их духовно- нравственное, патриотическое и трудовое воспитание, выявлять и поддерживать таланты, способствовать профориентации учащихся, их социализации и адаптации к жизни в обществе.

Программа «Школа ведущих» направлена на выявление и развитие индивидуальных способностей детей – творческих, сценических, литературных и на актуализацию лидерских и волонтерских качеств личности

Пояснительная записка

Актуальность образовательной программы

Во-первых, реалии современного общества таковы, что нормой становится жизнь в постоянно изменяющихся условиях, которые требуют умения решать возникающие новые, нестандартные проблемы, в том числе в области коммуникации и сотрудничества. Время требует активных, предприимчивых, деловых людей.

Данная программа направлена на формирование именно таких качеств, т.к. ведущий должен уметь быстро принимать решения, находить выход из нестандартных ситуаций, общаться с большим количеством людей. В этом актуальность программы. Не вызывает сомнения и то, что творчество – одна из главных движущих сил в организации социальной и нравственной жизни людей. Ведь человек творческий, обладающий многими компетенциями, чувствует себя уверенно в самых различных ситуациях бытового, межличностного, делового, профессионального общения. Эти компетенции не даются нам при рождении, их необходимо развивать.

Во-вторых, в МБУ ДО «ДДТ «Дриада» проводится много мероприятий для детей - досуговые, развлекательные, познавательные, спортивные, гражданско-патриотические. При этом требуется собственный контингент учащихся, готовых и умеющих быть ведущими - досуговое волонтерство.

В-третьих, в обществе имеется социальный запрос на волонтеров, обученных и мотивированных, социально-активных молодых людей. Отвечая запросу общества, в ноябре 2017 года в учреждении была создана детская общественная организация «Волонтеры «Дриады». Активом ее является отряд «Ведущие вперед!», учащиеся «Школы ведущих». Поэтому вектор 4 -5 года обучения (9-11 классы) – профориентация и волонтерство.

Программы с подобным содержанием в общеобразовательных школах отсутствуют. Практическая значимость заключается в постижении учащимися основ театрального искусства, развитие коммуникативных навыков, внимания, памяти, воображения, быстрой реакции. Занятия по программе способны содержательно и интересно заполнить досуг, дать

возможность проявить и выразить индивидуальность каждой личности в области досугового волонтерства.

Программа призвана помочь детям в решении сложных жизненных задач. В этом ее практическая значимость

Цель программы: воспитание социально-активной личности путем включения ее в социально-значимую деятельность.

Образовательные:

- расширить кругозор в области ораторского и театрального искусства;
- дать понятие об особенностях устной монологической речи, рассчитанной на определенную аудиторию в определённой речевой ситуации;
- познакомить с основами проектной деятельности досуговых программ;
- сформировать умения и навыки уверенного поведения при публичных выступлениях

Развивающие:

развить способность обучающихся к саморазвитию и самосовершенствованию;

- познавательный интерес;
- развить коммуникативные компетенции, организаторские и лидерские способности, эмпатию, способности к рефлексии;
- развить творческий и интеллектуальный потенциал.

Воспитательные:

- сформировать культуру поведения и общения;
- сформировать эстетические потребности и ценности;
- воспитать нравственные ценности: желание быть полезным, целеустремленность, активность, коммуникабельность и др.

Образовательная программа «Школа ведущих» ориентирована на детей в возрасте от 11 до 17 лет, в учебные группы зачисляются учащиеся на добровольной основе, родители (или законные представители) которых предоставили заявление.

Направленность: социально-педагогическая.

Программа соответствует «Примерным требованиям к программам дополнительного образования детей», утвержденными Департаментом молодежной политики, воспитания и социальной поддержки детей Министерств образования и науки России

Программа «Школа ведущих» сориентирована на развитие у детей коммуникативных навыков и умений, навыков выстраивания и управления ситуацией общения, импровизации и свободного общения с публикой. Иными словами, создаются условия для развития коммуникативной, социально успешной личности, воспитание социальной компетентности.

Программа разработана в соответствии со следующими нормативными документами:

- Федеральным законом от 29 декабря 2012 года «273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Приказ Министерства просвещения РФ от 9 ноября 2018 г. № 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
- Письмом Министерства образования и науки Российской Федерации от 18.11.2015 № 09-3242 «Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ»
- Распоряжением Правительства Российской Федерации от 29.05.2015 № 996-р «Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года»;
- Постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.01.2021 № 2 "Об утверждении санитарных правил и норм СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания»;
- Постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 г. № 28 "Об утверждении санитарных правил СП 2.4. 3648-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи";
- Уставом МБУДО «ДДТ «Дриада», локальными актами.

Отличительные особенности программы:

Программа «Школа ведущих» предполагает обучение по ступеням, каждая из которых рассчитана на один год обучения и формирует базовые знания, умения и навыки в разных областях - актерской деятельности (участие в театрализованных представлениях, конкурсах художественного слова; в литературных конкурсах «Рукописная книга», чтение прозы и стихотворений; игровой деятельности); в анимационных, игровых и досуговых программах; волонтерская деятельность.

По окончании 1 года обучения учащийся будет:

Знать:

- формы массовой работы;
- искусство ведущего;
- понятие об игровой деятельности.

Уметь:

- смотреть и видеть, слушать и слышать;
- чувствовать пространство и создавать атмосферу праздника;
- держать образ и выдерживать стиль и жанр;
- владеть основами игротехники;

- формировать и правильно выражать свои мысли;
- владеть основами актёрского мастерства; сценической речью; навыками сценического движения

По окончании 2 года обучения учащийся будет:

Знать:

- актёрское мастерство;
- азбука театра;
- сценическая культура поведения ведущего;

Уметь:

- владение артистической смелостью;
- умение работать в коллективе;
- владение театральной терминологией;
- знание законов сцены;
- создание эмоционального фона мероприятия.

По окончании 3 года обучения учащийся будет:

Знать:

- Постановка концертноигровых, театрализованных программ
- проводить игровые программы, конкурсы, концерты
- мастерство ведущего
- приемы активизации зала
- техника сцены

Уметь:

- умение читать монологи и выстраивать диалоги, импровизировать, создание атмосферы праздника;
- владение разнообразными игровыми приемами;
- умение работать с техническими средствами.

По окончании 4 года обучения учащийся будет:

Знать:

- Расширение представлений об искусстве актера, конференсье и игровика; о взаимосвязи этих видов искусств.
- Знание основных законов игрового пространства, основных его элементов, основных правил сценического поведения; сформирован игровой багаж.

Уметь:

- Умение управлять речеголосовым аппаратом, логично и естественно произносить сложную фразу, владение монологом и диалогом.

- Умение пользоваться словесными воздействиями, размещать тело в сценическом пространстве.

По окончании 5 года обучения учащийся будет:

Знать:

- приемы сценического перевоплощения.

Уметь:

- Умение взаимодействовать с партнером, создавать образ героя, работать над ролью.

- Умение находить образ внешнего оформления роли и сценического пространства.

- Умение импровизировать и навыки самостоятельной работы

Новизна данной программы состоит в интеграции различных видов творчества: актерское, ораторское, затейничество, с 14 лет- досуговое волонтерство. Все виды деятельности между собой тесно связаны, и при выполнении одного из них другие становятся вспомогательными. Театральное искусство необходимо для роста мастерства ведущего; оно его учит перевоплощаться, дает знание основ сценической культуры, культуры речи. Игра же – как форма и технология является ведущим видом деятельности на занятиях. Она же лежит в основе и театрального, и ораторского искусства. Посредством игры, а позднее – проектов, идет приобщение к нормам и правилам взаимоотношения со сверстниками и взрослыми; развиваются физические, личностные и интеллектуальные качества, умение работать в команде.

Программа «**Школа ведущих**» разработана на основе:

- специальной и методической литературы,

- личного профессионального опыта работы педагога в данном виде творческой деятельности, с учётом основной образовательной программы общеобразовательной школы в соответствии с требованиями федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования в рамках духовно-нравственного развития и воспитания обучающихся на ступени начального и среднего общего образования в области формирования личностной культуры, социальной культуры и семейной культуры.

Программа является **модифицированной**. Для ее создания и развития в течение 5 лет изучены разные программы - "Школа ведущего" Костенко Н.Ю., «Клуб друзей хорошего настроения» Борисенко Л.А. программа Рыжинского А.В. «Детский театр», «Лугари» (рабочая тетрадь), программа «Подготовка ведущих» Л.А.Шиляевой, «Школа ведущего» Г.Ю.Юминовой. Используются методические разработки занятий по актерскому мастерству, уроки Всероссийского образовательного проекта «Лиги ораторов» (1-3 сезон), РДШ.

Ступени программы:

1-2 год обучения (5-6 классы) - начальная ступень. Основная цель этой ступени – выявление и развитие общих исполнительских способностей детей, формирование интереса

к актерскому творчеству. В течение первого года воспитанники получают первоначальные знания и умения в области театрального искусства, открывают для себя поведение (действие) как основной материал актерского мастерства, закладывается фундамент для углубленного представления о театре как виде искусства. Основной формой работы на первом этапе являются театральные игры и упражнения, импровизации.

Блок предусматривает занятия по изучению основных стилей ораторского искусства, композиций и качеств публичного выступления. На данном этапе обучающиеся включаются в проектную деятельность посредством участия в разработке социально значимых творческих проектов досуговых программ. Знакомятся с такими социальными ролями, как организатор, сценарист, режиссер, ведущий, актер, звукооператор, оформитель сцены и сценических костюмов.

3-4 год обучения (7-8 классы)- средняя ступень

Основная цель – углубленное изучение и овладение актерским мастерством с ориентацией на исполнительскую деятельность. В течение второго года обучения происходит закрепление и расширение знаний, полученных на первом этапе, продолжают совершенствоваться выразительность и яркость поведения в выступлении актера перед зрителем. Формы работы - тренинги, репетиции. Также продолжают учебные занятия по изучению основ культуры и искусства речи, идёт ознакомление с элементами органического действия, закрепление коммуникативных и социальных компетенций и применение их на практике.

5 год обучения (9 классы)

Направлен на усвоение более сложного теоретического материала, ориентацию детей на исполнительскую работу и создания «характера» на сцене. Обучающиеся знакомятся с особенностями мастерства ведущего, умением вести досуговые, торжественные мероприятия и концерты. Обучающиеся проектируют и реализуют досуговые праздничные программы, являются исполнителями социальных ролей при разработке и реализации творческих волонтерских проектов и досуговых программ.

Закрепление и развитие стремления к творческой деятельности, большая самостоятельность в работе, педагог выступает в качестве помощника и консультанта.

Состав учащихся формируется на добровольной основе.

Условия набора в объединение: для занятий в начале учебного года родители детей (или их законные представители) предоставляют заявление.

Количество учащихся в группе: 10-15 человек

Режим занятий.

Программа «Школа ведущих» ориентирована на обучающихся 11 – 17 лет

1 год обучения – 108 ч

2 год обучения – 108 ч

3 год обучения – 108 ч

4 год обучения – 144 ч

5 год обучения – 144 ч

Режим занятий: продолжительность занятия - 40 минут.

Основным принципом формирования программы являются вариативность. Содержание отдельных занятий – теории и практики подбирается с учетом психолого-педагогических и возрастных особенностей обучающихся, от простого к сложному. А также - принцип добровольности: добровольное и самостоятельное решение ребенка в выборе видов деятельности; принцип создания ситуации успеха для каждого ребенка.

Широко варьируется формы и режим проведения занятий. Большая роль отводится беседе, диалогу, работе в группе и подгруппе. Учебный материал позволяет детям удовлетворить их потребность в новых знаниях, познании собственного «Я» и мира других людей.

В процессе работы программа предусматривает изменения в связи с календарными праздниками и планом воспитательной работы учреждения.

Материал программы условно делится на блоки:

БЛОК «Я и другие» - беседы, тренинги и тесты, направленные на осознание себя, понимание других людей (самооценка, целеполагание, лидерство). Эмоциональное и интеллектуальное лидерство, психология лидерства, этика лидера. Командообразование. Работа в команде. Техника речи и психология общения.

БЛОК «Я – ведущий» (актер, аниматор) - тренинги по формированию качеств ведущего, актерских способностей детей. Работа над текстом и ролью, создание образа. Развитие умений - владение собственным телом, сценическая речь, навыки публичного выступления, риторика и ораторское искусство.

Методика организации и проведения игровой деятельности (брейн-ринг, веселые старты, тематический квест, игра по станциям («Зеленая аптека», «Сталинград- 75», «Безопасная дорога детства», «Вперед, мальчишки!»), «Экодесант» и другие.

Основные этапы работы над сценарием. Участие в предлагаемых сценариях и в перспективе- разработка собственных сценариев досуговых программ

БЛОК «Я – волонтер!» - данный раздел вводится на 3 ступени обучения в связи с достижением учащимися 14 лет (переход от младшего к старшему подростковому возрасту) и позволяет привлечь подростков к добровольчеству в МБОУ ДО «ДДТ «Дриада» и в социуме. В реализации этого направления дети актуализируют лидерские навыки, полученные знания актерского мастерства. Обучающие упражнения, тренинги; беседы о волонтерстве в России, регистрация на сайте «Добровольцы России.РФ», участие в работе

ДОО «Волонтеры «Дриады», лагеря-интенсива для подростков на базе ОМДТ «Роза ветров» и «Областной Школе волонтера», г. Мурманск.

Проведение мероприятий, акций, праздников - «Новогоднее представление», «Кораблик Надежды», «Золотой росток», «Веселая перемена», «День матери», «Отчетный концерт», «Рубежи памяти», «СентяДриада» и другие.

Дидактическое обеспечение программы

- Карточки с описанием тренингов, тестов, упражнений, театральных этюдов, психологических игр.
- Методические разработки по организации и проведению мероприятий.
- Раздаточный материал (буклеты, наклейки, календари).
- Рабочая тетрадь (занятия 1-8)-по теме «Волонтерство», (занятия 1-12) по теме «Профориентация».

Учебный план 1 год обучения

№	Занятие	Всего часов	теория	практика
1.	Вводное занятие. Инструктаж по ТБ. Беседа о детском объединении. Игры на знакомство	3	1	2
2.	Карта соглашений. Карта ожиданий. Упражнения и «Фотограф», «Крокодил»	1	1	
3.	Выпуск стенгазеты «Это мы!»	3	1	2
4.	Приемы работы с аудиторией. Акция «Поздравьте, пожалуйста»	3	1	2
5.	Выпуск стенгазеты «С ДНЕМ учителя!»	3	1	2
6.	Игра «Кораблекрушение». Участие в областном мероприятии «Школа лидера».	3	1	2
7.	«Я-ведущий!». Основные навыки выступления.	7	4	3
8.	Упражнения по риторике	5	2	3
9.	Публичное выступление. Практикум	1		1
10.	Диагностика в течение года (входная, промежуточная, итоговая) Тестирование	3		3
11.	Навыки самопрезентации. Актерское мастерство.	9	6	3
12.	Игротека. Игровая программа «Играем отдыхая».	9	3	6
13.	Репетиционный процесс Инструктаж по ТБ. Промежуточная диагностика. Массовые игры на новогоднем празднике.	12	3	9
14.	Разработка и проведение акций и КТД	12	3	9
15.	Игротека. Игровой практикум. «Ручка громкости», «Перевёртыши», «Театр».	6	3	3

16.	Встречи с интересными людьми. Интервью.	6	3	3
17.	Просмотр видео - телепрограмм.	6	3	3
18.	Совместная деятельность с активом объединений «Театральный», «Лидер»	6	3	3
19.	Применение полученных знаний при организации мероприятий ДДТ, детских лагерей, работы волонтеров	9	3	6
20.	Итоговое занятие	1	1	
ИТОГ:		108	43	65

**Учебный план
2 год обучения**

№	Занятие	Всего часов	теория	практика
1.	Вводное занятие. Инструктаж по ТБ. Карта соглашений и ожиданий на новый учебный год. ТЛР «Прошлое, настоящее, будущее»	3	1	2
2.	Приемы работы с аудиторией. Блиц-опрос «За что я люблю Снежногорск» Упражнение «Прогноз погоды» Игротехника. Копилка игр: подвижные игры.	1	1	
3.	Акция «Признание в любви!» Выпуск стенгазеты по группам «С днем учителя!», «Любимый город» «Мастерская слова» (работа по подгруппам и индивидуально): содержание, оформление, сверхзадача. Тренинги личностного развития (ТЛР) «В мире людей»	3	1	2
4.	Выбор миниатюры для постановки. Запись роли. Чтение по ролям. (В течение года)	3	1	2
5.	Тематическая вечеринка. Искусство аниматора. Призы и подарки на празднике. Игротека. Игротехника. Копилка игр: игры с разделением на команды. Тренинги личностного развития	3	1	2
6.	Я - Игротехник. (ТЛР)	3	1	2
7.	Игры Мафия, Крокодил, Твистер, Чепуха.	6	2	4
8.	Аспекты волонтерства. Подготовка к «Золотому ростку» (ТЛР)	3	1	2
9.	«Кто я? Какой я?» Рисунчатый тест. Беседа. Игра. Рефлексия. ТЛР «В море эмоций»	3	1	2
10.	Искусство аниматора. Аниматор – кто это? Творческая мастерская «Фантазия» (ТЛР)	1		1
11.	«Мастерская слова» (ТЛР). Диагностика в течение года (входная, промежуточная, итоговая) Тестирование	3	1	2
12.	Актерский тренинг. Мускульная свобода. Снятие мышечных зажимов. Искусство аниматора. Профессионализм и этика ведущего и организатора	3	1	2

13.	Навыки самопрезентации. Актерское мастерство. Подготовка к мероприятию «Кораблик надежды». Сценарий. Работа над ролью.	6	3	3
14.	Игротека. Игротехника. Копилка игр: игры с выбором водящего	9	3	6
15.	Инструктаж по технике безопасности. Игротехника. Копилка игр: игры – эстафеты	3		3
16.	Репетиционный процесс Инструктаж по ТБ. Промежуточная диагностика. Массовые игры на новогоднем празднике.	9	3	6
17.	Разработка и проведение акций и КТД	9	3	6
18.	Искусство аниматора. Основы time-менеджмента	3	1	2
19.	Игротека. Игровой практикум.	6	3	3
20.	«Мастерская слова»	6	3	3
21.	Культура и техника речи. Учусь красиво говорить. Просмотр видео «Публичное выступление».	6	3	3
22.	Совместная деятельность с активом объединений «Театральный», «Лидер»	6	3	3
23.	Применение полученных знаний при организации мероприятий ДДТ, детских лагерей, работы волонтеров	9	3	6
24.	Итоговое занятие	1	1	
ИТОГ:		108	41	67

Учебный план

3 год обучения

№	Название раздела, темы	Количество часов		
		Всего часов	теория	практика
1.	Вводное занятие. Инструктаж по технике безопасности. Введение в предмет. Организационная работа.	1	1	
2.	Карта ожиданий. Игротека: игры на раскрепощение и снятие стресса «Иерехонская труба», «Болото», «Чей голос?», «Кто здесь?» (с покрывалом)	3	1	2
3.	«Я – волонтер!» Подготовка к «Сентябриаде». Разучивание игр на командное взаимодействие в условиях улицы	1		1
4.	Понятие «Наш досуг», «Организатор досуга». Понятие свободного времени, досуга, отдыха, их функции. Виды отдыха. Организатор досуга – кто он? Какими качествами обладает?	3	1	2
5.	«Я и другие» Упражнение «Я- завтра, сегодня,вчера». «Реклама человека или Угадай, кто?»	3	1	2

6.	«Я – волонтер!» «Волонтерство» -виды, история. Практикум добровольчества. Участие в ЭКО –буме (волонтерская акция). Регистрация на сайте «Добровольцыроссии.рф»	1	1	
7.	«Я – волонтер!» Подготовка к сопровождению мероприятия «Золотой росток». Регистрация, проведение игровой программы, проведение церемонии закрытия. Репетиция	3	1	2
8.	«Я – волонтер!» *Волонтерское сопровождение мероприятия. «Золотой росток».	3		3
9.	«Я – волонтер!» Рефлексия после мероприятия. Анализ проведения.	1	1	
10.	«Я –аниматор» Методика организации спортивных игр. «Веселые старты» (спортивные эстафеты, сказочные эстафеты)	3	1	2
11.	«Я –аниматор» Понятие «ведущий» и его качества. Диагностика в течение года (промежуточная) Тестирование	1	1	
12.	«Я – волонтер!» «Осенины». Сценарий.Игры.Фонограммы. Помощь в проведении мероприятия. Музыкальное сопровождение мероприятия. Игры в кафе (Ручеек,Золотые ворота, Приз-хваталка, Танец по показу).	1		1
13.	«Я и другие». Игры, упражнения. Исторический квест «Я – волонтер!» Участие в работе лагеря-интенсива «Я-волонтер!»(15ч)	3	1	2
14.	«Я и другие» Упражнения «Рекламный ролик», «Официант, в моем супе- муха»	6		6
15.	«Я и другие» Упражнение «Мои жизненные цели», «Волшебная лавка» Литературные конкурсы. Подготовка. Работа по подгруппам	9	3	6
16.	«Я –аниматор» Игротека. Музыкальное сопровождение досуговых мероприятий. Игры со сменой пар. Игры, дающие возможность выбора	9	3	6
17.	«Я – актер!» Репетиционный процесс- «Кораблик Надежды», «Новый год»	13	4	9
18.	«Я –аниматор» Разработка и проведение акций и КТД	15	4	11
19.	«Я –аниматор» Игротека. Методика проведения брейн-ринга. Игровой практикум.	9	3	6

20.	«Я – актер!» Упражнения на дыхание. «33 Егорки», «Свечи», «Этика». Виды дыхания. Дикция. Скороговорки. Потешки. Культура речи	9	3	6
21.	«Я – актер!» Сценическая речь. Артикуляционная гимнастика «Мотор», «Качели», «Лошадки».	1		1
22.	Применение полученных знаний при организации мероприятий ДДТ, работы волонтеров	9	3	6
23.	Итоговое занятие	1	1	
ИТОГ:		108	34	74

Учебный план

4 год обучения

№	Название раздела, темы	Количество часов		
		Всего часов	теория	практика
1.	Вводное занятие. Инструктаж по технике безопасности. Введение в предмет	1	1	
2.	Волонтерство как стиль жизни. (рабочая тетрадь- РТ) Карта ожиданий.«Когда тебе 15» Подготовка к Акции «Поделись улыбкою своей»	4	1	3
3.	Принципы деятельности волонтерского отряда (РТ)	1		1
4.	Волонтерство – это всегда праздник!-РТ	1	1	
5.	Квест «Последний лепесток» Подведение итогов.	6	2	4
6.	Основные сферы профессиональной деятельности на современном рынке труда и требования к ним Стратегия правильного выбора профессии (РТ)	1	1	
7.	«Я – волонтер!» Эмпатия и эмпаты. Ставим себя на место другого человека. (рабочая тетрадь- РТ) . Подготовка к сопровождению мероприятия «Золотой росток». Регистрация, проведение игровой программы, проведение церемонии закрытия. Репетиция	4	1	3
8.	«Я – волонтер!» *Волонтерское сопровождение мероприятия. «Золотой росток».	1		1
9.	«Я – волонтер!» Рефлексия после мероприятия. Анализ проведения.	1	1	
10.	«Я –аниматор» Методика организации Брейн-ринга	4	1	3
11.	Связь типа личности и типа профессиональной среды.	1	1	
12.	«Я – волонтер!» «Мое доброе дело»	1		1

13.	«Я и другие». Игры, упражнения. «Уверенность в себе. Доверие к другим» «Я – волонтер!» Участие в работе лагеря-интенсива «Я-волонтер!» (15ч)	6	2	4
14.	«Я и другие» Методика «Профессиональная ориентация»	1	1	
15.	Акция “Здоровые каникулы”	1		1
16.	«Я и другие» Литературные конкурсы. Подготовка. Работа по подгруппам	6	2	4
17.	«Я –аниматор» «Кораблик Надежды»	10	2	8
18.	«Я – актер!» Репетиционный процесс- «Кораблик Надежды», «Новый год»	14	4	10
19.	Мир профессий Методики«Будь готов!» , «За и против»(РС версия) Смысл проведения данной методики - повысить уровень осознания готовности к различным видам профессионального труда, активизировать размышление о собственных возможностях.	2	2	
20.	Тренинги “Я - лидер”, “Уверенность в себе”, “Успешное общение”, “Твоя цель – твой успех”, “Ты и команда”, “Я – творческая личность”)	12	4	8
21.	Профессионально важные личностные качества.	12	4	8
22.	Внимание. Мышление. Память Диагностика слуховой и зрительной памяти	6	2	4
23.	Самооценка	1		1
24.	Применение полученных знаний при организации мероприятий ДДТ, работы волонтеров	12	4	8
25.	Блок – «Практико-ориентированная деятельность»– работа по подгруппам. Подготовка к конкурсам и акциям 1 ч в неделю	34		34
26.	Итоговое занятие	1	1	
ИТОГ:		144	38	106

**Учебный план
5 год обучения**

№	Название раздела, темы	Количество часов		
		Всего часов	теория	практика
1.	Вводное занятие. Инструктаж по технике безопасности. Введение в предмет. Входная диагностика.	1	1	

2.	Карта ожиданий. Имейте свое лицо» -3 часа. Личность и индивидуальность. Характер. Позитивные и негативные черты характера, социальные роли. Черты характера и свойства личности, мешающие в выборе профессии и работы. Способы успешной самопрезентации. Игровой тренинг.	6	2	4
3.	«Я –ведущий!» Лига ораторов. Урок 1. «Тело.Речь» Упражнения «Слушаю.Думаю.Говорю» Тест «Сценическая речь». Работа с зеркалом, игры и этюды «Мимика», «Канат», «Зеркало», «Лужи»	1		1
4.	Творческие проекты досуговых программ, посвященных Всероссийскому проекту «Зеленая Россия». Творческий час – подготовка экологического мероприятия для дошкольников (Экотропа, экодесант, экоквест)	1	1	
5.	«На пути к цели» -3 часа. Что такое цель. Пути достижения цели. Возможные препятствия: внешние, внутренние. Необходимые качества для преодоления препятствий на пути к достижению цели - реализации творческого проекта досуговой программы.Личная ответственность. Игровой тренинг «Моя цель»	6	2	4
6.	«Моя самооценка» -1,5ч Разработка проекта как пространство будущего успеха. Критерии оценки эффективности создаваемой программы. Оценка успешности, авторитетности, уверенности в себе. Игровые тренинги. Тесты. «Я – волонтер!» -1ч <i>*Волонтерское сопровождение мероприятия. «Золотой росток». Рефлексия после мероприятия. Анализ проведения.</i>	1	1	
7.	«Мастерство ведущего» -3 часа. Культура речи: голос, интонация, дикция, сценическое произношение, логика речи. Мимика. Внешний вид. Поза. Деятельность ведущего телевизионных программ. Приёмы и навыки представления созданного номера. Лига ораторов. Урок 2 Упражнения на снятие телесных зажимов. Упражнения на мышечное освобождение.	2	1	1

8.	<p>«Я –ведущий» -3ч Проникновение в предлагаемые обстоятельства (просмотр короткометражных фильмов о войне ОО «Щит») Методика организации мероприятия «Устный журнал» о войне. Чтение текстов разных стилей речи (деловой ,художественный, научный)Интонация, паузы, ударение.</p>	2	1	1
9.	<p>Приемы разработки алгоритма реализации социально значимого творческого проекта досуговой программы. Определение аудитории, формы, темы разрабатываемых творческих проектов Памятка «Мероприятия.Конкурсы»</p>	1	1	
10.	<p>Особенности ведения концертов, торжественных мероприятий. Основные правила ведения торжественных мероприятий. Одежда, речь ведущего. Искусство конферансье. Упражнения для развития речевого аппарата (речевые этюды).</p>	4	1	3
11.	<p>«Основы общения» -1,5ч Нравственные основы общения при исполнении различных социальных ролей. Лига ораторов. Урок 3. Упражнения на владение интонацией.</p>	1	1	
12.	<p>Содержание и средства общения. Ролевые игры. Сценическая речь. Артикуляционная гимнастика. Распевка гласных. Упражнения для тренировки нижней челюсти, губных мышц, мышц языка. Дыхание: вдох, выдох. Скороговорки.</p>	1		1
13.	<p>«Я и другие». Игры, упражнения. «Мое лучшее «Я» -3 часа. Анализ и определение психологических характеристик,своих и окружающих людей с целью освоения различных ролей. *«Я – волонтер!» Участие в работе лагеря-интенсива. Самораскрытие. Самопознание. Тренинги. «Я-волонтер!» (15ч)</p>	6	2	4
14.	<p>«Лига ораторов». Уроки 4-5. Понятия- артикуляция, логическое ударение,темп, ударение.</p>	1	1	
15.	<p>«Лига ораторов». Уроки 6-7. понятия: дикция, речевая моторика.</p>	2		2

16.	«Начинающий актер» -6 ч. Элементы органического действия: настройка на действия, преодоление мышечных зажимов, восприятие и наблюдательность, память на ощущения, действия в условиях вымысла, развитие артистической смелости и непосредственности, действия с воображаемыми предметами, взаимодействие с партнером. Работа над этюдом. Практикум «Я актер».	6	2	4
17.	Лига ораторов. Урок 8. Словарь настроений. Работа с текстом по выделению "ведущего настроения". Радостное, светлое. Печальное, сонное. Хвастливое, хвалебное, насмешливое. Сердитое, возмущенное, обиженное настроение. Таинственное, капризное, противоречивое настроение. Работа над сценарием. Работа над ролью: создание характера, образа. «Кораблик Надежды»	10	4	6
18.	Лига ораторов. Урок 9-10 Творческие проекты досуговых программ «Кораблик Надежды», «Новый год». Репетиционный процесс Ведущий культурно-досуговых программ. Особенности при проведении досуговых мероприятий. Умение завладеть аудиторией. Объяснение правил игры во время праздников. Игры с залом и командные эстафеты. Новогодние игры.	14	4	10
19.	Ведущий перед выходом на сцену. Выход на сцену. Настрой перед выходом на сцену. Текст ведущего. Культура поведения на сцене. Разработка и создание проектов досуговых праздничных программ. Распределение социальных ролей между участниками проектов и их освоение. Разработка сценариев, эскизов костюмов и оформления праздничного пространства в ходе разработки творческих проектов.	4	4	
20.	«Командообразование!» Особенности поведения человека в различных жизненных ситуациях. Типы лидерства Взаимопонимание. Взаимодействие. Взаимовлияние. Команда как необходимое условие для создания творческого проекта досуговой программы. Тесты. Игровые тренинги.	10	4	6
21.	О ценностях и целях» -6ч Материальные и нематериальные ценности. Собственные цели и стремления, как средство	8	4	4

	достижения успеха. Игровые тренинги. Тестирование.			
22.	«Язык тела» - 3 часа. Невербальные средства общения. Восприятие объектов внешнего мира. Объекты живой и неживой природы как материал овладения основами актерского искусства. Игровые тренинги. Внимание. Мышление. Память -1,5ч	6	2	4
23.	Самооценка. Уровень притязаний	1		1
24.	«Быть всегда здоровым и молодым» -3 часа. Способы борьбы с усталостью. Способы восстановления утраченной энергии. Способы укрепление тела и ума. Способы сохранения запаса сил и бодрости. Применение полученных знаний при организации мероприятий ДДТ, работы волонтеров -6ч	12	4	8
25.	Блок –1 ч в неделю «Практико-ориентированная деятельность»– работа по подгруппам. Подготовка к конкурсам и акциям. Организация репетиций. Реализация творческих проектов. Чтение монологов и диалогов. Монолог и диалог как основное средство раскрытия сценического образа. Монолог и диалог ведущего. Особенности чтения монологов и диалогов. Чтение литературных произведений (С.Смирнов, Н.Тэффи, Братья Стругацкие, М.Булгаков и другие). Проект «Мое доброе дело» <u>Сентябрь</u> Экодесант. Квест (2ч) Концерт «День учителя» (2ч) <u>Октябрь</u> «Золотой росток» (1ч) «Фильмы о войне» (1ч) «Новогодние приключения Маши и Вити» (2ч) <u>Ноябрь-декабрь</u> Кораблик надежды (репетиции)- 3 ч Новогоднее представление (5ч) <u>Январь-февраль</u> Работа над текстом. «Рукописная книга», Декламирование .Интонация. Подготовка к конкурсам (отбор произведений, создание образа) <u>Март</u> Репетиции, индивидуальная работа – «Пестрый балаган», «Голос сердца» <u>Апрель</u> «Отчетный концерт». Репетиции(3ч) Н.Тэффи (чтение произведений) <u>Май</u> «Была Великая Победа»(2ч) Военный кинозал(2ч)	36		36

26.	Итоговое занятие «Чемоданы»	1	1	
ИТОГ:		144	40	100

Формы подведения итогов

Для проверки прочности полученных знаний и умений, эффективности обучения по программе организуются три вида контроля:

- промежуточный - в середине года (участие в мероприятиях, рейтинг)
- итоговый - апрель-май текущего учебного года (КТД, портфолио, проект)

Качество реализации программы состоит из 3-х уровней: высокого (71-100%), среднего (50-70%) и низкого (0-49%).

Высокий уровень: умение бесконфликтно общаться со сверстниками и взрослыми людьми; умение взаимодействовать и навыки публичного выступления; организация и проведение добровольческих социально значимых акций (мероприятий); разработка и реализация досуговых программ, достижения в конкурсах литературной направленности и Художественного слова.

Средний уровень: участие в проектной деятельности; участие в реализации досуговых программ; участие в социально значимых акциях (мероприятиях) для младших школьников; знание правил бесконфликтного общения со сверстниками и взрослыми людьми.

Низкий уровень: участие в мероприятиях школы и МБОУ ДО «ДДТ «Дриада»; частичное участие в реализации проектной деятельности.

В программе формируются следующие компетентности: презентационная, познавательная, социальная.

Формы контроля: участие в мероприятиях МБОУ ДО «ДДТ»Дриада», в том числе в мероприятиях ДОО «Волонтеры «Дриады», социальных акциях, конкурсах художественного слова в роли ведущих, а также литературное творчество (конкурсы, сценарии, статьи)

Методическое обеспечение программы дополнительного образования детей «Школа ведущих»

№	Раздел, тема	Форма занятия	Методы	Дидактический материал и ТСО	Формы подведения итогов
1.	Теория по актерскому мастерству	Занятие-игра, посещение мероприятий, лекция	Просмотр видео, беседа, обучающие семинары	Иллюстрации, программы, презентация	Опрос, зачет
2.	Навыки самопрезентации	Диспут, мастер-класс, деловая и ролевая игра, тренинг, КВН, игра-практикум, упражнения на взаимодействие, творческие игры, игры на внимание, общение, сплочение и др.	Интерактивные методики	Мультимедиа, компьютер	Самодиагностика, конкурс ведущих
3.	Упражнения по риторике	КТД (коллективнотворческое дело) дискуссия	Методы коллективной и индивидуальной работы: сравнение, убеждение, поощрение, наблюдение	Мультимедиа, компьютер	Зачет, участие в конкурсах, акциях, мероприятиях, игровые занятия
4.	Упражнения по сценическому мастерству	Занятие-игра, Ролевая, деловая игра, индивидуальная работа	Методы коллективной и индивидуальной работы, игровой практикум	Мультимедиа, компьютер	Игровые конкурсы, участие в проведении мероприятий
5.	Тренинги личностного развития (Лидерство, самооценка)	Занятие-игра, индивидуальная работа	Анкетирование, тестирование	Лист бумаги, карандаш	Контрольное занятие
6.	Выездные занятия (встречи с другими ДОО, сборы актива и т.п.)	Семинары, деловые и ролевые игры, коллективные мероприятия, мастер-классы, групповые формы работы	Практические занятия, тренинги; игры и игровые программы.	Мультимедиа, компьютер	Школа и сборы актива, участие в конкурсах
7.	Социально - значимая волонтерская деятельность	Занятие-игра, практическое занятие, творческое мероприятие, коллективно-творческие дела, акции	Интервью, наблюдения, объяснения, сравнения	Мультимедиа, компьютер, реквизит	Выездные программы, участие в конкурсах, зачетное занятие

Методическое обеспечение осуществляется при помощи использования имеющейся в «Доме детского творчества «Дриада» методической литературы, оргтехники: компьютер, ноутбук, стереосистема, проектор, фотоаппарат, видеокамера. А также:

- методические виды продукции (разработки тренингов, тестов, бесед);
- элементы формы актива – футболки, шейные галстуки синего цвета.

Методическая работа педагога

Планирование и анализ деятельности объединения. Работа над методической темой: «Развитие качеств личности, необходимых для становления подростков как ведущих мероприятий». Совершенствование профессионального мастерства через курсы повышения квалификации, изучение опыта работы педагогов по данной теме.

Работа по совершенствованию данной программы с учетом интересов детей, изменяющихся требований, с целью оптимизации деятельности по программе.

Список литературных источников

Блок «Я и другие»

(лидерство, самооценка)

Литература для педагога

1. Афанасьев С. «Сто отрядных дел». -К, 2000.
2. Бороздина Л.В. Что такое самооценка // Психологический журнал. 2013
3. В. Рекут «Самые лучшие игры для умников и умниц». М. «РИПОЛ – КЛАССК», 2007.
4. Заика З.В., Сукова Е.Н., Пащенко С.В. Программа деятельности школьного клуба старшекласников «Лидерство» г. Шебекино Средняя общеобразовательная школа № 2. – 2004.
5. Иванов И.П. «Коллективно- творческое дело»
6. Иванов И.П. Энциклопедия коллективных творческих дел. – М., 1989.
7. Кон И.С. Психология ранней юности: Книга для учителя. – М.: Просвещение, 2003.
8. Конвенция о правах ребенка. - М.: ТЦ Сфера, 2005.
9. Лизинский В.М. Практическое воспитание в школе: В 2 ч. – М., 2002.
10. Липкина А.И. Самооценка школьника. – М., 2006
11. Лутошкин А.Н. «Как вести за собой»
12. Лутошкин А.Н. Как вести за собой М., 1986.
13. Михайлова Н.И., Юсфин С.М. Педагогика поддержки.- М., 2002.
14. Ораторское искусство и деловое общение: учебное пособие. 2-е изд., исправл. – М.: Новое знание, 2001.
15. По ступенькам лидерства, Омск 2008.
16. Прутченков А.С. Школа жизни. – М., 2000.
17. Сартан Г.Н. Тренинг самостоятельности у детей. – М., 2005.
18. Сборник сценариев для детей «Приходите к нам на праздник». Ярославль, «Академия развития», 2001.
19. Селевко Г.К., Закатова И.Н., Левина О.Г. Познай себя. – М.: Народное образование, 2000.
20. Селевко Г.К., Назарова И.Г., Левина О.Г. Утверждай себя. – М.: Народное образование, 2001.
21. Селевко Г.К., Селевка А.Г., Левина О.Г. Реализуй себя. – М.: Народное образование, 2001.
22. Смекалова Е.М. Школа лидерства. Методические рекомендации. - М., 2006.
23. Фопель К. Создание команды. Психологические игры и тренинги/перевод с нем. – М.: Генезис, 2003.
24. Фришман И.И. «Форум юных граждан» М.,2001г
25. Цзен Н.В., Пахомов Ю.В. Психотренинг. – М.: Класс, 1999.

26. Щуркова Н.Е. Классное руководство. – М., 1999. Рогов Е.И. Настольная книга практического психолога. Владос, М., 1999.
27. Энциклопедия игр и развлечений под ред. О. Турбина.

Литература для детей

1. Дерябо С., Ясвин В. Гроссмейстер общения. Иллюстрированный самоучитель психологического мастерства. – М., 2005.
2. Вачков И.В. Приключения во внутреннем мире. – М., 2005.
3. Кинчер Дж. Книга о твоих знакомых. – СПб.: Владос, 2003.
4. Кинчер Дж. Книга о тебе. – СПб.: Владос, 2006.
5. Снайдер Д. Курс выживания для подростков. – М., 2005.
6. Профильное образование, Элективный курс. Прикладная этика. - Волгоград: Учитель, 2007.
7. Маркуша А. Мозаика для делового человека. - М., 2007.
8. Селевко Г.К. Управляй собой. - М., 2003.
9. Селевко Г.К. Познай себя. - М., 2003.
10. Селевко Г.К. Руководство по организации самовоспитания школьников. - М.: Народное образование, 2005.
11. Селевко Г.К. Научи себя учиться. - М., 2007.
12. Селевко Г.К. Найди себя. - М., 2003.
13. Селевко Г.К. Сделай себя сам. - М., 2004.
14. Михайлов В.Т. Моя профессиональная карьера. - М., 2007.
15. Честных Ю. Н. Открыть себя. - М., 2000.
16. Зинченко А.А. Как построить свое «Я». - М., 2008.
17. Каган М.С. Мир общения. - М., 2005.
18. Цукерман Г.А. Психология саморазвития. - М., 2005.
19. Тетровский А.П. Быть личностью. - М., 2009.
20. Прошитская М.П. Правильно выбери профессию. - М., 2008.

Литература для родителей

1. Климов Е.А. Как выбрать профессию. - М., 2006.
2. Селевко Г.К. Современные образовательные технологии. - М., 2009.
3. Тубельский А.Н. Школа самоопределения. - М., 2005.
4. Фролов В.Т. Перспективы человека. - М., 2007.

Блок «Я- волонтер!»

Литература для педагога.

1. Программа обучающего курса школы волонтеров “Академия добра”. ГУ “Мордовский республиканский молодежный центр”.

2. Лях Т.А. Методика организации волонтерских групп: учебное пособие / Г.Л. Лях. – К: КУ им. Бориса Гринченко, 2010. – 160 с.
3. Левдер, И.. Добровольческое движение как одна из форм социального обслуживания //Социальная работа, 2006, №2.

Литература для детей

Рабочая тетрадь волонтера

Блок «Я – актер!», «Я –аниматор!», «Я – ведущий!» (3-5 год)

Литература для педагога.

1. Выготский Л.С. Воображение и творчество в детском возрасте.- М., 1992г.
2. Горчаков Н.М. "Режиссерские уроки". Москва, Арнир. 2006г.
3. Костецкая Л. "Школа телеведущих", Новосибирск, 2012г,
4. Куприянов Б.В., Рожков М.И., Фришман И.И. Организация и методика проведения игр с подростками. М.: ВЛАДОС, 2001.
5. Лилина М.П. "Устранять актерские недуги", Москва, Презентация, 2002г.
6. Топорков В. " Станиславский на репетиции" Москва, 2005г.
7. Шмакова С.А. Игры- Шутки, игры_ минутки.- М., 2003 г.

Методическое обеспечение программы по ЗОЖ (интернет –ресурсы)

1. <http://www.charite.org.ua/viewtopic.php?t=82>

Практическое руководство для начинающих волонтеров

2. "Библиотека волонтера" форума www.charite.org.ua

3. <http://www.rak.by/cgi-bin/article.cgi?a=319>

“Пропаганда безопасного секса” сайт:

<http://www.medportal.ru/mednovosti/news/2006/05/19/mex/>

Видеоролики о вреде употребления ПАВ

Видеоролики о деятельности волонтерских отрядов России.

Блок «Я и другие»

МЕТОДИЧЕСКИЙ МАТЕРИАЛ**Лидер ли ты? (Методика самооценки лидерских качеств)**

Инструкция: если ты полностью согласен с приведенным утверждением, то рядом с номером вопроса поставь цифру «4»; если скорее согласен, чем не согласен - «3»; если трудно сказать - «2»; скорее не согласен, чем согласен - «1»; полностью не согласен - «0».

1. Не теряюсь и не сдаюсь в трудных ситуациях.
2. Мои действия направлены на достижение понятной мне цели.
3. Я знаю, как преодолевать трудности.
4. Люблю искать и пробовать.
5. Я легко могу убедить в чем-либо моих товарищей.
6. Я знаю, как вовлечь моих товарищей в общее дело.
7. Мне не трудно добиться того, чтобы все хорошо работали.
8. Все знакомые относятся ко мне хорошо.
9. Я умею распределять свои силы в учебе и труде.
10. Я могу четко ответить на вопрос, чего хочу от жизни.
11. Я хорошо планирую свое время и работу.
12. Я легко увлекаюсь новым делом.
13. Мне легко установить нормальные отношения с товарищами.
14. Организуя товарищей, стараюсь заинтересовать их.
15. Ни один человек не является для меня загадкой.
16. Считаю важным, чтобы те, кого я организую, были дружными.
17. Если у меня плохое настроение, я могу не показывать это окружающим.
18. Для меня важно достижение цели.
19. Я регулярно оцениваю свою работу и свои успехи.
20. Я готов рисковать, чтобы испытать новое.
21. Первое впечатление, которое я произвожу, обычно хорошее.
22. У меня всегда все получается.
23. Хорошо чувствую настроение своих товарищей.
24. Я умею поднимать настроение в группе своих товарищей.
25. Я могу заставить себя утром делать зарядку, даже если мне этого не хочется.
26. Я обычно достигаю того, к чему стремлюсь.
27. Не существует проблемы, которую я не могу решить.
28. Принимая решения, перебираю различные варианты.
29. Я умею заставить любого человека делать то, что я считаю нужным.
30. Умею правильно подобрать людей для организации какого-либо дела.
31. В отношениях с людьми я достигаю взаимопонимания.
32. Стремлюсь к тому, чтобы меня понимали.
33. Если в моей работе встречаются трудности, то я не опускаю руки.
34. Я никогда не испытываю чувства неуверенности в себе.
35. Я стремлюсь решать все проблемы поэтапно, не сразу.
36. Я никогда не поступал так, как другие.
37. Нет человека, который устоял бы перед моим обаянием.
38. При организации дел я учитываю мнение товарищей.
39. Я нахожу выход в сложных ситуациях.
40. Считаю, что товарищи, делая общее дело, должны доверять друг другу.
41. Никто и никогда не испортит мне настроения.
42. Я представляю, как завоевывать авторитет среди людей.
43. Решая проблемы, использую опыт других.
44. Мне не интересно заниматься однообразным, рутинным делом.
45. Мои идеи охотно воспринимаются моими товарищами.

46. Я умею контролировать работу моих товарищей.
47. Я умею находить общий язык с людьми.
48. Мне легко удается сплотить моих товарищей вокруг какого-нибудь дела

Ключ

Сосчитай сумму баллов по каждой строке:

- 1) Умение управлять собой (№ вопроса, 1,9, 17, 25, 33).
- 2) Осознание цели (знаю что хочу) (№ 2, 10, 18, 26, 42).
- 3) Умение решать проблемы (№ 3, 11, 19, 35, 43).
- 4) Наличие творческого подхода (№ 4, 12, 20, 28, 44).
- 5) Влияние на окружающих (№ 5, 13, 21, 37, 45).
- 6) Знание правил организаторской работы (№ 6, 14, 30, 38, 46).
- 7) Организаторские способности (№ 7, 23, 31, 39, 47).
- 8) Умение работать с группой (№; 16, 24, 32, 40, 48).
- 9) Шкала искренности (№ 8, 15, 22, 27, 29, 34, 36, 41).

Интерпретация: если сумма в каждой строке 1-9, меньше 10 – качество развито слабо, его нужно совершенствовать; если больше 10 - качество развито средне; от 15 и более - развито сильно. По шкале искренности: если сумма больше 10 - тест недействителен.

ТЕСТ ПО ВЫЯВЛЕНИЮ ОРГАНИЗАТОРСКИХ СПОСОБНОСТЕЙ

Инструкция: определите свои организаторские способности, т.е. умение активно влиять на людей. Для этого ответь быстро, не задумываясь, на нижеприведенные вопросы. Ответы должны быть только утвердительными (да) или отрицательными (нет). Отвечая, постарайся воспроизводить свое реальное поведение в конкретной ситуации.

1. Часто ли тебе удается склонить большинство своих товарищей на свою сторону?
2. Хорошо ли ты ориентируешься в критической ситуации?
3. Нравится ли тебе заниматься общественной работой?
4. Легко ли ты отступаешь от своих намерений, если возникают некоторые помехи в осуществлении их?
5. Любишь ли ты придумывать или организовывать различные игры, развлечения?
6. Часто ли ты откладываешь на другие дни те дела, которые нужно было бы выполнить сегодня?
7. Стремись ли ты к тому, чтобы твои товарищи действовали в соответствии с твоим мнением?
8. Верно ли, что у тебя не бывает конфликтов с товарищами из-за
Часто ли в решении важных дел ты проявляешь инициативу?
9. Правда ли, что ты обычно плохо ориентируешься в незнакомой обстановке?
10. Возникает ли у тебя раздражение, если не удастся закончить начатое дело?
11. Правда ли, что ты утомляешься от частого общения с товарищами?
12. Часто ли проявляешь инициативу при решении вопросов, затрагивающих интересы твоих товарищей?
13. Верно ли, что ты редко стремишься к доказательству своей правоты?
14. Принимаешь ли ты участие в общественной работе в школе (классе)?
15. Верно ли, что ты не стремишься отстаивать свое мнение или решение, если оно не было сразу принято твоими товарищами?
16. Охотно ли ты приступаешь к организации различных мероприятий для своих товарищей?
17. Часто ли ты опаздываешь на деловые встречи, свидания?

18. Часто ли ты оказываешься в центре внимания?
19. Правда ли, что ты не очень уверенно чувствуешь себя в обществе большой группы своих товарищей?

Ключ:

После того, как ты ответил на предложенные вопросы, посчитай сумму набранных баллов. При этом учти, что каждый утвердительный ответ на нечетные вопросы и отрицательный на четные оценивается в 1 балл.

Интерпретация: результат 15 баллов и более свидетельствует о высоком уровне организаторских способностей; 13-14 баллов - о среднем; ниже 13 баллов - о низком уровне развития организаторских способностей. Если у тебя оказался низкий уровень, не отчаивайся, при желании ты можешь развить свои организаторские способности.

Упражнение «Стратегия успеха»

Цели: Разработка собственно стратегии достижения успеха.

Количество участников: от 10 человек.

Время: 10-15 минут.

Ресурсы: доска с мелом или флип-чарт с маркерами, лист бумаги А4 на каждого участника, ручка/карандаш на каждого участника.

Краткое описание:

Э. Роббинс предлагает на этом этапе воспользоваться некоторыми идеями нейролингвистического программирования Дж. Гриндера и Р.Бандлера, а именно: попытаться смоделировать кого-то, кто уже достиг того, к чему вы стремитесь. Воспользуйтесь такими моделями.

Запишите имена 3-5 человек, *которые уже добились того, к чему вы стремитесь.* Этими людьми могут быть те, кого вы хорошо знаете, а могут быть и просто известные люди, добившиеся необыкновенных успехов. В нескольких словах опишите их личностные качества и поведение, которые привели их к успеху.

После этого закройте глаза и представьте, что каждый из этих троих (пятерых) собирается дать вам совет, как лучше всего достичь цели. Запишите основную идею того, что они скажут.

Может быть, это о том, как избежать ложного пути, может быть, о том, как освободиться от своих собственных ограничений. Пишите то первое, что придет вам в голову. Даже если вы не знаете этих людей, они могут стать прекрасными советчиками.

Завершение упражнения:

Обсуждение впечатлений.

Кому удалось сделать все правильно?

В чем были сложности?

Упражнение «Идеальный день»

Цели: разработка собственно стратегии достижения успеха.

Количество участников: от 10 человек.

Время: 10-15 минут.

Ресурсы: доска с мелом или флип-чарт с маркерами, лист бумаги А4 на каждого участника, ручка/карандаш на каждого участника, фломастеры или цветные карандаши.

Краткое описание:

Вспомните случай из своей жизни, когда вы переживали какой-то абсолютный успех. Закройте глаза и представьте себе это предельно ярко. Обратите внимание на то, где у вас помещается эта картинка: слева, справа, вверху, внизу, посередине. Обратите также внимание на размер, точность и качество этой «картинки», на те движения, звуки, переживания, которые ее создают. Теперь подумайте о тех целях, которые вы записали. Создайте внутреннюю картину - что будет, если вы достигнете этого результата. Мысленно поместите эту картинку туда же, где была предыдущая, и сделайте ее того же размера, яркости, раскрашенности. Постарайтесь сделать это как можно лучше. Заметьте, как вы себя при этом чувствуете. Скорее всего, вы уже сейчас ощутите себя по-другому - более уверенным в успехе, чем это было, когда вы впервые сформулировали вашу цель. Это упражнение надо повторять как можно чаще, чтобы ваш мозг мог создавать картину будущего успеха даже с большей легкостью, чем уже пережитого. Ясная внутренняя картина и переживание «потребного будущего» чрезвычайно важны.

Нарисуйте мысленно свой *идеальный день*.

Хорошо иметь много разных целей, но в определенном смысле лучше иметь целостное представление о том, что они, все вместе, будут для вас означать. Нарисуйте для этого ваш идеальный день. Это может быть мысленный рисунок, но может быть и реальный. Кто с вами? Чем вы заняты? Когда, как вы проснулись, что происходит дальше вплоть до самого вечера, когда вы вновь ляжете спать? Что вы будете чувствовать, ложась в постель? Возьмите карандаш и бумагу и опишите все это.

Завершение упражнения:

Обсуждение впечатлений.

Кому удалось сделать все правильно?

В чем были сложности?

Упражнение «Идеальное окружение»

Цели: рассмотрение своего социального окружения.

Количество участников: от 10 человек.

Время: 10-15 минут.

Ресурсы: доска с мелом или флип-чарт с маркерами, лист бумаги А4 на каждого участника, ручка/карандаш на каждого участника.

Краткое описание:

Акцентируйте значение места, не ставя себе никаких ограничений: где вы - в лесу, на берегу озера, в шикарном офисе или в своей квартире? Что под рукой - компьютер, рояль, чашка кофе? Какие люди вас окружают? Помните при этом, что мозгу необходим четкий, ясный, сфокусированный сигнал, чтобы заработал описанный Мольцем механизм автоматического наведения на цель. Вот почему все вышеприведенные упражнения очень полезны.

Завершение упражнения:

Обсуждение впечатлений, кому удалось определиться, кто нашел в себе цели для действий и др.

Тренинг 3. ЛИЧНОСТНЫЙ РОСТ

«СЛАГАЕМЫЕ УСПЕХА»

У кого в жизни есть «зачем», тот может вынести почти любое «как».
Ф. Ницше

ЗАНЯТИЕ 1

Цель: познакомиться с группой, определить основные направления работы над собой.

Упражнение 1. «Визитка»

Краткое описание: выбрать тренинговое имя, оформить его на визитку и представить себя.

Упражнение 2. «Перемена мест»

Краткое описание: ведущий просит игроков поменяться местами по определённом принципу, например, все, кто в джинсах. Тот, кто не успел вовремя занять место, становится ведущим.

Упражнение 3. «Весёлая палитра знакомств»

Краткое описание: участникам предлагается за 2 минуты заполнить лист с вопросами, опросив как можно больше участников и вписав тренинговые имена. На листе цветами зашифрованы вопросы, которые ведущий проговаривает вслух, задание в том числе и на внимание. Необходимо запомнить вопросы, не перепутать цвета, а главное, напротив каждого цвета должно появиться как минимум два имени присутствующих.

Примерные цвета и вопросы:

- белый - найти того, кто сегодня мылся в душе;
- чёрный – тот, кто в детстве боялся темноты;
- красный – знает свою группу крови;
- оранжевый – не любит апельсины;
- жёлтый – есть жёлтое в одежде и аксессуарах;
- зелёный – зелёные глаза;
- синий – летал на самолёте;
- золотой – был отличником хотя бы в одном из учебных годов.

«Я» - ведущий тренинга просит начертить в тетради схему, в центре которой находится буква «я», символизирующая самого участника. Участникам предлагается ответить на 7 вопросов, на осознание и понимание собственного «я»:

1. «Я» как человек...
2. «Я» как ребёнок...
3. «Я» как ученик...
4. «Я» как гражданин Российской Федерации...
5. «Я» как друг...
6. «Я» как сосед...
7. «Я» как человек, проявляющий социальную активность...

Упражнение 4. «Ответственность»

Краткое описание: ведущий просит встать определённое количество игроков, дожидаясь чтобы стоящими оставались только необходимое количество. По итогам игры определяется «совесть группы» - тот, участник, который оказывался стоящим наибольшее количество раз, но при это не проявлял чрезмерного упрямства. Этого участника можно назначить старостой группы.

Упражнение 5. «Имя - импульс»

Краткое описание: ведущий просит пропустить по кругу словесный импульс, причём когда импульс переходит к участнику, он может направить его в любую сторону, либо к участнику справа, либо к участнику слева. В процессе игры выявляются стили поведения участников группы (лидерские качества, упрямство, уступчивость, равнодушие и т.д.)

Упражнение 6. «Постер»

Краткое описание: участники делятся на пары. Обязательное условие разбивки –

незнакомые люди. В задачу участников входит проинтервьюировать друг друга в течении 5 минут на каждого участника, а затем изобразить рисунком на листе формата А4 своего оппонента. Рисунки не показываются группе и собираются ведущим до следующего занятия.

Домашнее задание: каждому в своей тетради ответить на вопросы «Что значит успех для меня? Что мне мешает или помогает стать успешным?»

Вывод по занятию и первое слагаемое успеха: *Узнать себя и определится чего я хочу.*

Рефлексия по занятию: «Камень за пазухой». Поднять воображаемый камень, сосредоточить в нём всю негативную энергию, проговорить вслух всё негативное и выбросить как можно дальше этот воображаемый камень.

ЗАНЯТИЕ 2.

Цель: осознать себя как личность, задуматься о своих сильных и слабых сторонах.

Упражнение 7. «Контакты»

Краткое описание: участники садятся в два круга, лицом друг к другу. Ведущий предлагает участникам заданные роли и ситуации для общения. Участники общаются в течении 1 минуты. Задача участников внутреннего круга установить бесконфликтный контакт, задача ребят из внешнего круга как можно ярче сыграть свою роль. По сигналу ведущего участники внешнего круга перемещаются по часовой стрелке на одно место. Примерные заданные ситуации:

- встретились два одноклассника, которые не виделись долгое время, причём один из них другого явно видеть не желает, зато второй искренне рад встрече;
- маленький ребёнок потерялся и горько плачет, необходимо его успокоить;
- два хороших приятеля встретились после долгой разлуки и искренне рады встрече;
- любопытная соседка пытается узнать как можно больше о ваших близких, чтобы рассказать всему миру;
- при поездке в час пик в автобусе вы получаете неприятный толчок в спину, разворачиваясь, видите очень старенькую, скрюченную бабулечку;
- и другие.

Упражнение 8. «Постеры»

Краткое описание: продолжение тренинга с предыдущего задания. Ведущий показывает участникам рисунки, задача угадать кому посвящается этот постер. Художники добавляют, поясняют, дополняют. Задача участников узнать как можно больше друг о друге.

Обсуждение домашнего задания. Вопросы по ситуации успеха, желаниях, стремлениях, участников.

Упражнение 9. «Контраргументы»

Краткое описание: группа разбивается на 3 - 4 подгруппы. В микро группах ведётся обсуждение по итогам домашнего задания, на каждый аргумент участника, который он считает своей слабой стороной, мешающей достижению успеха, группа находит контраргументы. Один из членов микро группы подводит общий итог.

Упражнение 10. «Узелки»

Краткое описание: на длинной бельевой верёвке завязываются узелки. Все участники берутся правой рукой за верёвку. Задача для игроков развязать все узелки на верёвке, не выпуская её из правой руки, левой рукой можно помогать. Задание должно быть выполнено за 15 – 20 минут. Количество узелков на верёвке не менее 10 – 15.

Домашнее задание: в тетради написать небольшое эссе на тему: «Я глазами группы и способы как это исправить или укрепить».

Вывод по занятию и второе слагаемое успеха: *Мне необходимо знать свои сильные и слабые стороны и способы как с этим жить.*

Рефлексия: из кучи камней, брошенных мною вчера и найденных сегодня, взять тот, который содержит самое важное и ценное для меня сегодня.

ЗАНЯТИЕ 3

Цель: составить разговор об общечеловеческих ценностях и ценностях каждого человека,

участников группы.

Упражнение 11. «Игрушка»

Краткое описание: участники сидят в кругу. Задание вспомнить свою любимую детскую игрушку и рассказать от её лица о хозяине или хозяйке. Необходимо обратить внимание на интересные детали, смешные или грустные истории детства участников, составить мнение о человеке.

Работа в микро группах по 3 – 4 человека на основе домашнего задания. Каждому участнику необходимо выговориться о своих мыслях и чувствах, которые он испытывает по отношению к ребятам в группе в общем и в микро группе в частности.

Упражнение 12. «Ценности»

Краткое описание: каждому участнику группы выдаётся 4 маленьких листка бумаги, на которых он формулирует свои основные жизненные ценности и ранжирует их в порядке убывания, то есть на 4 месте менее ценная и так далее. Затем ведущий предлагает смять листок с записью о четвёртой ценности и бросить в центр круга, потом с 3, 2, и 1. Ребята делают это неохотно, можно прокомментировать, что это просто бумага и добиться выполнения задания. Когда все ценности окажутся в центре круга, мы анализируем произошедшее. Думаем, что такое ценности для нас, правильно ли мы расставили приоритеты, что чувствовали, когда лишили себя ценностей. Возможно кто-то скажет, что расставил бы ценности в другом порядке и т. д. После обсуждения ведущий предлагает всем найти свои листочки, но при этом помочь найти свои записи и другим ребятам, не толкаться, быть взаимно вежливыми.

Домашнее задание: в тетради каждому из группы написать пожелание в одно предложение.

Вывод по занятию и третье слагаемое успеха: Мне необходимо осознать свои жизненные ценности и чётко расставить для себя приоритеты.

Рефлексия: по кругу высказать свои эмоции, переживания, впечатления.

ЗАНЯТИЕ 4

Цель: получить поддержку группы, создать максимально доброжелательный микроклимат в группе.

Упражнение 13. «Ма - дзинга»

Краткое описание: упражнение на эмоциональный настрой группы. Ведущий вытягивает руки вперёд и на одной ноте начинает протяжно говорить «ма», его по кругу поочередно должны подхватить все участники, стараясь придерживаться этой же ноты. Когда прошёл весь круг участники должны резко подтянуть руки к груди и громко крикнуть «дзинга».

Упражнение 14. «Колдун»

Краткое описание: из группы детей выбирается один водящий – колдун. Он выбирается тайно или назначается руководителем, так, чтобы другие не заметили. Его задача – «заколдовать всех» при помощи рукопожатия. Во время рукопожатия он должен осторожно «поцарапать» ладошку. игроки свободно перемещаются по помещению и обмениваются рукопожатиями. Отказываться от рукопожатий нельзя. Тот, кого заколдовали, без проявления бурных эмоций отходит в сторону от играющих. Задача играющих – вычислить колдуна. Задача колдуна – заколдовать всех. Если два и более человек догадались, кто из группы колдун, они могут назвать его имя вслух, но если они ошибаются, то выбывают из игры. Игра ведётся до победы одной из сторон.

Упражнение 15. «Предложения»

Краткое описание: участники разбиваются на пары и становятся напротив друг друга так, чтобы образовались два круга: внешний и внутренний. По сигналу ведущего ребята начинают общение. У каждого из пары есть одна 30 секунд, чтобы высказать своё мнение по предлагаемым ведущим утверждениям. После сигнала ведущего пары заканчивают общение и ребята из внешнего круга делают переход с правую сторону, оказываются перед новым партнёром. общение повторяется.

Примерные предложения для общения:

- Я вижу в тебе;
- Я хочу сказать тебе;
- По моему мнению тебе не хватает..;
- Я предлагаю тебе;
- Ты для меня...

Упражнение 16. «Таинственная сила»

Краткое описание: из группы выбираются 4 человека, которые желают принять участие в эксперименте. Ведущий сам выбирает ещё одного участника, который будет главным героем эксперимента. Четыре участника должны поднять пятого со стула, только при помощи указательных пальцев правой и левой рук, сложенных вместе. Для этого пальцы рук переплетаются, указательные пальцы выставляются вперёд. После этого два участника подсовывают пальцы под колени сидящего, двое других под мышки, медленно поднимают участника и медленно опускают обратно. вся остальная группа должна принимать активное участие, подбадривать, подсказывать, но не кричать. Затем обязательный анализ происходящего. Выводом должно стать размышление о поддержке близких и знакомых людей. При внимательном участии и отношении друг к другу мы можем сделать большее.

Домашнее задание: в тетради составит список родных и знакомых людей, которые могут оказать мне всевозможную поддержку в любых начинаниях, положительных с точки зрения общепринятых ценностей.

Вывод по занятию и четвёртое слагаемое успеха: Чтобы стать успешным мне необходимо заручиться поддержкой близких людей.

Рефлексия: зачитать каждому участнику фразы, продуманные дома, и если что-то изменилась в процессе занятия, добавить и переосмыслить.

ЗАНЯТИЕ 5

Цель: Найти своё место в группе и получить отдачу от всех участников тренинга.

Упражнение 17. «Лицо»

Краткое описание: для тренинга каждому участнику понадобятся лист белой бумаги и фломастер. Ведущий даёт задание всем вместе изобразить лицо человека, символизирующегося с нашей группой. В течении 5 – 10 минут группа обсуждает как она это сделает, не дотрагиваясь до бумаги, затем в течении 3 минут молча выполняет задание. Каждый должен принять участие в работе и использовать свой лист. Лицо должно получиться большим. После выполнения задания проходит анализ действий группы. Необходимо прийти к выводу, что в коллективный портрет группы каждый добавил частичку себя, и от индивидуальности каждого зависит многообразие группы.

Упражнение 18. «И снова Я»

Краткое описание: ведущий просит вернуться к началу занятий, к таблице «Я» с первого занятия. Проходит обсуждение в группе, изменилось ли моё отношение к себе, что я переосмыслил, добавил, почерпнул, узнал, в чём я утвердился. Участники могут исправить, дописать свою таблицу.

Упражнение 19. «Пальчики»

Краткое описание: участники разбиваются на пары и становятся напротив друг друга так, чтобы образовались два круга: внешний и внутренний. Ведущий предлагает каждому сделать выбор того стиля общения, который сложился между этими двумя людьми. Играем

по принципу игры «Камень, ножницы, бумага»: если два человека мало знают друг о друге, то выбрасываем один пальчик, если достаточно хорошо, и общение состоялось, то два пальчика, если стали друзьями, то три. Если разное количество, то общаемся по наименьшему. Если 1, то ребята поворачиваются друг к другу спиной, 2 – пожимают руки, 3 – обнимаются. По сигналу ведущего ребята начинают общение. У каждого из пары есть 3 секунды, чтобы сделать выбор. После сигнала ведущего пары заканчивают общение и ребята из внешнего круга делают переход с правую сторону, оказываются перед новым партнёром. Общение повторяется.

Упражнение 20. «Я желаю тебе...»

Краткое описание: участники садятся в круг и пишут пожелания в тетради каждому члену тренинговой группы, начиная с фразы «Я желаю тебе...». Тетради остаются на память участникам.

Вывод по занятию и пятое слагаемое успеха: Необходимо прежде всего быть самим собой и знать чего я хочу, то есть уметь ставить свои жизненные цели.

Рефлексия: у каждого есть заключительное слово к ведущему, партнёрам по тренингу. Можно высказать своё мнение, прочитать стихи, спеть и т.д.

Общий вывод:

У – узнать;

С – сила и слабость;

П – подумать, что ты ценишь;

Е – если понял, заручись поддержкой;

Х – хочешь быть успешным, будь им!

Тренинг 4. РАЗВИТИЕ КОММУНИКАТИВНЫХ НАВЫКОВ ВЗАИМОДЕЙСТВИЯ С ДРУГИМИ

Никто еще не создавал чего-либо заслуживающего внимания без достаточной уверенности в себе. Такая уверенность невозможна без развитых в одинаковой степени самооценки и самоуважения. Ничто не может стать препятствием к достижению успеха, кроме отсутствия веры в себя.

Дж. Ландрам

Упражнение 1. «Установление контакта» (мини-лекция)

Общение - многогранное слово, которое включает в себя любое взаимодействие с другими людьми: случайный разговор, убеждение, обучение, переговоры и т.д. Мы общаемся не только с помощью слов, но и с помощью оттенков своего голоса, с помощью своего тела: поз, жестов и выражения лица. Какое-то сообщение передается, даже если вы не говорите ничего и сохраняете молчание. Слова - лишь малая часть того, что мы пытаемся сообщить другому человеку.

Исследования показывают, что в процессе общения 55% информации мы воспринимаем через язык тела, т.е. это - поза, жесты, глаза, мимика; 38% - посредством тона голоса; и лишь 7% через смысл сказанных слов. И если слова являются содержанием сообщения, то позы, жесты, выражение лица, интонации представляют собой контекст, в который помещаются эти сообщения (пример: «Доброе утро»).

Смысл любого сообщения состоит в том, как оно воспринято вашим собеседником. Иногда то, как понял вас другой человек, может совершенно отличаться от того смысла, который вкладывали вы. Общение - замкнутый цикл: то, что вы делаете, оказывает влияние на другого человека, а то, что он делает, оказывает влияние на вас, - это не может происходить иначе, но при этом вы можете говорить на разных языках. Для того, чтобы максимально приблизиться к общению на одном языке необходимо установить с другим человеком контакт, т.е. установить доверительные и отзывчивые отношения. Вы заметили, что когда двое людей находятся в контакте, то они как бы «отзеркаливают» друг друга в жестах, позах, интонациях? Эти люди чувствуют смену настроения другого и следуют за ним, постепенно выводя его на другой эмоциональный уровень. Установить контакт с другим человеком - это значит чутко и с уважением подстроиться к его языку телодвижений. Контакт - это не слепое подражание, когда без разбора и преувеличенно можно копировать движения. Все мы легко и естественно делаем это, общаясь с людьми, которым искренне симпатизируем. Обратите внимание на собственное естественное умение устанавливать контакт, наблюдайте, как это делают другие. Обобщите свой опыт, опыт других людей и это даст вам возможность научиться устанавливать контакт с другими людьми.

ВЕРЁВОЧНЫЙ КУРС

«Верёвочный курс» (далее - ВК) представляет собой серию тренинговых упражнений. ВК – это программа самообучения группы, в которой ее участники находят решения, руководствуясь лишь собственным опытом. В ВК нет места соревновательности. Важен успех и полученный опыт.

Цель: сплочение группы в процессе преодоления трудностей, создание атмосферы взаимного доверия и поддержки в коллективе.

Участники: оптимальное количество – 15 человек. Возраст – с 14 лет. Участники одеты в спортивную форму.

Время проведения: время выполнения задания не регламентируется. Группа самостоятельно решает, продолжить упражнение или начать выполнять следующее. При желании группа может вернуться к невыполненному упражнению.

Инвентарь: деревья, веревки, футбольный мяч, баскетбольный мяч, волейбольный мяч, мяч

для большого тенниса, турник, шесты, ведро, стулья по количеству участников.

Обязательное требование ВК: обеспечение безопасности.

Функции ведущего:

- в начале каждого упражнения зачитывает группе задание и правила его выполнения. При возникновении у участников вопросов, задание и правила повторно зачитываются без дополнительных объяснений. При выполнении задания действует принцип: «Разрешено всё, что не запрещено», но участники должны сами догадаться об этом;
- во время выполнения упражнений не помогает и не мешает группе, помнит, что группа всего должна добиться сама на собственном опыте;
- во время прохождения группой ВК поддерживает хорошее настроение в группе, осуществляет страховку и организует ее силами самих участников.

Рекомендации организаторам:

- организаторами ВК должны быть взрослые, прошедшие ВК в качестве участников;
- перед ВК провести инструктаж по ТБ с ведущими и участниками упражнений.

Примерное обращение к участникам перед началом ВК

Дорогие друзья! Сейчас вам предстоит пройти серию испытаний, которая называется «Верёвочный курс». Испытания достаточно сложные, и, чтобы ваша группа успешно их преодолела, каждому из вас придется приложить максимум усилий.

Некоторые испытания связаны с риском получения ссадин и более серьезных травм, поэтому вам необходимо постоянно помнить о технике безопасности, беречь и поддерживать друг друга.

В начале каждого испытания я буду зачитывать вам его задания и правила. Если у вас появятся вопросы, задавайте их. Но по условиям ВК, я имею право повторно зачитать только условия и правила, без дополнительных объяснений.

Если какое-либо испытание не удастся пройти, вы можете перейти к выполнению следующего. При желании группа может вернуться к невыполненному упражнению.

Вам нужно постараться за отведенное время пройти как можно больше испытаний. Это будет непросто, но я уверен, очень увлекательно.

Помните, что от вклада каждого в достижение общей цели зависит успех группы.

Вы справитесь, если будете одной командой. Удачи!

УПРАЖНЕНИЯ ДЛЯ ВК

Обрыв

Исходные условия: вся группа встает в шеренгу на бревно или скамейку (шириной 15см и длиной 7-8м)

Задание: участникам группы поменяться местами так, чтобы первый с одного конца шеренги стал первым с начала другого, второй с конца стал вторым с начала и т.п.

Ограничения: при касании любым участником земли упражнение выполняется всей группой сначала.

Минное поле

Ход испытания: на полу чертится большой квадрат, состоящий из 16 маленьких квадратиков. На заранее заготовленной карточке указывается задуманный путь, который должны пройти все участники.

Первый игрок выходит и выбирает любой квадратик, если он выбран неверно, ведущий говорит: «Ку-ку», а игрока заменяет следующий. Испытание заканчивается, когда путь пройдут все участники.

	х		
х			
	х	х	
			х

Одеяло

Исходные условия: все участники встают на одеяло.

Задание: перевернуть одеяло с одной стороны на другую.

Ограничения: заступ на поле без одеяла, испытание начинается сначала.

Паутина

Исходные условия: между деревьями – 2,5м. Верхняя веревка – на высоте 1,5м над землей. Нижняя – на высоте 0,3м. Ячейки «паутины» такие, чтобы в них можно было каким-то образом пролезть участнику. Число ячеек на две-три меньше числа участников. Группа находится по одну сторону от «паутины».

Задание: пролезть всей группе сквозь «паутину».

Ограничения:

- сквозь одну ячейку может пролезть только один человек;
- над «паутиной» и под ней могут пролезть два участника;
- обходить «паутину» ни в ту, ни в другую сторону;
- нельзя касаться «паутины» (веревки);
- при касании любым участником «паутины» (веревки) упражнение выполняется всей группой сначала.

Примечание для ведущего: использовать ячейки «паутины» вторично разрешается, если участников больше, чем ячеек, и только после того, как будут «использованы» все ячейки по одному разу.

Колодец

Исходные условия: между тремя деревьями на высоте 1,5м натянута веревка. Расстояние между деревьями - 2м. Внутри «колодца» лежит прочная палка длиной 1,5м, способная выдержать на себе взрослого человека. Группа находится внутри «колодца».

Задание: всей группе выбраться из «колодца».

Ограничения:

- нельзя касаться веревки и пролезать под ней;
- при касании любым участником веревки упражнение выполняется сначала.

Маятник

Исходные условия: между двумя деревьями на высоте 3.5-4м натянута прочная веревка. Расстояние между деревьями – 2,5м. К середине веревки привязана висящая вертикально прочная веревка с узлами в нижней части. Нижний конец висящей веревки – на высоте 0,5м над землей. Параллельно натянутой между деревьями веревке на земле чертятся две линии на расстоянии 1,5м от деревьев. Расстояние между линиями – 3 м. Группа находится за одной из линий.

Задание: всей группе переправиться за другую линию.

Ограничения:

- нельзя касаться земли между линиями;
- нельзя обходить деревья;
- нельзя перепрыгивать;
- при касании любым участником земли между линиями упражнение выполняется всей группой сначала.

Стена

Исходные условия: отвесная стена высотой 2,5м и длиной не менее 3м. Группа находится с одной стороны стены.

Задание: всей группе перебраться через стену.

Ограничения:

- обходить стену нельзя;
- одновременно стены не могут касаться несколько участников.

Крокодил

Исходные условия: участники садятся на землю (пол) вплотную друг за другом, вытянув в сторону ноги. Руки участников подняты над головой и согнуты в локтях.

Первый участник встает и ложится спиной на руки сидящих за ним, скрестив свои руки на груди. Участники передают его на руках в «хвост» группы.

Задание: переправить таким образом всех участников.

Ограничения:

- переправляющим участникам нельзя встречать;
- переправляемый участник не должен касаться земли (пола);
- при падении или касании земли (пола) передаваемым человеком упражнение выполняется всей группой сначала.

Качающееся бревно

Исходные условия: бревно длиной 2,5-3м и диаметром 0,4м подвешено за концы прочными веревками на высоте 0,2м над землей. Веревки крепятся к деревьям, расстояние между которыми 3,5-4м. К дереву, у которого находится группа, прислонена прочная палка длиной 1,5м.

Задание: всей группе переправиться по бревну за другое дерево.

Ограничения:

- можно использовать палку длиной 1,5м;
- нельзя касаться земли между деревьями;
- переходить от дерева к дереву можно только по бревну;
- при касании любым участником земли между деревьями упражнение выполняется всей группой сначала.

Гать

Исходные условия: на земле начерчены две параллельные линии, расстояние между которыми – 25 метров. У одной линии лежат три жерди длиной 4,5м и диаметром 10-15см. Перед этой линией находится группа.

Задание: всей группе переправиться за другую линию.

Ограничения:

- можно использовать только три жерди;
- при касании любым участником земли между линиями упражнение выполняется всей группой сначала.

Откос

Исходные условия: участники встают в колонну друг за другом вплотную. Ведущий с помощью одной веревки затягивает петли на правой ноге каждого участника (на уровне щиколотки). Длина веревки – 10м.

Задание: не распутывая петель, пройти 100м.

Квадрат

Исходные условия: на земле начерчен квадрат со стороной 1м.

Задание: уместиться всей группой внутри квадрата.

Ограничения:

- не заступать за его ограничения;
- продержаться в таком положении не менее 10 секунд.

Прыжок с шестом

Исходные условия: яма (канавка) глубиной 1 м и шириной 2,5м. По краям ямы начерчены две параллельные линии, расстояние между которыми равно 3м. Группа находится за линией, у которой лежит деревянный шест длиной 2,5м и диаметром 10см.

Задание: переправиться всей группе через яму за противоположную линию с помощью

шеста.

Ограничения:

- нельзя перепрыгнуть яму;
- при касании любым участником земли между линиями упражнение выполняется всей группой сначала.

Гусеница

Исходные условия: участники встают в колонну друг за другом. Каждый участник ставит ноги на ширине плеч и подкладывает правую руку между ногами стоящему позади, при этом левой рукой берет правую руку стоящего впереди.

Задание: всей группе сесть на пол, а затем подняться, не расцепляя при этом рук.

Ограничения: при расцеплении рук любых участников упражнение выполняется всей группой сначала.

Электрощель

Исходные условия: участники садятся в круг на землю (пол), касаясь сидящих рядом ступнями и держа за руки.

Задание: всем участникам одновременно (синхронно) встать, не расцепляя рук и не меняя положения ступней.

Ограничения: при расцеплении рук или несинхронном подъеме всех участников упражнение выполняется всей группой сначала.

Пенальти

Исходные условия: на расстоянии 10 м перед футбольными воротами шириной 3 м установлен футбольный мяч.

Задание: группе забить ногой мяч в ворота 15 раз подряд с расстояния 10 м.

Ограничения:

При промахе счет забитых мячей идет сначала.

Баскетбол

Исходные условия: группа находится на баскетбольной площадке.

Задание: каждому участнику с линии штрафного броска забросить в баскетбольную корзину мяч два раза.

Подтягивание

Исходные условия: группа находится перед турником.

Задание: подтянуться всей группе 100 раз, при этом каждый участник должен попытаться подтянуться.

Волейбол

Исходные условия: участники стоят в кругу лицом друг к другу. Ведущий подает им волейбольный мяч.

Задание: группе сделать 25 касаний по правилам волейбола.

Ограничения:

- участник не может касаться мяча два раза подряд;
- при падении мяча или нарушении условий задания счет касаний идет сначала.

Переправа

Исходные условия: между деревьями на высоте 2,5-3 м натянута прочная веревка. Расстояние между деревьями – 10-15 м. перпендикулярно натянутой между деревьями веревке на земле чертятся две линии на расстоянии 1,5 м от деревьев. Группа находится за одной из линий.

Задание: всей группе переправиться за другую линию.

Ограничения:

- нельзя касаться земли между линиями;
- при касании любым участником земли между линиями упражнение выполняется всей группой сначала.

Передай-ка

Исходные условия: участники сидят на стульях или на полу (земле) в кругу. Ведущий подает одному из участников мяч для большого тенниса.

Задание: участникам необходимо передать мяч по кругу до первого передающего, держа его на подъеме ступней.

Ограничения:

- участникам нельзя касаться мяча руками;
- участникам запрещается вставать со стула (пола);
- при падении мяча или нарушении ограничений задание выполняется сначала.

Примечание для ведущего: после выполнения участниками упражнения им предлагается повторить его, используя другие способы передачи мяча: держа мяч на коленях, прижав мяч подбородком на груди.

Путаница

Исходные условия: участники стоят в кругу и держатся за руки.

По команде ведущего все участники расцепляют руки, выставляют их вперед, делают несколько шагов к центру и снова берутся за руки. При этом нельзя брать за руки с рядом стоящим или с одним человеком за обе руки.

Задание: группа должна распутаться в исходное положение.

Ограничения:

- участникам нельзя расцеплять руки;
- в случае расцепления участниками рук задание выполняется сначала.

Примечание для ведущего: правильным вариантом выполнения задания следует считать ситуации, при которых:

- группа распуталась в один «круг»;
- из участников образовалось несколько отдельных «кругов»;
- из участников образовалось несколько «кругов», «сцепленных» по подобию звеньев цепи.

Механизм

Задание: группа должна в течение 10 минут выбрать и затем показать в действии любой механизм (машину, самолет). Задание выполняется всей группой.

Сбор мусора

Задание: группа должна собрать огромное количество мусора.

Примечание для ведущего: испытание проводится на территории, которую необходимо прибрать.

Сбор дров

Задание: группа должна собрать огромное количество дров.

Примечание для ведущего: испытание проводится на территории, прилегающей к костровому месту.

Шаги

Исходные условия: участники стоят в шеренге, взявшись за руки.

Задание: участники должны синхронно пройти расстояние в 20-25м, используя следующий алгоритм: «Три шага налево, три шага направо, шаг вперед, два назад и четыре прямо».

Ограничения:

- участникам нельзя произносить алгоритм вслух;
- участникам нельзя расцеплять руки;
- при ошибке в алгоритме, при нарушении ограничений, при несинхронных шагах участников задание выполняется сначала.

Водонос

Исходные условия: на расстоянии 7-10м от берега водоема стоит ведро.

Задание: группа должна полностью наполнить водой ведро.

Ограничения:

- участникам запрещается использовать посторонние предметы;
- в случае нарушения ограничения задание выполняется сначала.

Примечание для ведущего: участникам можно использовать лишь элементы одежды, обуви и вещи, находящиеся в карманах одежды.

Блок «Я – волонтер!»

РАБОЧАЯ ТЕТРАДЬ «Я – волонтер!» (ниже)

Занятие 1 - 2. Волонтерство как стиль жизни

ДОО «Волонтеры «Дриады»

Афоризм дня: *Истинное милосердие – это желание приносить пользу другим людям, не думая о вознаграждении (Хелен Келлер)*

На этом занятии мы с тобой сможем сообща:

- ✓ *Определить значение слова "волонтер"*
- ✓ *Определить круг деятельности волонтера*
- ✓ *Узнать о характеристиках и умениях человека, решившего стать волонтером*
- ✓ *Определить потребности волонтера*

Волонтерство - это неоплачиваемая, сознательная, добровольная деятельность **на благо других**. Любой, кто сознательно и бескорыстно трудится на благо других, может называться волонтером.



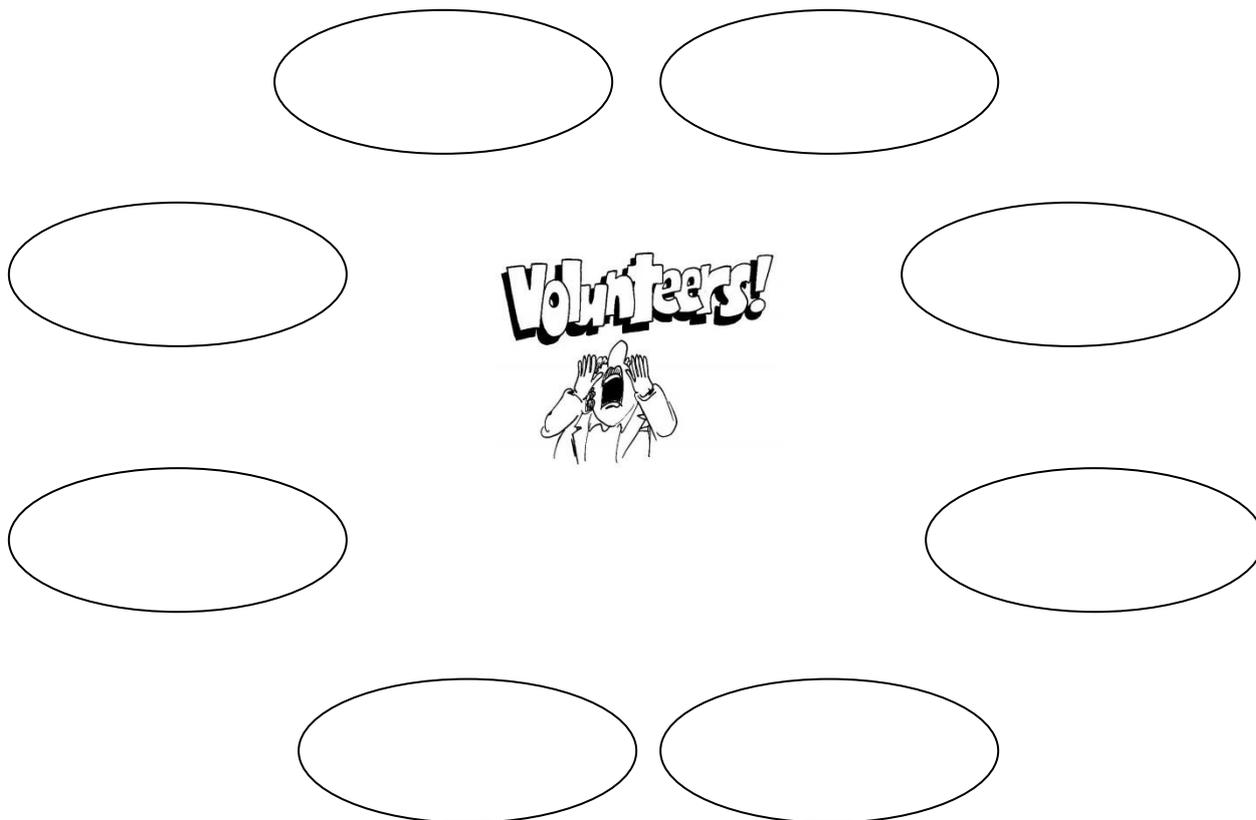
Часто молодые люди не могут реализовать все свои потребности, занимаясь лишь каждодневной рутинной (учёба в школе, занятия в спортивной секции и т.д.). В этом случае волонтерский труд может внести разнообразие, позволяя отвлечься от привычных дел. Волонтерская работа помогает человеку оторваться от

общепринятого и заставить его делать то, чего от него не ожидают окружающие.

Волонтерский труд не просто облагораживает, но позволяет стать человеку особенным, не таким, как все...

Любое действие человека направлено на удовлетворение той или иной потребности. Мы готовим ужин, так как хотим есть. Мы смотрим фильмы, так как хотим испытать новые эмоции и впечатления. Все это мы делаем для удовлетворения своих потребностей. И у волонтеров, желающих безвозмездно помочь людям, также есть мотивация и потребности.

В чём заключается волонтерский труд?



Волонтерский труд:

- Имеет общественную пользу
- Выполняется в свободное время
- Имеет добровольный характер
- Не предусматривает оплату труда

Какими качествами должен обладать волонтер?

В _____
О _____
Л _____
О _____
Н _____
Т _____
Е _____
Р _____

Свой вариант:

□ **Определи для себя, какие потребности испытываешь лично ты:**

- ❑ Помощь нуждающимся;
 - ❑ Улучшение своего сообщества;
 - ❑ Приобретение опыта работы;
 - ❑ Применение неиспользованных навыков;
 - ❑ Приобретение новых навыков;
 - ❑ Возможность выбраться из дома;
 - ❑ Внести какое-либо изменение в свою жизнь;
 - ❑ Возможность быть активным и вовлеченным;
 - ❑ Возможность встретиться с другими людьми;
 - ❑ Возможность испытать чувство того, что ты кому-то нужен;
 - ❑ Возможность попробовать себя в новом деле;
 - ❑ Возможность установить профессиональные контакты;
 - ❑ Возможность попробовать разные жизненные стили;
 - ❑ Осознание своего значения для общества;
 - ❑ Обретение чувства уверенности в себе;
 - ❑ Получение удовлетворения от работы;
 - ❑ Использование своего хобби для хороших дел;
 - ❑ Решение новых проблем;
 - ❑ Возможность учиться быть ответственным;
 - ❑ Друг/подруга пошла, а я за ним/ней;
 - ❑ Возможность проводить время весело со своими сверстниками;
 - ❑ Получение признания других;
 - ❑ Воплощение мечты в реальность;
 - ❑ Помощь другу;
 - ❑ Воздействие на других;
 - ❑ Возможность быть личностью, а не элементом;
 - ❑ Самоутверждение;
 - ❑ Возможность познакомиться с людьми со схожими ценностями;
 - ❑ Возможность быть примером своим детям;
 - ❑ Возможность отдать то, что ты получил
 - ❑ **Свой вариант**
-
-

«Вот тебе и первая выгода!..»

Придумай любое доброе дело, которое ты готов бы был совершить. Оцени плюсы и минусы лично для себя (чем ты жертвуешь, с какими сложностями столкнёшься, какие выгоды (нематериальные) ты сможешь получить...

Доброе дело

Volunteers!



+	-

Волшебное превращение

-	+

Помни! Волонтеры – это такие же люди, только немного лучше...

Занятие 2

Правила деятельности волонтера

1. Если ты волонтер, забудь лень и равнодушие к проблемам окружающих.
2. Будь генератором идей!
3. Уважай мнение других!
4. Критикуешь – предлагай, предлагаешь - выполняй!
5. Обещаешь – сделай!
6. Не умеешь – научись!
7. Будь настойчив в достижении целей!
8. Веди здоровый образ жизни! Твой образ жизни – пример для подражания.

Кодекс волонтеров

1. Быть здоровым – это модно!
2. Помогай всем, кому нужна помощь.
3. Акции – нужное дело и важное. Скажем вредным привычкам – НЕТ! Мы донести хотим до каждого: Глупо самим причинять себе вред! (Акции против табакокурения, алкоголизма, наркотиков и СПИДа)
4. Кто тренируется и обучается, У того всегда и все получается. Тренинг лидерства, тренинг творчества. Приятно общаться, действовать хочется! (Тренинги “Я - лидер”, “Уверенность в себе”, “Успешное общение”, “Твоя цель – твой успех”, “Ты и команда”, “Я – творческая личность”)
5. Готовы доказать на деле: Здоровый дух – в здоровом теле!
6. Снова и снова скажем народу: “Зависимость может украсть свободу!” (Пропаганда ЗОЖ в гимназии и не только.)
7. Не упрекай партнера за промахи, старайся поправить беду своими успехами.

ATTENTION! Время добрых дел!



Подумай и определи для себя время, в которое ты сможешь совершать свои личные добрые дела. Составь список своих добрых дел (в разных направлениях) на ближайшую неделю. Продумай способы реализации поставленных задач, а, достигнув желаемого результата, сделай

соответствующую отметку в поле.

ДЕНЬ НЕДЕЛИ	ДОБРОЕ ДЕЛО	ОТМЕТКА О ВЫПОЛНЕНИИ	МОИ ВПЕЧАТЛЕНИЯ

Помни! Волонтерство – это прежде всего инициатива!

Определи для себя, в чём состоит смысл притчи...

Однажды слепой человек сидел на ступеньках одного здания со шляпой возле его ног и табличкой с надписью: «Я слепой, пожалуйста, помогите».

Один человек проходил мимо и остановился. Он увидел инвалида, у которого было всего лишь несколько монет в его шляпе. Он бросил ему пару монет и без его разрешения написал новые слова на табличке. Он оставил её слепому человеку и ушёл.

К концу дня он вернулся и увидел, что шляпа полна монет. Слепой узнал его по шагам и спросил, не он ли был тот человек, что переписал табличку. Слепой также хотел узнать, что именно он написал. Тот ответил:

– Ничего такого, что было бы неправдой. Я просто написал её немного по-другому.

Он улыбнулся и ушёл.

Новая надпись на табличке была такая: «Сейчас весна, но я не могу её увидеть».

Занятие 3. Эмпатия и эмпаты. Ставим себя на место другого человека.

Афоризм дня: *Сострадание – признак высокоразвитого человека, равно как и совесть*

Эмпатия — способность поставить себя на место другого человека (или предмета), способность к сопереживанию. Эмпатия также включает способность точно определить эмоциональное состояние другого человека на основе мимических реакций, поступков, жестов и т. д.

GIVING EMPATHY



огорчаюсь».

Психолог Карл Роджерс определяет **эмпатию** следующим образом: *«Быть в состоянии эмпатии означает воспринимать внутренний мир другого точно, с сохранением эмоциональных и смысловых оттенков. Как будто становишься этим другим, но без потери ощущения «как будто». Так, ощущаешь радость или боль другого, как он их ощущает, и воспринимаешь их причины, как он их воспринимает. Но обязательно должен оставаться оттенок «как будто»: как будто это я радуюсь или*

? Как развить в себе чувство эмпатии

1 Учиться этому чувству необходимо постепенно, шаг за шагом. Причем решительно нельзя упускать моменты детства. Здесь в развитие эмпатии свой вклад должны сделать родители. Например, ребенок ударяется и слышит ободрение: «Не плачь, встань и иди!». Почему бы родителям в этот момент не проявить сочувствие, подуть на больное место, даря ребенку поддержку и утешение? Ребенок подсознательно запоминает, что сострадание проявляется именно так, и учится сопереживать. Спустя годы эти ростки преобразятся в настоящее душевное добро и понимание.

2 Еще один немаловажный момент – это умение выразить и передать словами собственные ощущения. Не стесняйтесь говорить о своих чувствах, страхах и волнениях, тогда в скором времени вы научитесь четче понимать восприятие мира другими людьми. Не случайно, например, в очень тяжелые моменты чувства человека слишком обостряются, он болезненно относится даже к взгляду другого. Поговорите с собой, проанализируйте свои мысли, разберите свои страдания. Разложив все по полочкам, вы впоследствии сумеете помочь другому человеку в его переживаниях, а, значит, научитесь эмпатии.

3 Секрет эмпатии заключается в понимании и принятии того факта, что людей объединяют чувства, что подобные глубокие страдания или радость могут переживать и рядом живущие, и даже совершенно посторонние люди. Потому эмпатию вполне можно использовать в качестве инструмента для строительства хороших взаимоотношений. Достаточно вчувствоваться, после чего понять и с уважением относиться к ощущениям и мировосприятию другого человека.

4 Учитесь бережному отношению, сдерживайте свое раздражение, любите и будьте щедры на проявление чувств. Помните, «счастье - это когда тебя понимают». Откройте душу, сердце, объятия. Вы почувствуете себя наполненным собственной нужностью, чуткостью и получите бесконечную благодарность...

Эмпатийное слушание позволяет переживать те чувства, которые переживает собеседник, отражать их, понимать эмоциональное состояние собеседника и разделять его. При эмпатическом слушании **не дают советов, не критикуют, не поучают**. Именно в этом и состоит секрет хорошего слушания. Эмпатийное слушание обеспечивает лучшее понимание человеком человека.

ATTENTION! Время добрых дел!



Подумай и определи для себя время, в которое ты сможешь совершать свои личные добрые дела. Составь список своих добрых дел (в разных направлениях) на ближайшую неделю. Продумай способы реализации поставленных задач, а, достигнув желаемого результата, сделай

соответствующую отметку в поле.

ДЕНЬ НЕДЕЛИ	ДОБРОЕ ДЕЛО	ОТМЕТКА О ВЫПОЛНЕНИИ	МОИ ВПЕЧАТЛЕНИЯ

Помни! Волонтерство – это школа жизни!

Определи для себя, в чём состоит смысл притчи...

Притча о бабочке

«... В одном древнем городе жил мудрец. Его никто не мог перехитрить. Один молодой человек решил проверить мудреца. Однажды, гуляя по полю, он увидел бабочку, и ему в голову пришла идея. «Я поймаю бабочку в ладони. И пойду к мудрецу. Спрошу у мудреца: «Жива ли бабочка в моих руках или нет?» Если он скажет, что бабочка жива, я сожму кулак, и она погибнет. Если мудрец скажет, что бабочка мертва, открою ладонь, и она вылетит на свободу. В любом случае, мудрец окажется не прав.

Поймал бабочку в ладони и пришел к мудрецу. И спросил он мудреца: «Ты великий мудрец и все знаешь, скажи, жива ли бабочка, которую я держу в ладонях?» И мудрец ответил ему: «Все в твоих руках...»

Занятие 4 - 5. Создаём волонтерский отряд. Планируем работу.



Афоризм дня: *Если люди не научатся помогать друг другу, то род человеческий исчезнет с лица земли.*
(В. Скотт)

Принципы деятельности волонтерского отряда:

- 1 Добровольность
- 2 Законность
- 3 Непрерывность и систематичность
- 4 Осознание членами волонтерского движения личностной и социальной значимости их деятельности
- 5 Свобода определения внутренней структуры, форм и методов работы.

Права членов волонтерского отряда

Волонтер имеет право:

- 1 Осуществлять свою деятельность, исходя из своих устремлений, способностей и потребностей, если она не противоречит Законодательству, Конвенции по правам человека, Конвенции по правам ребенка.
- 2 Вносить предложения при обсуждении форм и методов осуществления волонтерской деятельности.
- 3 На создание ему необходимых условий труда, обеспечение ему безопасности, защиту законных прав и интересов во время работы. Условия труда волонтера должны соответствовать требованиям действующего законодательства и нормативного документа, регулирующего данный вид деятельности.

Обязанности членов волонтерского отряда

Волонтер обязан:

- 1 Пройти теоретическую подготовку, соответствующую его роду волонтерской деятельности.
- 2 Четко и добросовестно выполнять свои обязательства.
- 3 Знать и соблюдать цели, задачи и принципы волонтерского отряда.



Ряд технологических этапов организации волонтерского движения и реализации добровольческой программы:

- 1 Предварительный этап: сбор информации о мотивации, интересах и потребностях потенциальных волонтеров; определение потребностей организации в добровольцах; формулирование и принятие полномочий руководителя добровольческой программы.
- 2 Начальный этап – проведение собеседования, составление описания работы, назначение индивидуальных кураторов для добровольцев.
- 3 Основной этап - выполнение работы.
- 4 Завершающий этап - оценка эффективности проделанной работы, поощрение добровольцев, планирование дальнейшей деятельности.

Эффективность реализации данной технологии во многом зависит: от степени ясности представлений о будущей деятельности у организаторов и добровольцев; от степени эффективности взаимодействия между добровольцами; от качественных характеристик предлагаемой работы и учета индивидуальных интересов, потребностей и способностей добровольца; от форм поощрения добровольцев.

□

Проектируем деятельность волонтерского

Важно! Деятельность школьного волонтерского отряда должна носить не разовый, а постоянный характер!

Для того, чтобы спланировать деятельность отряда и создать некий социальный проект, необходимо:

- 1 **Выбрать целевую аудиторию** (кому отряд будут помогать). Для каждой целевой аудитории пишется отдельный проект.
- 2 **Определить суть проекта** (основная идея).

3 Проанализировать возможности волонтеров, перечень необходимых ресурсов для реализации проекта.

4 Исследовать круг лиц и организаций, которые могут оказать содействие в реализации конкретного проекта.

5 Продумать ожидаемые результаты от реализации проекта

□ **На что стоит обратить внимание!** Однажды организация, привлекающая волонтеров, задала вопрос одному из своих первых добровольцев: “Когда для тебя был самый трудный момент в работе с нами?”, он ответил: “На третий день без работы. Если бы я ее тогда не получил, то вряд ли пришел еще раз не только к вам, но и к другим”.

Организовывая свой волонтерский отряд и работу добровольцев, следуй таким правилам:

- покажи, какую пользу может принести труд добровольца окружающим, его социальную значимость;
- скучную работу разбей на несколько мелких частей;
- к творческой работе привлеки нескольких человек;
- точно определи время и место работы;
- назначь ответственного человека, к которому могут обратиться добровольцы;
- точно опиши ожидаемый конечный результат в количественном виде;
- время работы спланируй так, чтобы она занимала не целый день, а лишь несколько часов.

ATTENTION! Время добрых дел!



Подумай и определи для себя время, в которое ты сможешь совершать свои личные добрые дела. Составь список своих добрых дел (в разных направлениях) на ближайшую неделю. Продумай способы реализации поставленных задач, а, достигнув желаемого результата, сделай

соответствующую отметку в поле.

ДЕНЬ НЕДЕЛИ	ДОБРОЕ ДЕЛО	ОТМЕТКА О ВЫПОЛНЕНИИ	МОИ ВПЕЧАТЛЕНИЯ

Помни! Волонтерство – это не только работа, но и творчество!

Определи для себя, в чём состоит смысл притчи...

Человек шёл по долине в Пиренеях, когда встретил старого пастуха. Он поделился с ним своей едой, и долгое время они сидели и говорили о жизни. Человек сказал, что если кто-нибудь верит в Бога, он должен также понимать, что он не свободен, поскольку Бог управляет каждым его шагом. В ответ на это пастух провёл его в овраг, где он мог услышать с абсолютной чистотой эхо каждого звука.

– Жизнь является этими стенами, а судьба – это тот крик, который делает каждый из нас, – сказал пастух. – Всё что мы делаем, отражается в Его сердце, и возвращается к нам в том же самом виде.

Бог – это эхо наших собственных дел.

(Паоло Коэльо)

Занятие 6. Волонтерство – это всегда праздник!



Афоризм дня: *В основе волонтерского движения лежит старейший как мир принцип: хочешь почувствовать себя человеком — помоги другому!*

На этом занятии мы сможем вместе с тобой:

- Познакомиться с десятью заповедями волонтера.
- Узнать о международных документах, регламентирующих деятельность волонтера.
- Ознакомиться с неформальной памяткой волонтера.

Десять заповедей волонтера

- 1** Понимай задание, которое ты выполняешь
- 2** Принимай участие в тренингах и обогащай свои знания
- 3** Сопоставляй свои интересы с потребностями окружающих
- 4** Работай искренне и делись с остальными новыми идеями
- 5** Поддерживай ценности и цели своей организации

- 6 **Открой** себя для возможности развития уверенности в себе
- 7 **Цени** важность собственной роли
- 8 **Развивай** свою самооценку и готовность задавать вопросы
- 9 **Работай** в меру своих сил, но не меньше своих возможностей
- 10 **Гордись** карьерой волонтера!

□ **Международные стандарты определения волонтерства** закреплены в таких базовых документах, как Общая Декларация волонтеров (г. Париж, 1990 г.), Общая Декларация волонтерской деятельности (г. Амстердам, 2001г.).

Всеобщая декларация добровольцев

Смысл и цели движения

В соответствии со Всеобщей Декларацией Прав Человека 1948 г. и Международной Конвенцией о Правах Ребенка 1989 г., исходя из принципа, что «любое лицо имеет право свободного объединения в мирные ассоциации», волонтеры рассматривают свою деятельность как инструмент социального, культурного, экономического и экологического развития.

Волонтерство:

- это добровольный выбор, отражающий личные взгляды и позиции;
- это активное участие гражданина в жизни человеческих сообществ;
- способствует улучшению качества жизни, личному процветанию и углублению солидарности;
- выражается, как правило, в совместной деятельности в рамках разного рода ассоциаций;
- способствует реализации основных человеческих потребностей на пути строительства более справедливого и мирного общества;
- способствует более сбалансированному экономическому и социальному развитию, созданию новых рабочих мест и новых профессий.

Основные принципы движения

Волонтеры исповедуют и применяют на практике следующие основные принципы:

- признают право на объединение за всеми мужчинами, женщинами, детьми, независимо от их расовой принадлежности, вероисповедания, физических особенностей, социального и материального положения;
- уважают достоинство и культуру всех людей;
- оказывают взаимную помощь, безвозмездные услуги лично, либо организованно в духе партнерства и братства;

- признают равную важность личных и коллективных потребностей, способствуют коллективному обеспечению этих потребностей;
- ставят перед собой цель превратить волонтерство в элемент личного процветания, приобретения новых знаний и навыков, совершенствования способностей, стимулируя для этого инициативу и творчество людей, давая каждому возможность быть созидателем, а не пользователем;
- стимулируют чувство ответственности, поощряют семейную, коллективную и международную солидарность.

Исходя из этих основных принципов, волонтеры должны:

- способствовать тому, чтобы индивидуальное участие преобразовывалось в коллективное действие;
- активно поддерживать свои ассоциации, быть преданным их целям и осведомленным об их политике и деятельности;
- стремиться, в меру своих способностей и наличия свободного времени, доводить до успешного завершения, в соответствии со взятой на себя ответственностью, совместно выработанные программы;
- сотрудничать со своими коллегами по ассоциации в духе взаимопонимания и взаимного уважения;
- не уклоняться от новых знаний;
- не разглашать конфиденциальную информацию, если таковая предполагается характером деятельности.

Со своей стороны, уважая Права Человека и основные принципы волонтерства, ассоциации должны:

- обеспечивать разумную регламентацию волонтерской деятельности, определять пределы добровольного сотрудничества, ясно формулировать и уважительно относиться к их функциям;
- поручать каждому деятельность, которая ему больше всего подходит, обеспечивая необходимое обучение и помощь;
- обеспечивать регулярное подведение итогов деятельности и их обнародование;
- обеспечивать, в случае необходимости, компенсацию риска, связанного с деятельностью волонтеров, а также ущерба, невольно наносимого третьим лицам в результате деятельности волонтеров;
- обеспечивать всеобщий доступ к волонтерской деятельности, возмещая, в случае необходимости, произведенные расходы;
- предусмотреть методы прекращения волонтерами своей деятельности, как по инициативе

ассоциации, так и по их собственной.

ДЕКЛАРАЦИЯ

Собрав по инициативе Международной Ассоциации Волонтеров Всемирный Конгресс, волонтеры заявляют о своей приверженности созидательному и миротворческому характеру волонтерской деятельности:

- во имя уважения человеческого достоинства, признания права индивида на устройство своей собственной судьбы и осуществление своих гражданских прав;
- для разрешения социальных и экологических проблем;
- в целях создания более гуманного и справедливого общества, при содействии развитию международного сотрудничества.

Мы призываем государства, международные организации, предприятия, средства массовой информации быть нашими партнерами в создании международной атмосферы, благоприятной для эффективного, открытого для всего волонтерства — движения, воплощающего солидарность между людьми и народами.

Париж, 14 сентября 1990 года

(Декларация была принята на 11-м Конгрессе Международной Ассоциации Волонтеров)

Неформальная памятка волонтера

- 1** **Помни!** Волонтер — это человек, у которого есть своя семья, учёба, работа... И он в ответе за них. Береги себя, ведь несчастный волонтер никому помочь не в состоянии!
- 2** **Помни!** Важно не только помочь, но и не навредить!
- 3** **Помни,** что ты не должен ожидать благодарности от тех, кому ты решил помочь. Это твой личный выбор. И твоё желание — никто не обязан носить тебя на руках!
- 4** **Помни,** что в сфере волонтерства очень важна регулярность. Лучше делать понемногу, но постоянно, чем совершить один грандиозный подвиг один раз в десять лет.
- 5** **Помни,** если ты сотрудничаешь с благотворительным фондом, ты должен прислушиваться к координатору фонда. Если ты работаешь в команде, никогда не спорь с товарищами в присутствии тех, кому вы пришли помогать.
- 6** **Помни!** Корректное и вежливое отношение к администрации детских домов, больниц, интернатов — это обязательное условие для всех, кто называет себя волонтером. Даже если они в чём-то не правы, остановись и задумайся — а поможет ли моё некорректное поведение тем, ради кого я сюда пришёл?

- 7** **Помни!** Завершая очередной проект, проанализируй слабые и сильные его стороны. Старайся не повторять ранее совершенные ошибки. Не стесняйся обращаться за советом к тем, кто имеет опыт.

Вопросы для самоконтроля

- 1 Определи для себя значение слова «волонтёр».
- 2 Какие внутренние потребности испытывает человек, который добровольно помогает людям?
- 3 Какими качествами, по твоему мнению, должен обладать волонтёр?
- 4 В каких сферах деятельности может проявить себя волонтёр?
- 5 Что такое эмпатия?
- 6 Какие основные законы эмпатийного слушания?
- 7 Как развить в себе чувство эмпатии?
- 8 Как создать волонтёрский отряд в школе?
- 9 Как спланировать свою деятельность?
- 10 Что нужно учитывать при написании социального проекта?
- 11 Какими принципами должен руководствоваться волонтёр в своей работе?
- 12 Какие международные документы регламентируют деятельность волонтёра?

Словарик волонтёра

Безвозмездный	Бесплатный, неоплачиваемый. (Безвозмездная помощь. Безвозмездное пользование.)
Волонтёр	(<i>фр. volontaire, от лат. voluntarius</i>) — лицо, добровольно поступившее на (военную) службу
Гериатрический интернат	(<i>от др.-греч. γέρων — старик и ἰατρεία — лечение</i>) — учреждение, занимающееся изучением, профилактикой и лечением болезней старческого возраста
Доброволец	Лицо, осуществляющее благотворительную деятельность
Душевность	Обращенность души, теплота и внимательность к людям. Выражается в искренней благодарности, отсутствии корыстных

Инвалид	Человек, у которого возможности его жизнедеятельности в обществе ограничены из-за его физических, умственных, сенсорных или психических отклонений, что влечёт за собой признание инвалидности
Меценат	Лицо, способствующее на безвозмездной основе развитию науки и искусства, оказывающее им материальную помощь из личных средств
Мизантропия	(греч. <i>μίσος</i> — «ненависть» и <i>άνθρωπος</i> — «человек») — неприятие, ненависть к человечеству, неприязнь, презрение к «правилам», «моральным ценностям», догматам
Мораль	Особая форма общественного сознания и вид общественных отношений. Мораль охватывает нравственные взгляды и чувства, жизненные ориентации и принципы, цели и мотивы поступков и отношений, проводя границу между добром и злом, совестью и бессовестностью, честью и бесчестьем, справедливостью и несправедливостью, нормой и ненормальностью, милосердием и жестокостью и т. д.
Нравственность	Термин, чаще всего употребляющийся в речи и литературе как синоним морали, иногда — этики. В более узком значении нравственность — это внутренняя установка индивида действовать согласно своей совести и свободной воле — в отличие от морали, которая, наряду с законом, является внешним требованием к поведению человека
Сирота	Человек, лишившийся одного или обоих родителей в связи со смертью последних. Как правило, этот термин применяется к детям, не достигшим ещё совершеннолетия
Толерантность	(от лат. <i>tolerantia</i> — терпение) — социологический термин, обозначающий терпимость к иному образу жизни, поведению,

обычаям, чувствам, мнениям, идеям, верованиям

Филантропия Человеколюбие, забота об улучшении участи человечества

Филантроп (от греч. *φιλέω*, «любить» и греч. *ἄνθρωπος*, «человек») — человек, занимающийся благотворительностью в помощь нуждающимся. Древнейшей формой благотворительности является милостыня и помощь нищим, главным образом при церквях и монастырях. *Филантроп* противопоставляется *мизантропу*

Щедрость Свойство человека, охотно оказывающего помощь

Эмпатия (греч. *ἐν* — «в» + греч. *πάθος* — «страсть», «страдание») — осознанное сопереживание текущему эмоциональному состоянию другого человека, без потери ощущения внешнего происхождения этого переживания

Эмпат Человек с развитой способностью к эмпатии

Приложение

Социальный проект волонтерского отряда « _____ » <i>название проекта</i>	
Целевая аудитория проекта _____	
Суть проекта	
Мероприятия в рамках проекта	Сроки выполнения

РЕЗУЛЬТАТИВНОСТЬ программы.

Достижение обучающимися положительной динамики результатов освоения образовательных программ по итогам мониторингов

№	Критерии ¹	2013/2014	2014/2015	2015/2016	2016/2017	2017/2018	2018/2019
	Результаты освоения обучающимися дополнительной общеобразовательной программы по итогам мониторинга образовательной организации						
1.	«Школа ведущих»	100% (91 % без учета досуговой деятельности)	100%	100%	100%	93%	97% (с учетом досуговой деятельности)
2.	Сохранность контингента	100%	100%	100%	100%	100%	100%

	Результаты освоения обучающимися дополнительной общеобразовательной программы по результатам итоговой аттестации	2013/2014			2014/2015			2015/2016			2016/2017			2017/2018			2018/2019		
		1	2	%	1	2	%	1	2	%	1	2	%	1	2	%	1	2	%
	Школа ведущих	50	100	50	30	100	70	50	100	50	50	100	50	30	100	70	40	100	60
	Группа 1																		

ВЫВОДЫ:

Стабильная сохранность контингента, согласно муниципальному заказу -100%

Качество знаний стабильное -100%. Динамика роста в полугодиях положительная.

Средний процент выполнения программы в объединении «Школа ведущих» с 2013 -2014 по 2018-2019 учебные года составил 97 %.

Развитие способностей обучающихся к научной (интеллектуальной), творческой, физкультурно-спортивной деятельности, а также их участие в олимпиадах, конкурсах, фестивалях

№		Уровень образовательной организации	Муниципальный уровень	Региональный уровень	Международный и Федеральный уровень
	<p>Позитивные результаты участия обучающихся в мероприятиях профильной направленности различных уровней: -очные мероприятия; -мероприятия в соответствии с планами министерств и ведомств</p>	<p>Городской конкурс чтецов «Была Великая Победа» Диплом – 1, 2 место (2 чел.)-2015, 3 место -2017</p> <p>Конкурс «Живая классика»- 2015-2019, дипломы победителей (школьный этап) https://youngreaders.ru/lk</p>	<p>Муниципальный конкурс художественного слова «Пёстрый балаган» – диплом 1 место-2016, 3 место -2017, Лауреат, спец. диплом,</p> <p>Участие в первом открытом муниципальном фестивале театральных миниатюр «Действо», посвященному Году литературы в России - Диплом лауреатов 3 степени, Диплом за исполнительское мастерство</p> <p>Участие в муниципальном конкурсе художественного слова «Голос сердца»- дипломы 1 место, 3 место,</p>	<p>Областной конкурс театральных постановок «Новогодняя сказка» 2014, сертификат участника</p> <p>Региональный этап Всероссийского конкурса литературно-художественного творчества «Шедевры из чернильницы» - диплом 2 место, 2017</p> <p>Всероссийский конкурс «Доброволец России - 2018»</p> <p>Региональный этап (победитель – 1 проект, участник- 1 проект), 2018</p> <p>Областная школа волонтеров (сертификаты)</p>	<p>Всероссийские конкурсы и проекты РДШ – II Всероссийский конкурс социальных квестов «Флагман» по направлениям «Здоровый образ жизни» и «Мир равных возможностей», 2017-2018 Финалист Диплом победителя финального квеста «Искатели» Диплом лауреата</p> <p>Всероссийский конкурс «Доброволец России -2018» (финалист (1)и победитель (1) рег.этапа)</p> <p>Всероссийский конкурс РДШ «Школа</p>

			<p>Диплом за 3 место и медаль, диплом за бережное отношение к героическому прошлому нашей Родины</p> <p>Участие в III открытом муниципальном фестивале патриотического творчества «У войны не детское лицо» (спец.приз жюри)</p> <p>Участие в Открытом городском конкурсе чтецов и авторских стихотворений «Лишь ты смогла, моя Россия!» (г.Полярный) Диплом 1 место</p> <p>Обучающий интенсив «Волонтер» - сертификаты (2015-2018гг)</p> <p>Муниципальный этап Всероссийского конкурса «Живая классика» - победители (1)2018,2019</p>	<p>Участие в семинарах по волонтерской деятельности, а также в семинаре «Внедрение современных форм и методов работы с обучающимися, направленных на обучение навыкам бесконфликтного общения, повышения способности подростков к успешной адаптации в современном обществе»-18.11.2016 (сертификаты)</p> <p>Всероссийский квест, посвященный 75-летию освобождения Сталинграда (участие)</p> <p>Участие в мероприятиях областного добровольческого форума «Моя малая Родина» в рамках Всероссийской акции «СТОП ВИЧ/СПИД» (сертификат)</p>	<p>дизайна», 2018 – 1 победитель</p> <p>По итогам конкурсов и активностей РДШ -9 чел.- победители участники IV профильной смены «Парк будущего» в ВДЦ «Смена»(Сукко)-2018</p> <p>Всероссийский конкурс «Литературная Россия» в рамках инновационного проекта «Моя Россия», 2017 (2номинации)г.Москва дипломы 1 (1) и 3 степени (3)</p> <p>Всероссийский фестиваль «Игра 4-Д: дети, движение дружба, двор» (Сертификаты волонтерам)май 2018, май 2019</p>
--	--	--	--	---	--

			<p>Благодарность волонтерам, благодарность педагогу за помощь в проведении мероприятий «Библионочь-2018» в рамках VII Всерос.акции в поддержку чтения, «Мне через сердце виден мир» (обл.фестиваль для детей с ОВЗ) , 2017-2018</p>	<p>Областной этап Всероссийского конкурса «Живая классика» - сертификаты</p> <p>УЧАСТИЕ в областном лагере – тренинге «Поколение РДШ» (свидетельства- 2 чел) и в областном форуме Мурманского регионального отделения Общероссийской общественно-государственной детско-юношеской организации «Российское движение школьников» «РДШ – расширяем границы!» сертификаты Победа в фотоконкурсе «Самое рисковое фото» (1) 3 место Всерос.интеллект.игра «Риск»</p> <p>Областная акция (участие)-интернет-эстафета «Здоровым быть модно!»,</p>	<p>Всероссийская акция признательности «Благодарю», 2018 (благ.письма оргкомитета координатора акции за поддержку всемирной акции признательности за поддержку акции, распространение идей добра неравнодушие и нестандартный педагогический подход)</p> <p>Всероссийский фестиваль педагогического творчества г.Москва «Ассоциация творческих педагогов России», 2016 www.educontest за распространение педагогического опыта в рамках номинаций «Проектная и творческая деятельность учащихся»</p>
--	--	--	---	---	---

				<p>областной творческий конкурс «Здоровый выходной в нашей семье», 2 место, 2017, сертификаты участников, 2019</p>	<p>рег.№ ДМУ-54/274-1 «Организация досуга и внеклассной деятельности» рег.№ ДИ 50/1606-2 рег.№ ДИ 50/1606-3 «Дополнительное образование детей и школьников» рег.№ ДИ 50/1606-1 Сертификат обучающегося на проектную (творческую) разработку, рег.номер уч 55/274-1у и другие сертификат педагога на педагогическую разработку СВ № 41/1587-17, 41/1587-18, 41/1587-19, СВ № 51/1606-3</p>
	<p>Позитивные результаты внеурочной деятельности обучающихся в мероприятиях профильной направленности различных организаций и сообществ:</p>		<p>Фотоконкурс «Котофото» - Диплом победителя в номинации «Ретростиль»</p> <p>XXII муниципальный конкурс детской и семейной рукописной</p>	<p>Обл. дистанционная викторина , посвященной 70-летию освобождения Заполярья (диплом 1 место)</p> <p>Фотоконкурс «Мой край – моё Заполярье» - диплом 3 место</p>	<p>XIX , XXI Международный конкурс детской рукописной книги 2016 –диплом 2 место(1) 2018- диплом 2 степени (1), дипломы участников (4)</p>

	<p>- в заочной форме; - с использованием дистанционных технологий</p>		<p>книги «Земля родная, полная чудес» Грамота 2 место</p> <p>Рукописная книга «На крыльях мечты» 2016- 1 место, 2 место, 3 место 2017- дипломы 1 место (1 чел.), 2 место (2 чел.) и 3 место (1 чел.)</p> <p>Волонтерское сопровождение, организация и проведение муниципальных мероприятий - «Золотой росток», «Золотой росток.Юниор», фестиваль творчества для детей с ОВЗ «Кораблик надежды», новогоднее представление для воспитанников КЦСОН</p>	<p>Региональный конкурс юных фотолюбителей «Юность России» Номинация «Эксперимент». Диплом за 2 место – 2016, Диплом за 3 место в номинации «Серия» - 2017</p>	<p>Всероссийский конкурс молодежных проектов стратегии социально- экономического развития Российской Федерации «Если бы я был президентом», г.Санкт-Петербург, Финалист (1 чел.)2018</p> <p>Диплом победителя конкурса «Молодежное призвание -2019» в номинации «Открытие года» (июнь, 2019)</p>
--	--	--	--	--	--

			Муниципальный Слет ДЮОО и военно- патриотических движений ЗТО Александровск (2)		
--	--	--	---	--	--

Учащиеся были трижды удостоены стипендии Главы ЗТО Александровск (1 человек- за успехи в области искусства (2016), 2 человека - в области общественно –полезной деятельности (2018, 2019),1 человек -награжден Премией Главы ЗТО Александровск (май 2019)