

МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ РЕСПУБЛИКИ
МОРДОВИЯ
МУНИЦИПАЛЬНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА №28»

РЕКОМЕНДОВАНО
на заседании МО

протокол №1
от 28.августа 2023

УТВЕРЖДАЮ

Директор МОУ

«Средняя школа №28»

Приказ №69/5 от 28 августа 2023



Дополнительная общеобразовательная
(общеразвивающая) программа

«ДОБРОволец»

Уровень: ознакомительный
Направленность: социально-педагогическая
Возраст обучающихся: 12-18 лет
Срок реализации программы: 2 года (68 часов)

Составитель: Лямкина Е.В.,
учитель музыки

Саранск, 2023

Структура программы

1. 1. Пояснительная записка программы	3
1.2. Цели и задачи программы	9
1.3. Учебно-тематический план программы	10
1.4. Содержание программы	11
1.5. Календарный учебный график программы	15
1.6. Планируемые результаты освоения образовательной программы	16
2. Комплекс организационно- педагогических условий	16
2.1 Условия реализации программы «ДОБРОволец»	16
2.2 Механизм оценки получаемых результатов	17
2.3. Материалы по аттестации обучающихся	20
2.4 Методическое обеспечение программы «ДОБРОволец»	22
Список литературы	26
Приложения Диагностический материал к дополнительной общеобразовательной развивающей программе.	29

1 ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Основной целью современной системы формирования личности является становление квалифицированных, всесторонне развитых личностей, компетентных в сферах своей деятельности. Современным работодателям «нужна не квалификация, а компетентность, как совокупность навыков, присущих каждому индивиду» Поэтому вопросы, касающиеся средств, которые нужно использовать для формирования профессиональных компетенций, актуальны. Развитие необходимых компетенций может происходить в ходе разнообразных процессов. Одним из них является волонтерская деятельность.

Волонтер должен обладать комплексом различного рода компетенций, должен уметь пользоваться ими в необходимой ситуации. Обладая одной или двумя компетенциями, волонтер не сможет полностью адаптироваться в условиях современного мира.

При разработке компетентностной модели волонтера был сформирован следующий перечень компетенций волонтера:

- Владеет экологической культурой, знаниями в области экологии человека и природы, экологической безопасности;
- Имеет представление о закономерностях функционирования психики человека;
- Имеет представление об основных этапах развития мировой и отечественной культуры, взаимосвязи современной культуры с культурными явлениями прошлого;
- Понимает основные движущие силы исторического развития общества;
- Способен реализовывать свои гражданские права, отстаивать гражданские права других лиц;
- Разделяет социальные ценности, способствующие развитию гражданского общества;

- Способен нести ответственность за свои поступки и последствия принятых решений;
- Владеет навыками публичной речи, делового общения;
- Владеет методами и средствами укрепления физического и психического здоровья;
- Владеет основами обеспечения безопасности жизнедеятельности;
- Способен ставить и достигать жизненные и профессиональные цели;
- Владеет элементарными умениями в области организации образовательной деятельности в соответствии с основными принципами современной педагогики, способен к непрерывному самообразованию;
- Способен работать с разнообразной информацией;
- Владеет основными умениями организации деятельности в соответствии с базовыми принципами маркетинга и менеджмента;
- Способен создавать рабочие команды и оптимизировать их деятельность;
- Способен осуществлять проектную деятельность;
- Умеет вести информационный и библиографический поиск;
- Владеет навыками работы с компьютером и аудиовизуальными техническими средствами обучения;

В качестве базовых функций добровольческой деятельности были выявлены:

- Координация волонтеров;
- Оперативное управление;
- Контроль за исполнением поставленных задач;
- Участие в презентационных мероприятиях;
- Организация досуга волонтеров;
- Транспортное сопровождение;
- Встреча и сопровождение организаций;

Согласование компетенций и функций волонтеров позволяет не только разработать адекватную поставленным целям образовательную программу, но и сформировать систему оценочных средств уровня формирования компетенций. В этом и заключается **актуальность программы «ДОБРОволец».**

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «ДОБРОволец» является программой **социально-педагогической направленности.**

Уровень программы - ознакомительный

Отличительными особенностями данной программы являются:

- широкий охват личностно-значимых психологических тем, нацеленность на глубокую самостоятельную работу и приобретение жизненно-важных умений и навыков;
- максимальные возможности для самореализации обучающихся в ходе социально-значимой деятельности в сфере профилактики социально-обусловленных заболеваний и других негативных явлений в молодежной среде.

Программа направлена на выявление одаренности обучающихся в области социальной активности (лидерские качества, социально-проектная деятельность).

Дополнительная общеразвивающая программа «ДОБРОволец» обеспечивает преемственность с предметными областями основной образовательной программы начального и среднего общего образования

Предметная область	Требования ФГОС	Дополнительность программы «ДОБРОволец»
Филология	<p>Развитие диалогической и монологической устной и письменной речи, коммуникативных умений, нравственных и эстетических чувств, способностей к творческой деятельности. Осознание взаимосвязи между своим интеллектуальным и социальным ростом, способствующим духовному, нравственному, эмоциональному, творческому, этическому и познавательному развитию</p>	<p>Получение подростками навыков эффективного взаимодействия со своими сверстниками. Развитие творческих способностей. Овладение подростками коммуникативной культурой, навыками рефлексии.</p>
Математика и информатика	<p>Развитие логического мышления, воображения, обеспечение первоначальных представлений о компьютерной грамотности. Формирование информационной и алгоритмической культуры; формирование представления о компьютере как универсальном устройстве обработки информации; развитие основных навыков и умений использования компьютерных устройств. Формирование навыков и умений безопасного поведения при работе с компьютерными программами и в Интернете, умения соблюдать нормы информационной этики.</p>	<p>Активное использование информационно-коммуникационных технологий (активное использование Интернет-ресурса, создание видеоматериалов, фото-презентаций по всем блокам программы и др.) Формирование информационной и алгоритмической культуры; формирование представления о компьютере как универсальном устройстве обработки информации; развитие основных навыков и умений использования компьютерных устройств.</p>
Обществознание и естествознание (Окружающий мир)	<p>Формирование уважительного отношения к семье, населенному пункту, региону, России, истории, культуре, природе нашей страны, ее современной жизни. Приобретение теоретических знаний и опыта их применения для адекватной ориентации в окружающем мире, выработки способов адаптации в нём, формирования собственной активной позиции в общественной жизни при решении задач в области социальных отношений. Осознание своей роли в целостном, многообразном и быстро изменяющемся глобальном мире. Формирование модели безопасного поведения в условиях</p>	<p>Формирование установки на успех, здоровый образ жизни и приобретение навыков ответственного поведения, отрицающих приобщение к психоактивным веществам. Формирование уверенности в себе, мотивации на успех, здоровый образ жизни. Формирование мотивов социальной деятельности. Развитие личностной и социальной компетенции. Удовлетворение потребности подростка в социально – значимой деятельности. Формирование психологической культуры и</p>

	повседневной жизни и в различных опасных и чрезвычайных ситуациях.	компетенции для обеспечения эффективного и безопасного взаимодействия в социуме.
Основы духовно-нравственной культуры России	<p>Воспитание способности к духовному развитию, нравственному самосовершенствованию.</p> <p>Знание основных норм морали, нравственных, духовных идеалов, хранимых в культурных традициях народов России, готовность на их основе к сознательному самоограничению в поступках, поведении.</p> <p>Формирование первоначальных представлений о светской этике, об отечественных традиционных религиях, их роли в культуре, истории и современности России.</p>	<p>Формирование социальной активности и ответственности, реализация волонтерских проектов на благо общества.</p> <p>Воспитание чувства принадлежности к великой стране с богатой историей.</p> <p>Формирование навыков ответственного поведения. Отработка навыков самоанализа и самовыражения, понимания окружающих людей, их внутреннего душевного мира. Самопознание и самораскрытие личности каждого.</p>
Естественно-научные предметы	<p>Овладение умениями формулировать гипотезы, конструировать, проводить эксперименты, оценивать полученные результаты.</p> <p>Овладение умением сопоставлять экспериментальные и теоретические знания с объективными реалиями жизни.</p> <p>Воспитание ответственного и бережного отношения к окружающей среде</p> <p>Формирование способности оценивать влияние факторов риска на здоровье человека; выбирать целевые и смысловые установки в своих действиях и поступках по отношению к здоровью своему и окружающих.</p>	<p>Знакомство с технологией социального проектирования. Формирование навыка конструирования и написания социального проекта.</p> <p>Овладение умениями находить проблему, ставить цели, конструировать, реализовывать проекты, оценивать полученные результаты.</p> <p>Осуществление экологических волонтерских проектов.</p> <p>Получение знаний о влиянии факторов риска на здоровье человека, формирование навыков безопасного поведения.</p>
Искусство	<p>Развитие способностей к художественно-образному, эмоционально-ценностному восприятию произведений изобразительного искусства, выражению в творческих работах своего отношения к окружающему миру.</p> <p>Осознание значения творчества в личной и культурной самоидентификации личности.</p> <p>Развитие эстетического вкуса, художественного мышления обучающихся. Развитие индивидуальных творческих способностей обучающихся, формирование устойчивого интереса к творческой деятельности.</p>	<p>Знакомство и практическое овладение простейшими навыками в области декоративного оформления: оформления газет, стендов, выставок. Знание основных требований к оформлению стенных газет, способов изготовления фоновых рисунков. Знание и практическое освоение правил написания шрифтов, объявлений..</p> <p>Освоение технологии социального театра. Приобретение опыта использования театральных методик в профилактической деятельности.</p>

Технология	<p>Развитие инновационной творческой деятельности обучающихся в процессе решения прикладных учебных задач.</p> <p>Совершенствование умений выполнения учебно-исследовательской и проектной деятельности.</p>	<p>Приобретение умения анализировать, корректировать свои действия и деятельность коллектива, принимать решения и нести ответственность за сделанный выбор.</p> <p>Приобретение практических умений по оказанию адресной помощи сверстникам и людям, оказавшимся в трудной жизненной ситуации</p>
Физическая культура и основы безопасности жизнедеятельности	<p>Формирование убеждения в необходимости безопасного и здорового образа жизни.</p> <p>Понимание личной и общественной значимости современной культуры безопасности жизнедеятельности.</p> <p>Укрепление здоровья, содействие гармоничному физическому, нравственному и социальному развитию, успешному обучению. Формирование первоначальных умений саморегуляции. Формирование установки на здоровый образ жизни, исключая употребление алкоголя, наркотиков, курение и нанесение иного вреда здоровью. Умение предвидеть возникновение опасных ситуаций по характерным признакам их проявления, а также на основе информации, получаемой из различных источников, готовность проявлять предосторожность в ситуациях неопределенности</p>	<p>Умение подростков преодолевать конфликтные ситуации в команде путем сотрудничества.</p> <p>Выработка «внутренней» системы запретов на девиантное поведение.</p> <p>Формирование мотивации на успех, здоровый образ жизни.</p> <p>Получение подростками знаний о составляющих здорового образа жизни.</p> <p>Привитие навыков здорового образа жизни.</p> <p>Получение знаний о пагубном влиянии психоактивных веществ на организм и личность человека.</p> <p>Формирование установки на сохранение и укрепление здоровья, навыков здорового и безопасного образа жизни.</p>

Адресатами программы «ДОБРОволец» являются:

- подростки 12-17 лет от социально-активных, мотивированных на осуществление волонтерской деятельности, нацеленных на развитие лидерских качеств, до тех, кто склонен к «рискованному поведению».

Объем программы «ДОБРОволец» - 68 часов. Срок реализации – 2 года

Режим занятий: занятия в группе проходят 1 раз в неделю, каждое занятие длится 1 академический час.

Формы организации учебно-познавательной деятельности по программе.

Программа «ДОБРОволец» представляет собой сочетание разнообразных учебных методик. Большое значение в программе отдается формам работы, позволяющим подросткам проявлять собственную активность, наиболее полно реализовывать свои умения и знания.

При создании программы «ДОБРОволец» были использованы следующие методики и педагогические практики:

- методики К. Фопеля «Сплоченность и толерантность в группе», «Формирование команды»; Т. Зинкевич – Евстигнеевой, Д. Фролова «Технология создания команды»;
- педагогический опыт Всероссийского детского центра «Орлёнок» описанный в методических сборниках педагогов и практиков волонтерского движения - таких как И. Романец, И.И. Фришман, М.Р. Мирошкина, Е.М. Шпоркина, С.И. Панченко;
- инновационные разработки, направленные на пропаганду здорового образа жизни: «Программа «15»; руководство по реализации программы профилактики социально-значимых заболеваний в сообществе (авторский коллектив Камалдинов Д.О., Петрова О. Н, город Новосибирск), «Я хочу провести тренинг» пособие для начинающего тренера в области профилактики ВИЧ / СПИД, наркозависимости, инфекций передаваемых половым путём (авторский коллектив Яшина Е., Камалдинов Д., город Новосибирск);

- театральные методики в обучении по принципу «Равный-равному» (практическое руководство./Издано Объединенной программой ООН по ВИЧ/СПИД и Всемирной организацией здоровья семьи)

- опыт педагогов, психологов и специалистов, работающих в сфере молодежной политики Республики Мордовия.

Направления реализации программы:

- Обучающее - то есть занятия подростков по следующим блокам:
 - «Эффективное взаимодействие в команде; «Навыки эффективной коммуникации; «Общественные объединения»; «Лидерство»; «Конфликтология»; «Профилактический»; «Оформительский»; «Творческий»; «Тренинговый»; «Полезные привычки»; «Актерская грамота»; «Журналистский»; «Организаторский»; «Вожатский», «Театральные методики в сфере профилактической деятельности; «Мастерская самоуправления» и др.

- Практическое – реализация полученных знаний, умений и навыков на практике, то есть волонтерская социально-значимая деятельность.

Формы контроля, фиксации, отслеживания результатов обучения по программе:

- Рефлексия, педагогическое наблюдение, собеседование.
- Диагностические методы (методика диагностики личности на мотивацию к успеху Т. Элерса, методика изучения социально-психологической самооценки коллектива О. Немова, методика выявления коммуникативных склонностей учащихся Р.В. Овчаровой, опросник Созонова).

- Вовлеченность в деятельность (участие в практической деятельности на уровне объединения, города, республики, за пределами республики).

- Реализация волонтерских инициатив с привлечением других организаций, занимающихся проблемами профилактики социально-значимых заболеваний.

- Тест-зачеты по блокам дополнительной общеобразовательной программы.
- Выполнение контрольных творческих групповых заданий, написание проектов.
- Количество волонтерских проектов, охват, отзывы участников и партнеров.
- Книжка волонтера для фиксации участия обучающихся в деятельности.

1.2 ЦЕЛЬ И ЗАДАЧИ ПРОГРАММЫ

Цель программы:

- формирование ключевых компетенций волонтера для осознания личной успешности, добровольческой эффективности, адекватного участия подростков в социально-значимых делах.

Задачи программы:

- создание в группе обучающихся комфортного психоэмоционального состояния, обеспечивающего подросткам чувство уверенности в себе, своих возможностях;
- развитие стремления к самопознанию, самовыражению и самосовершенствованию;
- повышение уровня информированности подростков о факторах, влияющих на здоровье; формирование установки на здоровый образ жизни и навыков ответственного поведения;
- освоение подростками основ организаторской деятельности;
- овладение подростками коммуникативной культурой, навыками рефлексии;
- формирование мотивов социальной деятельности; развитие личностной и социальной компетенции;
- удовлетворение потребности подростка в социально – значимой деятельности.

1.3. Учебно-тематический план первого года обучения

№	Блок. Темы	Количество часов			Формы контроля
		все го	тео рия	пра ктика	
1.	«Рождение коллектива»: Знакомимся друг с другом Доверие вместо конкуренции «Стать принятым и признанным»	3	2	1	Наблюдение, рефлексия.
2.	«Формирование команды»: Ощущение общности и доверия Сотрудничество вместо конкуренции Творчество вместо стереотипных действий Работа на общий результат	3	1	2	Наблюдение, рефлексия, диагностика организованности коллектива
3	«Навыки эффективной коммуникации»:	8	4	4	
3.1	Грамматика общения. Этапы общения. Продолжение и поддержание контакта. Слушание в общении. Техника активного слушания.	3	2	1	Зачет по блоку, собеседование.
3.2	Манипулятивный стиль общения. Средства манипуляции. Признаки манипуляции. Манипуляционная защита. Они мешают нашему общению. Сплетни Прозвища. Сквернословие.	3	1	2	
3.3	Обобщение пройденного.	2	1	1	
4.	«Личностный рост»	8	3	5	
4.1	Упражнения на закрепление доверительного стиля общения. Работа по самораскрытию открытию в себе сильных сторон. Развитие умения самоанализа и преодоление психологических барьеров.	3	1	2	Рефлексия, устный опрос, взаимопрос, анкетирование наблюдение.
4.2	Закрепление навыков самоанализа и самовыражения. Анализ слабых сторон личности Отработка навыков понимания других людей. Закрепление полученных навыков и умений самораскрытия и самоанализа.	3	1	2	
4.3	Подведение итогов работы по блоку.	2	1	1	
5.	«Лидерство»	6	3	3	
5.1	Понятие «лидерство». Классификация лидеров. Основные лидерские качества.	3	2	1	Самостоятельная практическая работа, тест, конкурсная программа.
5.2	Формирование коммуникативных навыков. Формирование качеств делового лидера. Конкурсно-игровая программа «Я - Лидер».	3	1	2	

6	«Валеологический»	6	3	3	
6.1	Валеология - наука о формировании, сохранении, укреплении здоровья. Факторы, определяющие здоровье человека. Здоровый образ жизни.	3	2	1	Контрольный опрос.
6.2	Волонтеры – люди, пропагандирующие здоровый образ жизни. Обобщение пройденного.	3	1	2	
	Итого за год:	34	16	18	

Учебно-тематический план второго года обучения

7.	«Азы волонтерства»	6	3	3	
7.1	Волонтерство в России. Суть волонтерской деятельности. Принципы деятельности волонтеров. Кто может стать волонтером.	3	2	1	Рефлексия, устный опрос, взаимоопрос, анкетирование наблюдение.
7.2	Принцип «Ровесник – ровеснику». Обобщение пройденного.	3	1	2	
8.	«Актерская грамота»	9	4	5	
8.1	Исполнительское искусство актера. Понятие темпа - ритма. Характерность.	3	2	1	Контрольные творческие задания.
8.2	Голос. Звучность и выразительность голоса. Искусство публичного выступления.	3	1	2	
8.3	Подведение итогов по блоку.	3	1	2	
9.	«Волонтерская практика»	19		19	
9.1	Участие в планировании деятельности волонтерского объединения.	3		3	Участие в деятельности объединения, отзывы о деятельности, реализация социально-значимых проектов, творческие достижения.
9.2	Участие в праздновании дня рождения общественного объединения.	3		3	
9.3	Участие в общих собраниях объединения.	4		4	
9.4	Участие в подготовке и проведении досуговых, праздничных и коллективно – творческих мероприятий в школах – интернатах города и республики.	3		3	
9.5	Подготовка и проведение конкурсно- игровых программ в объединении, посвященным торжественным случаям.	3		3	
9.8	Участие в проведении профилактических флешмобов.	3		3	
	Итого за год:	34	7	27	

1.4. Содержание программы «ДОБРОволец»

Первый год обучения

1 Блок: «Рождение коллектива»

Начальная фаза включает в себя шесть основополагающих элементов, влияющих на создание работоспособной и сплоченной группы:

- Знакомство
- Доверие
- Общение
- Сотрудничество.
- Готовность учиться.
- Удовольствие.

Знакомимся друг с другом

Правила работы в группе. Техника безопасности. «Магия нашего имени». Игры на знакомство: «Рукопожатие и поклон», «Круг имен», «Обмен местами», «Имя и эпитет», «А ты кто?», «Кроссворд», «Кто это?» и др.

Доверие вместо конкуренции

Игры, которые объединяют: «Числа моей жизни», «Автопортрет», «Три вопроса», «Уникальность каждого», «Найди сходство», «Разговор в двойном кругу».

«Стать принятым и признанным»

Игры на взаимодействие, определение своей роли в группе: «Учимся понимать друг друга», «Привлекательная группа», «мой вклад», «Десять вопросов», «Тигр, мышь и слон», «Различия, которые объединяют».

2 Блок: «Формирование команды»

Ощущение общности и доверия

Психологические игры и упражнения: «Ожидания и опасения», «Тройки», «Привет!», «Стратегическая игра», «Пропой свое имя», «Ищи и найди», «Расскажи мне обо мне», «Ирландская дуэль», «Семейная

фотография», «Какие мы хорошие», «Ужасный секрет», «Упражнение Джеффа», «Я желаю тебе завтра» и др.

Сотрудничество вместо конкуренции

Психологические игры и упражнения: «Я люблю себя за то...», «Мы с тобой похожи тем, что...», «Вавилонская башня», «Портрет лидера», «Летающие яйца», «Незаконченное предложение..», «Групповая мозаика», «Конфликты и сплоченность» и др.

Творчество вместо стереотипных действий

Психологические игры и упражнения: «Ужасно-прекрасный рисунок», «Мой девиз», «Творческая мастерская» и др.

Работа на общий результат

Психологические игры и упражнения: «Лабиринт», «Кораблекрушение», «Воздушный шар». **Форма проведения занятий:** Практические Тренинговые занятия. Психологические игры. Игры на знакомство, доверие, развитие коммуникативных навыков, сплочение и т.д. Упражнения на групповое взаимодействие.

3 Блок: «Навыки эффективной коммуникации»

Грамматика общения.

Что такое общение. Потребность в общении. Особенности взаимодействия с окружающими. Вербальное и невербальное общение. Функции вербального общения. Функции невербального общения.

Практические задания. Упражнения на невербальное общение: «Покажи эмоцию», «Тюрьма». Игры: «Снежинка». Сюжетно-ролевые игры по теме. «Эксперименты» по теме.

Этапы общения.

Начальный этап общения. Типичные ошибки в первичном восприятии людей. «Эффект ореола». Образ «типичного представителя». Факторы, играющие роль при формировании впечатления о человеке.

Практические задания. Эксперименты, подтверждающие теорию.

Продолжение и поддержание контакта

Условия, оптимизирующие коммуникативное взаимодействие.
Завершение контакта.

Практические задания. Тренировка навыков успешного взаимодействия. Упражнения: «Безоценочное общение», «Мнения и замечания», «Помогающее общение». Тренировка конструктивных способов выхода из взаимодействия. Упражнения: «Конструктивный отказ», «Приём гостей».

Слушание в общении. Техника активного слушания

Умение слушать и слышать. Слушание и понимание. Избирательность восприятия. Тест на понимание сущности процесса слушания.

Практические задания. Игра «Испорченный телефон» Упражнение «Разговор за стеклом».

Приёмы. Реализация. Примеры. Упражнения, сюжетно-ролевые игры.

3.2 Невербальные характеристики процесса общения

Позитивное общение. Негативное общение. Основные признаки проявления в жестах правды и лжи. Основные проявления в жестах доверия или недоверия.

Практические задания. Эксперимент, подтверждающий основные признаки проявления правды, лжи, доверия, недоверия.

Введение в транзактный анализ по Берну

Роли и соответствующие стереотипы поведения. «Родитель», «взрослый», «дитя». Основные характеристики каждой роли: типичные слова, тон, невербальные характеристики, стиль поведения. Универсальные советы.

Практические задания: сюжетно-ролевые игры по теме.

Манипуляторный стиль общения

Средства манипуляции. Признаки манипуляции.

Практические задания. Упражнение: «Манипулятор», «Цветные чувства»,

Противоманипуляторная защита

Средства защиты от манипуляторного воздействия. Пассивная защита. Активная защита. Техники конструктивного сопротивления уговорам.

Практические задания. Ролевые игры и упражнения.

Они мешают нашему общению. Сплетни. Прозвища. Сквернословие

Практические задания. «Упражнение Джеффа».

3.3 Обобщение пройденного. Тест–зачет по теме. Рефлексия

Формы и методы организации занятий: Тренинговые занятия, включающие в себя дискуссии, упражнения на взаимодействие в группах, через моделирование жизненных ситуаций, «мозговые штурмы», сюжетно-ролевые игры.

4 Блок: «Личностный рост»

4.1 Упражнения на закрепление доверительного стиля общения.

Практические задания. Мои добрые дела. «Рисунок музыки». «Контраргументы». «Кто я?»

Работа по самораскрытию и открытию в себе сильных сторон

Практические задания. Упражнения: «Скажи мне, кто твой друг...», «Ласковые имена», «Мои сильные стороны», «Эмиграция».

Развитие умения самоанализа и преодоление психологических барьеров.

Практические задания. Упражнения: «Вы меня узнаете?», «Девиз», «Интервью», «Автопортрет».

4.2 Закрепление навыков самоанализа и самовыражения. Анализ слабых сторон личности.

Практические задания. Упражнения: «Моя любимая игрушка», «Без маски», «Отверженный», «Мои слабые стороны».

Отработка навыков понимания других людей.

Практические задания. Упражнения: «Зоопарк», «Я- глазами группы», «Я тебя понимаю», «Перспектива».

Закрепление полученных навыков и умений самораскрытия и самоанализа.

Практические задания. Упражнения: «Твое лучшее качество», «Прокуроры и адвокаты», «А что дальше?».

4.3 Подведение итогов работы по блоку.

Практические задания. Рефлексия. Анкетирование «Обратная связь».

5 Блок: «Лидерство»

Теоретический блок:

5.1 Понятие лидерства

Отличие лидера от руководителя. Типология лидерства. Важные элементы программы развития лидеров.

Классификация лидеров:

- по направленности деятельности;
- по отношению к общественным нормам;
- по сфере деятельности;
- по характеру деятельности;
- по функциям, реализуемым лидерами;
- по способам взаимодействия с группой;
- по стилю взаимодействия.

Основные лидерские качества

Лидер и группа. Влияние лидеров на членов группы. Стили лидерства. Влияние членов группы на лидеров. Организация эффективной работы в группе.

Практический блок.

5.2 Формирование коммуникативных навыков

Упражнения, направленные на формирование коммуникативных навыков участников, выработку навыков решения организаторских задач. Обучение «Методу взаимодействия»

Формирование качеств делового лидера

Проведение теста «Я - Лидер». Рекомендации по формированию качеств делового лидера.

Конкурсно-игровая программа: «Я – лидер»

6 Блок: «Валеологический»

6.1 Валеология – наука о формировании, сохранении, укреплении здоровья человека

Предмет валеологии. Метод валеологии. Цель, задачи валеологии. Место валеологии среди других наук.

Факторы, определяющие здоровье человека

Генетические факторы. Окружающая среда. Медицинское обеспечение. Условия и образ жизни человека.

6.2 Здоровый образ жизни человека

Что включает в себя понятие «здоровый образ жизни». Структура здорового образа жизни. Оптимальный двигательный режим. Иммуитет и закаливание. Рациональное питание. Рациональный режим жизни. Отсутствие вредных привычек. Валеологическое самообразование. Эффективность здорового образа жизни.

Волонтеры – люди, пропагандирующие здоровый образ жизни

Валеологическое направление деятельности волонтеров (на примере деятельности нашего волонтерского объединения)

Второй год обучения

7 Блок: «Азы волонтерства»

7.1 Волонтерство в России. Суть волонтерской деятельности

Феномен волонтерства в России.

Сущность волонтерской деятельности.

Кто такие волонтеры. Чем могут заниматься волонтеры. Почему люди становятся волонтерами.

Принципы деятельности волонтеров

Добровольность. Осознание цели своего участия и активность в общем деле. Самоуправление и дисциплина. Здоровый образ жизни. Ответственность.

7.2 Кто может стать волонтером. «Ровесник – ровеснику»

Деловая игра: «Что необходимо для того, чтобы стать волонтером»

Смысл добровольчества. Обобщение пройденного

8 Блок: «Актерская грамота»

Цель: Освоение навыков и умений, необходимых для реализации творческих программ, развитие творческого потенциала подростков.

8.1 Исполнительское искусство актёра

Многообразие выразительных средств. Декорации, костюмы, грим, музыкальное и шумовое оформление. Вспомогательная роль этих выразительных средств. Стержень театрального искусства - исполнительское искусство актёра.

Понятие темпо – ритма

Упражнения на темпо – ритм. Ощущение чувства ритма. Умение слушать партнёра по сцене.

Практические задания: Отработка навыков темпо – ритма.
Упражнение: «Печатная машинка».

8.2 Характерность. Голос, звучность и выразительность голоса

Понятия «образа», «характера» в актёрском искусстве. Особенности создания сценического характера. Техника создания образа на сцене. Понятие пластической выразительности. Приёмы пластической выразительности для достижения сценического образа и передачи характера.

Практические задания: Пластические этюды. Пластические импровизации.

Аккуратность в одежде. Обувь. Манеры выступающего в зависимости от ситуации. Дружеская и деловая атмосфера. Контакт со зрителями. Выражение лица. Правильная координация движений. Жесты. Сущность и назначение жеста. Целесообразность жестикуляции. Ценность жестов. Виды

жестов: выразительные, описательные, указующие, подражательные.

Правила пользования жестами.

Как добиться звучности. Глубокое дыхание, частое дыхание. Контролируемое дыхание. Темп речи. Быстрота речи. Длительность звучания. Пауза. Высота. Мелодический рисунок речи. Передача чувств в интонациях. Недостатки интонирования. Монотонность. Слишком высокий тон. Слишком низкий тон. Недостатки выразительности в более значительных словах. Тембр и его роль в передаче чувств. Произношение.

Практические задания: упражнения в невербальном общении со зрителями. Пластические этюды.

Навыки публичного выступления

Секреты оратора. Как подготовиться к выступлению. Имидж оратора. Цветохарактеристики одежды для успешных выступлений.

8.3 Подведение итогов по блоку

Практические задания: упражнения в постановке дыхания и улучшения звучания голоса. Упражнения в интонациях.

9 Блок: «Волонтерская практика»

Блок включает в себя подготовку и проведение:

- международного профилактического проекта «Ганцуй ради жизни»;
- акций по пропаганде здорового образа жизни;
- практических занятий со сверстниками по программе «Жизненные навыки»;
- конкурсных профилактических программ;
- досуговых мероприятий, праздников, коллективно-творческих дел;
- профилактических дискотек;
- выставок - презентаций, информационных стендов;
- традиционных праздников в коллективе объединения; встреч по обмену опытом.

А также:

-участие в волонтерских мероприятиях городского, республиканского, российского масштаба;

-поездки в учебно–методические лагеря для участия в сменах городского и республиканского актива учащейся молодежи;

-участие в семинарах и конференциях по вопросам здорового образа жизни и др.

1.6. Планируемые результаты освоения программы 1-й и 2-й годы обучения

Личностные результаты	Метапредметные результаты	Предметные результаты
Получение подростками навыков эффективного взаимодействия со своими сверстниками	Освоение подростками элементов организаторской работы	Получение подростками знаний о составляющих здорового образа жизни
Формирование мотивации на успех, здоровый образ жизни	Приобретение навыков командной деятельности	Привитие навыков здорового образа жизни
Выработка мотивации к волонтерской деятельности	Составление индивидуальной программы по развитию лидерских качеств	Приобретение первичного опыта волонтерской деятельности

2. КОМПЛЕКС ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИХ УСЛОВИЙ

2.1 Условия реализации программы

Методическое обеспечение программы

Волонтерское общественное объединение в своей жизнедеятельности основывается на следующем:

- уставные цели и задачи общественного объединения;
- актив общественного объединения;
- деятельность общественного объединения;
- ресурсы общественного объединения;
- организационная культура общественного объединения;
- общественное признание деятельности общественного объединения.

Условия реализации программы

Учебно-методическое обеспечение

Для эффективной реализации программы педагогом планируется разработка, составление методической литературы:

- 1) Конспекты теоретических и практических занятий;
- 2) Сценарии и сценарные планы молодежных акций, коллективно-творческих дел, семинаров, творческих сборов;
- 3) Модели и формы педагогической профилактики вредных привычек среди подростков и молодежи;
- 4) Методические папки по социально-значимым проблемам;
- 5) Изготовление видеофильмов о деятельности общественного объединения

Кадровое обеспечение:

1. Педагог дополнительного образования.
2. Привлечение к сотрудничеству при необходимости специалистов (медицинских специалистов из различных медицинских учреждений, психолога, режиссера, хореографа и др.)

1. Техническое обеспечение:

- 1) Кабинет, магнитная доска.
- 2) Телевизор, видеоплеер, музыкальный центр, проектор.
- 3) Фотоаппарат, видеокамера.
- 4) Канцелярские товары. Реквизит для выступлений, проведения профилактических программ.

**2.2 Механизм оценки получаемых результатов
Мониторинг результатов по программе «ДОБРОволец»**

Показатели (оцениваемые параметры)	Критерии	Методы диагностики
1. Теоретическая подготовка ребенка 1.1 Теоретические знания (по основным блокам учебно-тематического плана программы)	Соответствие теоретических знаний ребенка программным требованиям	Наблюдение, тестирование, контрольный опрос, взаимный опрос.
1.2 Владение специальной терминологией	Осмысленность и правильность использования специальной терминологии	Собеседование, выступление в роли обучающего, проведение занятий по программе «ровесник-ровеснику», наблюдение.
2. Практическая подготовка ребенка 2.1 Практические умения и навыки, предусмотренные программой (по основным блокам учебно-тематического плана программы)	Соответствие практических умений и навыков программным требованиям	- Участие подростка в конкурсах, акциях, учебно-методических лагерях городского, республиканского, российского уровней. - Участие подростка в социально – значимой деятельности. - Участие подростка в социально – значимых проектах, программах. - Ведение творческой книжки волонтера
2.2 Творческие навыки	Креативность в выполнении практических заданий	- Социально-значимая деятельность подростка; - Контрольное задание; - Творческая книжка волонтера.
3. Общеучебные умения и навыки ребенка 3.1 Учебно-интеллектуальные умения: 3.1.1 Умение подбирать и анализировать специальную литературу	Самостоятельность в подборе и анализа литературы	- Работа по программе «ровесник-ровеснику»; - Отзывы сверстников и педагогов; - Наблюдение; - Выступление в роли обучающего.
3.1.2 Умение пользоваться компьютерными источниками информации	Самостоятельность в пользовании компьютерными источниками информации	Контрольное самостоятельное задание.
3.1.3 Умение осуществлять учебно-исследовательскую работу (рефераты, эссе)	Самостоятельность в учебно-исследовательской работе	Написание рефератов, творческих работ, сочинений, эссе, отзывов о деятельности.
3.2 Учебно-коммуникативные умения: 3.2.1 Умение слушать и слышать педагога	Адекватность восприятия информации, идущей от педагога	- Наблюдение; - Контрольные задания
3.2.2 Умение выступать перед аудиторией	Свобода владения и подачи обучающимся подготовленной информации	Наблюдение, выступление в роли обучающего, проведение занятий по программе

		«ровесник-ровеснику», участие в сценических программах.
3.2.3 Умение вести полемику, участвовать в дискуссии	Самостоятельность в построении дискуссионного выступления, логика в построении доказательств	Наблюдение, выступление в роли обучающего, проведение занятий по программе «ровесник-ровеснику». Участие в конкурсе «Дебаты».
4. Предметные и творческие достижения учащегося - на уровне объединения; -на уровне района, города; -на республиканском уровне.	Достижения, успехи, отмеченные окружающими. Высокий качественный уровень деятельности.	Ведение творческой книжки волонтера, дипломы, грамоты за социально-значимую деятельность и успехи в конкурсных программах, позитивные отзывы.

Мониторинг личностного развития ребенка по программе «ДОБРОволец»

Показатели (оцениваемые качества)	Критерии	Методы диагностики
1.Организационно-волевые качества	Способность переносить нагрузки в течение определенного времени, преодолевать трудности	Наблюдение
1.1 Терпение		
1.2 Воля	Способность активно побуждать себя к практическим действиям	Наблюдение
1.3 Самоконтроль	Умение контролировать свои поступки	Наблюдение
2.Ориентационные качества	Способность оценивать себя адекватно реальным достижениям	Анкетирование
2.1 Самооценка		
2.2 Интерес к занятиям в детском объединении	Осознанное участие в освоении образовательной программы	Тестирование, наблюдение, участие в жизнедеятельности объединения
3.Поведенческие качества:	Способность занять определенную позицию в конфликтной ситуации	Тестирование, Метод незаконченного предложения, наблюдение.
3.1 Конфликтность		
3.2 Тип сотрудничества (отношение к общим делам объединения)	Умение воспринимать общие дела как свои собственные	Участие в жизнедеятельности объединения, наблюдение.

Результаты аттестации оцениваются (распределяются) по трем уровням:

- высокий уровень - показатель проявляется отчетливо, в полной мере (4,6 -5 баллов);
- средний уровень – показатель проявляется менее отчетливо (2,6-4,5 балла);
- уровень ниже среднего - показатель проявляется слабо или отсутствует (0-2,5 балла)

**Индивидуальная карта учёта результатов обучения по дополнительной
Общеобразовательной программе «ДОБРОволец»
и мониторинг личностного развития подростка**
(в баллах, соответствующих степени выраженности измеряемого качества, от 1
до 10)

ФИО _____

Возраст _____

Волонтерское общественное объединение «ДОБРОволец»

Дата начала наблюдения:

Сроки диагностики	1 полуго дие	2 полуго дие
Показатели		
1.Теоретическая подготовка обучающегося: 1.1 Теоретические знания по блокам 1.2 Владение специальной терминологией		
2.Практическая подготовка обучающегося: 2.1 Практические умения и навыки, предусмотренные программой 2.2 Творческие навыки		
3.Общеучебные умения и навыки обучающегося: обучающегося: 3.1 Учебно-интеллектуальные умения: -умение подбирать и анализировать специальную литературу; -умение пользоваться компьютерными источниками информации; -умение осуществлять учебно- исследовательскую работу. 3.2 Учебно-коммуникативные умения: -умение слушать и слушать педагога; -умение выступать перед аудиторией; -умение вести полемику, -участвовать в дискуссии.		
4. Предметные достижения обучающегося: -на уровне объединения -на уровне района, города - на республиканском, - на межрегиональном уровне - на международном уровне		
5.Организационно-волевые качества: 5.1 Терпение 5.2 Воля 5.3 Самоконтроль		
6.Ориентационные качества: 6.1 Самооценка 6.2 Интерес к занятиям в детском объединении		
7. Поведенческие качества: 7.1 Конфликтность 7.2 Тип сотрудничества		

2.3 Материалы по аттестации обучающихся

А.

1. Теоретическая подготовка обучающегося.
2. Практическая подготовка обучающегося
3. Общеучебные умения и навыки обучающегося.
4. Предметные и творческие достижения обучающегося.
5. Творческие достижения общественного объединения.

Б.

1. Личностное развитие обучающегося в процессе освоения им дополнительной образовательной программы

Год обучения	Стартовая аттестация обучающихся		Промежуточная аттестация обучающихся		Итоговая аттестация обучающихся	
	Форма стартовой диагностики	КИМы	Форма промежуточной аттестации	КИМы	Форма итоговой аттестации	КИМы
1 год	1. Собеседование. 2. Анкетирование	<ul style="list-style-type: none"> • Вопросы для собеседования • Анкета 	1. Тест-зачет по блокам 2. Индивидуальная карта учёта результатов обучения Практическое творческое задание.	<ul style="list-style-type: none"> • Тесты • Перечень тем творческих работ - Методика выявления коммуникативных склонностей учащихся Р.В. Овчаровой 	1. Практика действия 2. Диагностика организованности коллектива 3. Реализация социально-значимых проектов 4. Тест-зачет по всем темам	<ul style="list-style-type: none"> • Отзывы о деятельности • Охват мероприятий • Предметные достижения учащегося на разных уровнях - Методика диагностики личности на мотивацию к успеху Т. Элерса

Показатели эффективности добровольческой командной работы:

- количество добровольческих акций;
- отчет о деятельности общественного объединения;
- количество человек, принявших участие в акциях;
- отзывы от организаций и участников волонтерских проектов;
- обратная связь от тренингов: анкеты, письма, рисунки или иные графические формы обмена информацией;
- участие в конкурсах, акциях, учебно-методических лагерях городского, республиканского, российского, международного уровней;
- участие в социально-значимой деятельности;
- реализация социально-значимых проектов, программ.

Формы контроля/ фиксации/ отслеживания уровней освоения программы «ДОБРОволец»

Личностные результаты	Формы контроля/ фиксации/ отслеживания	Метапредметные результаты	Формы контроля/ фиксации/ отслеживания	Предметные результаты	Формы контроля/ фиксации/ отслеживания
Получение подростками навыков эффективного взаимодействия со сверстниками	Методика выявления коммуникативных склонностей учащихся Р.В. Овчаровой	Освоение подростками элементов организаторской работы	Участие в практической деятельности в коллективе и со сверстниками	Получение подростками знаний о составляющих здорового образа жизни, о пагубном влиянии психоактивных веществ на организм и личность человека	Тест-зачеты по блокам программы
Формирование мотивации на успех, здоровый образ жизни	Методика диагностики личности на мотивацию к успеху Т. Элерса	Приобретение навыков командной деятельности	Методика изучения социально-психологической самооценки коллектива (методика О. Немова)	Привитие навыков здорового образа жизни	Рефлексия, наблюдение
Выработка мотивации к волонтерской деятельности	Сохранность контингента	Освоение знаний и умений организаторской работы	Участие в практической деятельности в коллективе и со сверстниками	Приобретение первичного опыта волонтерской деятельности.	Интерес к волонтерской деятельности, рефлексия, активность воспитанников

2.4 Методическое обеспечение программы «ДОБРОволец»

№	Раздел программы	Методические виды продукции: разработки игр, бесед, экскурсий, конкурсов.	Рекомендации по проведению практической работы	Дидактический и лекционный материал
1.	«Формирование команды»	<p>Психологические игры и упражнения: «Ожидания и опасения», «Тройки», «Привет!», «Стратегическая игра», «Пропой свое имя», «Ищи и найди», «Расскажи мне обо мне», «Ирландская дуэль», «Семейная фотография», «Какие мы хорошие», «Ужасный секрет», «Упражнение Джеффа», «Я желаю тебе завтра» и др.</p> <p>«Я люблю себя за то..», «Мы с тобой похожи тем, что...», «Портрет лидера», «Летающие яйца», Незаконченное предложение..», «Групповая мозаика», «Конфликты и сплоченность», «Ужасно-прекрасный рисунок», «Мой девиз», «Творческая мастерская», «Лабиринт», «Кораблекрушение», «Воздушный шар»</p>	<p>Данный блок необходимо проводить в свободном просторном помещении. Упражнения на командное взаимодействие предполагают активное передвижение и общение участников. Стулья располагаются по кругу, участники видят друг друга.</p>	<p>Психологические игры. Игры на знакомство, доверие, развитие коммуникативных навыков, сплочение и т.д. Упражнения на групповое взаимодействие: «Ощущение общности и доверия». «Сотрудничество вместо конкуренции». «Творчество вместо стереотипных действий». «Работа на общий результат».</p>
2.	«Навыки эффективной коммуникации»	<p>Упражнения на невербальное общение: «Покажи эмоцию», Тюрьма». Игры: «Снежинка». «Безоценочное общение», «Мнения и замечания», «Помогающее общение». Игра «Испорченный телефон». Упражнение: «Разговор через стекло». «Манипулятор», «Цветные чувства», слушания. Приёмы. Реализация». Беседа: «Они мешают нашему общению». «Упражнение Джеффа».</p>	<p>Занятия по данной теме предполагают наличие практической части, включающей в себя дискуссии, упражнения на взаимодействие в группах, через моделирование жизненных ситуаций, «мозговые штурмы», сюжетно-ролевые игры.</p>	<p>Лекционный материал: «Грамматика общения», «Этапы общения». Дискуссия: «Слушание в общении». Инфоблок: «Техника активного слушания» Практические задания: «Упражнения на невербальное общение. Тренировка навыков успешного взаимодействия». Сюжетно-ролевые игры по теме.</p>

				Ролевые игры и упражнения. Эксперимент с использованием фотографий: «Типичные ошибки в первичном восприятии людей». Раздаточный материал: «Основные признаки проявления в жестах правды и лжи. Основные проявления в жестах доверия или недоверия».
3.	«Личностный рост»	Упражнения на закрепление доверительного стиля общения и на развитие умения самоанализа и преодоление психологических барьеров: «Мои добрые дела». «Рисунок музыки». «Контраргументы». «Кто я?» «Скажи мне , кто твой друг..», «Ласковые имена», «Мои сильные стороны», «Эмиграция». «Вы меня узнаете?», «Девиз», «Интервью», «Автопортрет». «Карусель», «Положи себя под микроскоп», «Брачное объявление», «Кто я?». «Моя любимая игрушка», «Без маски», «Отверженный», «Мои слабые стороны». «Зоопарк», «Я- глазами группы», «Я тебя понимаю», «Перспектива». «Твое лучшее качество», «Прокуроры и адвокаты», «А что дальше?»	Форма проведения занятий: Практические тренинговые занятия. Психологические игры. Упражнения на групповое взаимодействие.	Лекционный материал: «Я и окружающий мир». Инфоблоки: «Самопознание», «Понимание людей». Раздаточный материал: цветные карандаши, фломастеры, листы формата А/4
4.	«Лидерство»	Беседа: Лидерские качества Конкурсно- игровая программа: « Я – лидер». Рекомендации по формированию лидерских качеств.	практические занятия с использованием: - эвристической беседы; - дискуссии; - лекции; - взаимодействия в группах; - обучение практикой	Лекционный блок: «Классификация лидеров». Тест «Я - Лидер»

			действия; - психолого – валеологических игр; - учебной гимнастики.	
5.	«Валеологический»	Беседа «Факторы, определяющие здоровье человека».	Формы и методы проведения занятий: - деловые игры; - упражнения в парах, в группах; - игры-ассоциации; - дискуссии; - работа с учебником «Валеология подростка»	Лекционный материал: «Предмет валеологии. Метод валеологии. Цель, задачи валеологии. Место валеологии среди других наук.»
6.	«Азы волонтерства»	Деловая игра: «Что необходимо для того, чтобы стать волонтером» Видеоматериалы о волонтерстве.	Групповые занятия с элементами дискуссии, методов группового взаимодействия, ролевые игры, эвристической беседы, психологических игр	Лекционный материал: «Волонтерство в России. Феномен волонтерства в России».
7.	«Актерская грамота»	Упражнения на темпо – ритм. Упражнения в невербальном общении со зрителями. Пластические этюды. Пластические импровизации. Упражнения в постановке дыхания и улучшения звучания голоса. Упражнения в интонациях.	Тренинговые практические занятия с элементами дискуссии, «мозгового штурма», беседы, лекции. Ролевые игры. Упражнения в приобретении навыков актерского мастерства.	Лекционный материал: «Исполнительское искусство актёра. Характерность»
8.	«Конфликтология»	Игра на взаимодействие «Башня». Ролевые игры Упражнение на моделирование жизненных ситуаций Упражнения по выходу из конфликта: «Вещь и хозяин», «Подключить соседа», «Передача эмоций» и др. Эвристическая игра «Искусство разрешения	Тренинговые занятия с использованием: дискуссии, беседы, лекции, взаимодействия в группах, обучения практикой действия.	Лекционный материал: «Конфликт. Понятие конфликта. Стадии развития конфликта Типология конфликта Культура управления конфликтом»

		конфликта». Беседа «Конфликтные ситуации в нашей жизни»		
9.	«Ораторское искусство»	Роль голоса в жизни человека. Упражнения на дыхание, на разогрев мышц, которые опосредовано, связаны с голосом, на формирование голоса. Упражнения на распознавание своего типа голоса. Упражнения на дыхание, слышимое дыхание. Упражнение «Скороговорки». Упражнение «Движение к стихотворению». Упражнения для развития силы голоса. Упражнения повышенной трудности для работы над сочетаниями звуков. «Мимика лица», «Разминка лица», «Изучите свое лицо», «Десять масок», «Как лучше изобразить эмоции». Совершенствование дикции, интонаций голоса. Практическое задание: Упражнения «Разминки», «Скороговорки», «Грузинский хор», «Художественное чтение», «Читаем, как дети», «Правила чтения».	Практическое задание направлено на Совершенствование своего голоса Интерактивные практические занятия с использованием большого многообразия упражнений на улучшение качества голоса обучающихся.	Лекционный материал: «Характеристики человеческого голоса. Структура голоса. Голосовой аппарат. Советы начинающему оратору»

Список основной литературы

для педагога.

1. Баллинггер Эрих. Учебная гимнастика. М., Просвещ.,2010
2. Барановский А.Ю., Грухин Ю.А., Руднев Д.А. Новый лечебник. СПб «Наука» «Комета», 2008
3. Бояринцева Г. Н. Психологические игры и упражнения. Пермь , 2009.
4. Буканова И. А. Детские и молодежные общественные объединения: Создаем. Развиваем. Действуем. Вологда, 2011
5. Буянова Н.Ю. Я познаю мир «Детская энциклопедия» М, ТКО «АСТ», 2009
6. Вайнер Э.Н. Валеология, М., «Флинта», 2012
7. Гудзима Е.В., Касьянова А.Н. Пошаговый план занятий к программе «Свежий ветер» для волонтеров – ведущих. – Самара: СДДТЮ,2014
8. Давайте работать вместе! Шпаргалка. Или как работать со школьным активом./ Сост. Гагарина Д.А. Набережные Челны, ГЦДТ, 2009
9. Держите курс на детство./ Сост. Шергина Н. Б., Злобина Е. А. и др., Ижевск, 2002 .
10. Детское движение: вопросы и ответы. Методическое пособие./ Авт. - сост. Гуртовая О. В. , Конева В. Ю. , Тюмень, 2010
11. Гусева Н.А. Тренинг предупреждения вредных привычек у детей. Программа профилактики злоупотребления психоактивными веществами. – СПб.: «Речь»,2012
12. Добровольческий Корпус Здоровья. Сборник профилактических программ./ Под ред. Возжаева С. Н. Зверевой Н. Н. и др., М «Авантитул» 2013
13. Жизненные навыки /Учебно-методический комплект. Сост.: И.А. Козич, Е.С. Бакланова. Фонд «Фокус –Медиа», М., 2015

14. Зинкевич – Евстигнеева Т., Фролов Д. Технология создания команды СПб., «Невский проспект» 2014
15. Из опыта реализации областной программы «Лидер» / Авт. – сост. Розанов И. А. , Черепанова Н. С. и др ., Вологда ,2012
16. Инновационные подходы в профилактике ВИЧ/инфекции: пакет справочных материалов/сост. В. М. Быкова (и др.). Минск: Ковчег,2016
17. Использование театральных методик в обучении по принципу «Равный-равному». Практическое руководство./Издано Фондом ООН в области народонаселения, Объединенной программой ООН по ВИЧ/СПИД и Всемирной организацией здоровья семьи. Москва, 2015
18. Комплекс учебно – демонстрационных игр образовательного проекта «Достижения – Я» для педагогов и детей. – М.: ГОУ ЦРСДОД, 2017
19. Лаптев А.К. Тайны пирамиды здоровья СПб «Петроградский и К°»,2010
20. Лидерс А. Г. Тренинг личностного роста подростков. М., «Психология» 2014
21. Пиотровская Е. Программа подготовки волонтеров. Методическое пособие. Казань 2012
22. Подготовка волонтеров./ Сост. Фришман И.И., Мирошкина М.Р., М.: ГОУ ЦРСДОД, 2010
23. Полезные привычки. Рабочие тетради 1 – 4 классы./ Авт. колл. Гречаная Т. Б., Иванова Л. Ю. и др., Ижевск «Удмуртский Университет», 2005.
24. Полезные привычки. Пособие для учителя/ авт. колл. ГречанаяТ. Б., Иванова Л. Ю., Ижевск «Удмуртский Университет», 2006.
25. Потапов В. П., Кошкарлова Л.И. Если хочешь быть здоров. Слагаемые здоровья. – Ижевск: Издательство ИУУ, 2011.
26. Практикум по психологическим играм с детьми и подростками. / Под ред. Битяновой М. СПб., 2012.

27. Практические занятия с подростками по профилактике зависимости от психоактивных веществ./ Авт. сост. Сентябова Т.В., Ижевск «Удмуртский университет», 2002 Практикум по психологическим играм с детьми и подростками./ Под ред. Битяновой М.Р. –СПБ.: «Питер»,2003
28. Программа «15» Руководство по реализации программы профилактики социально-значимых заболеваний в сообществе. Авт. Коллектив: Камалдинов Д.О., Петрова О. Н, Новосибирск, 2010
29. Профилактика употребления психоактивных веществ в образовательной среде. От школьных профилактических программ к волонтерскому движению./Сост. Аверин А . .Ижевск ,2014 .
30. Профилактика зависимого поведения. Учебное пособие./ Сост. Гаврилина Л. К., Пружинская В. Б., Сыктывкар,2012 .
31. Профилактическое сопровождение подростков. Пособие для специалистов, работающих с молодежью. / Авт. колл. Авдеев Ю., Лепшин А. и др., Челябинск,2011.
32. Ромек В. Тренинг уверенности СПб ., 2015 .
33. Ротенберг Роберт. Расти здоровым. Детская энциклопедия здоровья. М. «Физкультура и спорт», 2011
34. Сборник методических материалов « О привлечении волонтеров к реализации социальных программ по пропаганде З. О. Ж../ Ред. колл. Лещинский А. С., Краснов И. В. и др., Ижевск ,2010
35. Сборник в помощь вожатому. / Сост. Телеусова М. В., Харин А. А., Ижевск, 2014
36. Сопер Л. Основы искусства речи М., «Академия» 2009
37. Стальков Е., Панин В. Валеология. Калининград ,2011 .
38. Татарникова П.Г., Поздеева М.В. Валеология подростка. СПб «Петроградский и К°»,2008
39. Фопель К. Создание команды. М., «Генезис» 2009.
40. Фопель К. Сплоченность и толерантность в группе. М., «Генезис», 2009

41. Фопель К. Энергия паузы. М., «Генезис» 2009 .

Список основной литературы

для обучающихся

1. Бриг. Сборник больших ролевых игр./Автор-составитель Е.М. Шпоркина. Ульяновск, 2006
2. Использование театральных методик в обучении по принципу «Равный -равному». Практическое руководство./Издано Фондом ООН в области народонаселения, Объединенной программой ООН по ВИЧ/СПИД и Всемирной организацией здоровья семьи. Москва, 2009
3. Татарникова П.Г., Поздеева М.В. Валеология подростка. СПб «Петроградский и К^о»,2012
4. Фопель К. Создание команды. М., «Генезис» 2012 .
5. Фопель К. Сплоченность и толерантность в группе. М., «Генезис», 2012
6. Фопель К. Энергия паузы. М., «Генезис» 2013 .
7. Энциклопедия вожатого. Сборник методических материалов по организации детского отдыха./Автор-составитель Е.М. Шпоркина. Ульяновск, 2015
8. Я хочу провести тренинг. Пособие для начинающего тренера в области профилактики ВИЧ / СПИД, наркозависимости, ИППП. / Авт. колл. Яшина Е., Камалдинов Д., Новосибирск ,2011.

Список дополнительной литературы

для педагога.

- 1.Новицкая Л.П. Уроки вдохновения. – М.: Всероссийское театральное общество,2007

2.О детских организациях с надеждой и тревогой. Дискуссионные материалы. / Ред. коллегия: Волохов А. В. , Кочергин В. Н. и др., Челябинск,2009

3.«Орленок». Книга вожатого/ рук.авторского коллектива И.Романец. Собеседник, М., 2013

4.Пайвина Е.Ю. Волонтер – Лэнд: Первичная профилактика аддиктивного поведения: Учебно – метод. Пособ. – Глазов: РЖГВ, 2014

5.Педагогика «Орленка» в терминах и понятиях: Учебное пособие-словарь//Сост. Ковалева А.Г..-М.: Собеседник, 2016

7.Педагогические отряды лагерей актива России./ Под ред. Возжаева С. Н., Возжаевой Е. Н. . М. , «Авантитул» 2013 .

8.Петленко В.П. Валеология человека. Здоровье – любовь – красота. СПб «Петроградский и К°»,5 томов, 2019

Список дополнительной литературы

для обучающихся

1.«Орленок». Книга вожатого/ рук.авторского коллектива И.Романец. Собеседник, М., 2015

2.Пайвина Е.Ю. Волонтер – Лэнд: Первичная профилактика аддиктивного поведения: Учебно – метод. Пособ. – Глазов: РЖГВ, 2004

3.Полезные привычки. Пособие для учителя/ авт. колл. ГречанаяТ. Б., Иванова Л. Ю., Ижевск «Удмуртский Университет», 2008.

**ПРИЛОЖЕНИЯ №1 Методика диагностики личности на мотивацию к успеху
Т. Элерса**

№	Ответьте, пожалуйста, на вопросы	Да	Нет
1.	Когда имеется выбор между двумя вариантами, его лучше сделать быстрее, чем отложить на определенное время.		
2.	Я легко раздражаюсь, когда замечаю, что не могу на все 100% выполнить задание.		
3.	Когда я работаю, это выглядит так, будто я все ставлю на карту.		
4.	Когда возникает проблемная ситуация, я чаще всего принимаю решение одним из последних.		
5.	Когда у меня два дня подряд нет дела, я теряю покой.		
6.	В некоторые дни мои успехи ниже средних.		
7.	По отношению к себе я более строг, чем по отношению к другим.		
8.	Я более доброжелателен, чем другие.		
9.	Когда я отказываюсь от трудного задания, я потом сурово осуждаю себя, так как знаю, что в нем я добился бы успеха.		
10.	В процессе работы я нуждаюсь в небольших паузах для отдыха.		
11.	Усердие – это не основная моя черта.		
12.	Мои достижения в труде не всегда одинаковы.		
13.	Меня больше привлекает другая работа, чем та, которой я занят.		
14.	Я знаю, что мои коллеги считают меня дельным человеком.		
15.	Порицание стимулирует меня сильнее, чем похвала.		
16.	Препятствия делают мои решения более твердыми.		
17.	У меня легко вызвать честолюбие.		
18.	Когда я работаю без вдохновения, это обычно заметно.		
19.	При выполнении работы я не рассчитываю на помощь других.		
20.	Иногда я откладываю то, что должен был сделать сейчас.		
21.	Нужно полагаться только на самого себя.		
22.	В жизни мало вещей, более важных, чем деньги.		
23.	Всегда, когда мне предстоит выполнить важное задание, я ни о чем другом не думаю.		
24.	Я менее честолюбив, чем многие другие.		
25.	В конце каникул я обычно радуюсь, что скоро выйду на учебу		
26.	Когда я расположен к работе, я делаю ее лучше и квалифицированнее, чем другие.		
27.	Мне проще и легче общаться с людьми, которые могут упорно работать.		
28.	Когда у меня нет дел, я чувствую, что мне не по себе.		
29.	Мне приходится выполнять ответственную работу чаще, чем другим.		
30.	Когда мне приходится принимать решение, я стараюсь делать это как можно лучше.		
31.	Мои друзья иногда считают меня ленивым.		
32.	Мои успехи в какой-то мере зависят от моих коллег.		
33.	Бессмысленно противодействовать воле руководителя.		
34.	Иногда не знаешь, какую работу придется выполнять.		
35.	Когда что-то не ЛАДИТСЯ, я нетерпелив.		
36.	Я обычно обращаю мало внимания на свои достижения.		
37.	Когда я работаю вместе с другими, моя работа дает большие результаты, чем работы других.		
38.	Многое, за что я берусь, я не довожу до конца.		
39.	Я завидую людям, которые не загружены работой.		
40.	Я не завидую тем, кто стремится к власти и положению.		
41.	Когда я уверен, что стою на правильном пути, для доказательства своей правоты я иду вплоть до крайних мер.		
	Итого:		

КЛЮЧ

Вы получили по 1 баллу за ответы «да» на следующие вопросы: 2, 3, 4, 5, 7, 8, 9, 10, 14, 15, 16, 17, 21, 22, 25, 26, 27, 28, 29, 30, 32, 37, 41. Вы также получили по 1 баллу за ответы «нет» на вопросы: 6, 19, 18, 20, 24, 31, 36, 38, 39. Ответы на вопросы 1,11, 12, 19, 28, 33, 34, 35, 40 не учитываются. Подсчитайте сумму набранных баллов.

Результат. От 1 до 10 баллов: низкая мотивация к успеху; от 11 до 16 баллов: средний уровень мотивации; от 17 до 20 баллов: умеренно высокий уровень мотивации; свыше 21 балла: слишком высокий уровень мотивации к успеху.

Анализ результата. Результат теста «Мотивация к успеху» следует анализировать вместе с результатами двух следующих тестов: теста «Мотивация к избеганию неудач» и теста «Готовность к риску».

Исследования показали, что люди, умеренно и сильно ориентированные на успех, предпочитают средний уровень риска. Те же, кто боится неудач, предпочитают малый или, наоборот, слишком большой уровень риска. Чем выше мотивация человека к успеху – достижению цели, тем ниже готовность к риску. При этом мотивация к успеху влияет и на надежду на успех: при сильной мотивации к успеху надежды на успех обычно скромнее, чем при слабой мотивации к успеху.

К тому же людям, мотивированным на успех и имеющим большие надежды на него, свойственно избегать высокого риска.

Те, кто сильно мотивирован на успех и имеют высокую готовность к риску, реже попадают в несчастные случаи, чем те, которые имеют высокую готовность к риску, но высокую мотивацию к избеганию неудач (защиту). И наоборот, когда у человека имеется высокая мотивация к избеганию неудач (защита), то это препятствует мотиву к успеху – достижению цели.

ПРИЛОЖЕНИЕ №2

Материалы к блоку «Формирование команды»

Упражнения на командообразование

«Связующая нить»

Время: 5 мин. Для этого упражнения нужен реквизит – клубок шерстяных ниток. Ведущий перекидывает одному из участников клубок ниток, оставляя себе конец клубка, и говорит, что он любит, о чём мечтает и что он желает тому участнику, которому передал клубок. (варианты могут быть разными). Другой участник ловит клубок, наматывает нитку на палец и продолжает игру дальше. Когда все участники проделают это упражнение, всех членов группы связывают нити клубка. Спросить участников, что на их взгляд, напоминает эта связывающая нить, какие ассоциации вызывает. Затем предложить участникам закрыть глаза и удерживая свой конец нити, думать о том, что эта группа – единое целое, и каждый в группе ценен и важен. Вторая часть проводится под медитативную музыку. Можно участникам предложить представить группу в виде Образа кокона или Образ купола, который накрывает группу. Рефлексия: сравните своё состояние до начала занятия и после, что изменилось, что вы чувствуете? 10 мин.

«Принятие решений» – 10 мин.

Разбиться на три команды. Задание каждой команде – разработать алгоритм принятия группового решения, какие шаги необходимо сделать, чтобы принять решение. Группы предъявляют своё решение на ватмане. Групповая дискуссия, выработка общего решения, которое записывается на ватмане, утверждается голосованием. Рефлексия: как происходил процесс принятия решения, что ты чувствовал при этом, учитывалось ли твоё мнение?

«Самообновление» - 10 мин. Каждый участник пишет на подготовленных листах бумаги ответы на два вопроса:

- что мы должны сохранить в команде?
- что мы должны изменить в команде?

Ответы вывешиваются на доске для общего ознакомления, затем группа обсуждает каждый вопрос отдельно, что она должна сохранить в своей работе, каким образом она может совершенствовать свои позитивные качества и что необходимо для этого сделать. Разрабатывается соответствующий план действий, участники обмениваются своими мнениями о процессе обновления в команде. Вариант проведения упражнения: исключить предварительную работу, начать обсуждение с «мозгового штурма» – ответы на вопросы. Если ответов получилось много, разбиться на подгруппы для проработки решений.

«Переправа»

Упражнение тренирует навыки обсуждения и принятия совместного решения, помогает увидеть, кто в команде занимает лидерские роли и что помогает, а что мешает данной команде достигать совместных результатов. Также упражнение хорошо использовать для введения норм коммуникации в команде.

Необходимые материалы. Две веревки длиной около 1,5 метра каждая. Также для этого упражнения участники должны быть одеты в удобную, не стесняющую движений одежду. Время. От 20 минут до часа, в зависимости от того, насколько «сработана» и эффективна совместная деятельность команды.

Размер группы: 12-20 человек. Описание. Веревки кладут на пол параллельно друг другу таким образом, чтобы расстояние между ними было около 4-5 метров. Вся группа становится за одну из веревок. Группе дается следующая вводная: «Вы всей командой путешествовали на космическом корабле и потерпели крушение. К счастью, на помощь вам пришел другой космический корабль, который готов принять всех вас у себя на борту. Область за обеими веревками – безопасная зона, где вам нужно всем оказаться. Область между веревками – опасная область, которую вам нужно преодолеть. Ваша цель – всей командой оказаться за второй веревкой. При этом вы не можете ногами касаться пола между веревками, если это произойдет – вся команда возвращается на линию старта. Также вы не можете использовать для переправы никакие предметы, такие как стулья, столы. Вопросы для обсуждения.

1. Кто занимал наиболее активную позицию при поиске решения? Кто ничего не делал?
2. Кто координировал деятельность группы, а кто вносил беспорядок?
3. Лидерства и инициативы было слишком много или слишком мало?
4. Что помогало или мешало эффективной деятельности команды?
5. Какие нормы взаимодействия можно ввести для того, чтобы в будущем действовать более эффективно?

«Волшебная бутылочка»

Упражнение позволяет участникам задуматься о тех изменениях, которые они хотели бы видеть в своей команде. Так же это упражнение можно использовать для завершения тренинга.

Материалы: Бумага для записок, карандаши, бумага формата А3. Время: 10-30 минут.

Описание: Тренер дает группе, следующие инструкции: «Представьте себе, что вы и ваша команда находят старую лампу, кто-то берет ее в руки, потирает и из нее появляется волшебный джин. Теперь вы можете загадать три желания. Но есть маленький

нюанс, так как лампу вы нашли вместе со своей командой, то и желания должны касаться команды. Каждый может загадать свои три желания. И следом формируется общий список желаний. Обсуждение: Можно ли что-то сделать, чтобы эти перемены произошли в реальности? Если нет, то, что можно сделать для улучшения волнующего вопроса?

Упражнение для развития гибкости ума и знакомства "Хорошо\плохо".

По цепочке "чуваки" должны представиться и дать утверждение обратного по настроению оттенка, приведя какой-то довод(Упражнение следует начинать с вожатого).

Пример: "Меня зовут Женя и это хорошо, что я играю на баяне"(переход к следующему участнику по кругу)

"Меня зовут Акакий и играть на баяне - плохо, потому что, когда играешь на баяне ты много сидишь "

"Меня зовут Ефросинья и много сидеть - это хорошо, потому что, когда ты сидишь энтропия Вселенной технически уменьшается" и т.д. пока не дойдет до последнего участника.

Данное упражнение поможет вам выяснить, как сидящие в кругу относятся к баянистам, а, если серьёзно, то тут проявляется креативность человека и гибкость ума.

(Все совпадения с реальными людьми - случайны).

Игры и упражнения на знакомство, командное взаимодействие, атмосферу

«Да здравствует команда!»

Упражнение для тренинга по командообразованию. Время: 20 минут. Для этого упражнения необходимо изготовить листы формата А3 с сеткой из пронумерованных квадратов (всего 25 квадратов), ручки для каждого участника. Задача каждого участника – написать в каждом квадрате по одной своей характеристике, тренер может вслух называть характеристики, относящиеся ко всем участникам. Когда все клетки будут заполнены, начинается второй этап игры. Участники подходят друг к другу, и расписываются в одной из клеток сетки под тем качеством, которое есть у него тоже. Можно расписаться только один раз в одной сетке. Задача участников – получить как можно больше подписей в клетках за определённое время. Группа снова собирается. Тренер объясняет, что целью задания является собрать слово «команда». Первый, кто соберёт слово и скажет «Да здравствует команда!» – победитель. Тренер произносит первую букву «К» и указывает номер ячейки, куда нужно её поставить. Буква заносится в ячейку только в том случае, если на ней кто-нибудь расписался. Тренер продолжает: «Поставьте букву «О» в ячейку номер..., букву «м» – в ячейку номер...» и так далее, до последней буквы слова «команда». Тот, кто видит на своей сетке полностью собранное слово и первым выкрикивает: «Да здравствует команда!», провозглашается победителем. Игра может

продолжаться до выявления 3 победивших. Рефлексия: что чувствуете, поделитесь, какие были трудности в выполнении упражнения?

«Постройка моста»

Упражнение Постройка моста используется в тренингах по командообразованию, построению команды. Данное упражнение на первых этапах тренинга помогает выявить явных лидеров из участников тренинга.

Время: 30 минут. Материалы: листы А4, карандаш, линейка и ножницы. Разделите группу на две команды. Одна команда вместе с ведущим выходит за дверь, вторая – остаётся с другим ведущим в комнате. Первой группе даётся следующее задание: участники должны изображать миссионеров, а оставшаяся группа – туземцев племени, не знающего ни письменности, ни математики, ни инженерии. У них в племени недавно началась эпидемия, и люди умирают десятками. Довести же их до больницы невозможно, т.к. до неё по дороге –105 км; напрямую – 5 км, но путь лежит через непроходимые болота. Необходимо научить их строить мост, т.к. если построить им самим, они всё равно не научатся его ремонтировать. Мост должен состоять из 5 метров склеенных между собой листов бумаги, ширина моста – половина ширины листа бумаги с 5-миллиметровым отступом в большую сторону. Кроме того, миссионеры должны убедить туземцев в необходимости постройки моста. Время на постройку – 20 минут. Команде туземцев сообщаются следующие правила: общаться с миссионерами может только глава племени. Женщины не имеют права держать в руках ножницы, мужчины – линейку. Каждые 3 минуты (по команде ведущего) они должны усиленно молиться, бросив все дела. При склеивании бумаги на каждый стык они должны наклеивать один треугольник и цветок. В течение 7 минут участники обсуждают правила, распределяют роли и вырабатывают план действия. После завершения игры участников просят поделиться своими впечатлениями. Что происходило, что чувствовали, как достигли взаимопонимания, какие были трудности? В зависимости от результатов можно сделать вывод о работе в не целевых группах, т.е. группах, у которых нет намерений следовать целям других людей, даже желающих им добра. Кроме того, делается вывод о необходимости учитывать интересы и желания других людей, без чего не может возникнуть понимание и совместная продуктивная деятельность. (чаще всего участникам не удаётся построить такой мост, это нормально) Рефлексия. Что чувствовали в начале игры. Что поняли, какие выводы для себя сделали?

«Оркестр» – 5 мин. Каждый участник выбирает какой-либо предмет, издающий звук. Кто-то выбирается на роль дирижера оркестра. Дирижёр вырабатывает знаки,

необходимые для управления оркестром. Задача – сыграть какую-нибудь музыкальное произведение. Рефлексия: понравился ли вам «оркестр», ваша роль в нём?

«Машина» – 5 мин. Один из участников – винтик современной машины, который задаёт движение всей машины. Другие участники подстраиваются к нему. Получается механизм, который слаженно работает. Рефлексия: какова ваша роль в этом слаженном механизме, есть ли у вас чувство, что вы – часть этого механизма?

«Театр Кабуки»- 2 мин. Группа разбивается на две команды, которые выстраиваются в две шеренги друг против друга. Команда должна договориться, какую роль она будет играть и по команде ведущего обе команды одновременно исполняют роль. Роли всего три: принцесса, самурай, дракон. Есть условия, о которых команды предупреждают заранее: принцесса боится дракона, дракон боится самурая, самурай боится принцессы. Побеждает та команда, которая не боится своего партнёра. Игра проводится несколько раз, ведётся счёт. Упражнение воспитывает корпоративный дух, развивает интуицию, делает разрядку.

«Предложение». 2 мин. Каждый говорит по одному слову, чтобы получилось предложение. Упражнение повторяется несколько раз. Это упражнение является к тому же и диагностическим. Если игра стопорится на каком-либо участнике несколько раз подряд, значит он недостаточно активизирован, либо он чем-то взволнован. Это сигнал тренеру – обратить на него внимание.

«Броуновское движение». 3 мин. Игра проводится без слов. Задача каждого участника свободно двигаться в определённом пространстве как атомы в молекуле и встретившись с каждым участником, посмотреть ему в глаза и невербальными средствами поднять ему настроение, при этом, нельзя ничего говорить и прикасаться к другому участнику. Эта игра поднимает настроение, устанавливает доброжелательную атмосферу.

«Карусель». 5 мин. Участники выстраиваются по парам друг против друга в два круга – внутренний и внешний. Происходит общение в парах по одной из заданных тем, и затем внешний круг передвигается на одного человека вправо, чтобы поменялись пары и игра продолжается до тех пор, пока участники внутреннего круга не повстречаются с каждым участником внешнего круга. Тема для общения: «Поздороваться, Сделать комплимент, Меня радует в жизни.....»; Рефлексия: какие ощущения, какое настроение?

« Групповая картинка»

Упражнения для тренинга на командообразование. Время:10 мин. Для упражнения необходимы листы бумаги формата А4, А3, ватман, акварельные краски для каждого, стаканчики с водой, медитативная музыка. Каждый рисует свои чувства, своё настроение на листе бумаги (ф.А4). Рисунки вывешиваются и определяется общее настроение группы.

Затем участники по парам садятся друг против друга, берутся за руки, настраиваются друг на друга, мысленно желают друг другу благополучия, затем молча рисуют без слов на общем листе (ф.А3), что они чувствовали. Рисунки вывешиваются, обсуждение в свободном режиме. Затем пары объединяются в четвёрки, садятся в кружок, берутся за руки и молча настраиваются друг на друга, желая благополучия, затем молча рисуют на общем листе то, что чувствовали. Рисунки вывешиваются, обсуждение в свободном режиме. Затем группы объединяются по 8 человек и всё повторяется, затем вся группа рисует на большом листе ватмана. Рефлексия: какие были чувства во время упражнения, появились ли какие-либо новые чувства по сравнению с началом тренинга.

«Расскажите историю»

Упражнение показывает, насколько участники способны эффективно передавать друг другу инициативу, что важно в тренинге эффективных коммуникаций или командообразованию. Время: 1-15 минут. Описание: Тренер или группа пишут на флипчарте:

1. Название любого предмета, который можно увидеть в магазине.
2. Название любого предмета, который можно подарить на день рождение маме.
3. Любой вид спорта.
4. Любую еду.
5. Имя любой знаменитости.
6. Любое преступление.
7. Любую профессию.

Тренер объясняет, что сейчас группе нужно будет придумать историю. При этом первый участник должен будет начать со слов «Однажды я обнаружил совершенно необычную вещь...». Следующий в группе продолжает историю. Каждый должен говорить по одному предложению и включать в рассказ действующих лиц и предметы, указанные на флипчарте. Поведение итогов: Для эффективного общения в группе необходимо уметь передавать инициативу и давать каждому высказаться.

Материалы к блоку «Личностный рост»

Лучшие упражнения для тренинга личностного роста

Упражнение для тренинга личностного роста "Я в будущем"

Каждый участник рисует себя в будущем. Происходит защита участниками своего рисунка.

Упражнение для тренинга личностного роста "Шприц"

Цель упражнения: помочь участникам более глубоко почувствовать и пережить ситуацию уговоров, выработать "иммунитет" к психологическому воздействию.

У каждого подростка существует естественный психологический барьер по отношению к наркотикам, особенно внутривенным. Не так-то просто в первый раз решиться на то, чтобы проколоть себе вену или ввести в организм вещество, действие которого непредсказуемо. Именно на этом этапе, до того как подросток прошел "посвящение": сделал первую инъекцию или выкурил первую сигарету, необходимо выработать у него навыки самозащиты.

Упражнение делается по кругу. Инструкция: тот, у кого в руках находится шприц, должен предложить соседу справа уколиться якобы имеющимся в шприце наркотиком; задача второго - отказаться; делается 3 попытки, после чего шприц передается тому, кто отказывается, и так по кругу. В конце проводится короткое обсуждение, отмечаются те варианты отказа, которые были наиболее убедительными, и те случаи, когда у "искусителя" сохранялось настойчивое желание продолжать уговоры.

Упражнение для тренинга личностного роста "Чемодан в дорогу"

Группа садится по кругу.

Мы завершаем нашу работу. Сейчас каждый из вас по очереди будет ставить перед собой этот стул (ведущий ставит стул в центр круга). Все участники группы в том порядке, в котором вам будет удобно, будут подходить к вам, садиться на стул и называть одно качество, которое, на их взгляд помогает вам, и одно, которое мешает. При этом надо помнить, сто называть следует те качества, которые проявились в ходе работы группы и поддаются коррекции. После того, как все выскажут свое мнение, следующий участник берет стул и ставит напротив себя. Упражнение повторяется и т.д.

Упражнение для тренинга личностного роста "Цвет эмоций"

Выбираем водящего. Водящий по удару гонга закрывает глаза, а остальные участники задумывают тихонько между собой какой-нибудь цвет, для начала лучше один из основных: красный, зеленый, синий, желтый. Когда водящий откроет глаза, все участники своим поведением, в первую очередь, эмоциональным состоянием, пытаются изобразить этот цвет, не называя его, а водящий должен отгадать, что это за цвет. Если он отгадал, то выбирается другой водящий, если нет, то остается тот же самый. Итак по команде один игрок закрывает глаза, а все остальные молча загадывают цвет. Затем игрок открывает глаза, а все остальные изображают задуманный цвет своим поведением. Водящий должен его отгадать. Все понятно? Внимание! Спасибо, игра закончена.

Упражнение для тренинга личностного роста "Табу"

Цель упражнения: помочь участникам понять, как они относятся кразного рода запретам и ограничениям. Нередко любопытство или желание изведать запретный плод или стремление продемонстрировать свою смелость руководят подростком в его

поступках. Хорошо, когда он знает, какие чувства им управляют, это позволяет сделать осознанный выбор.

Ведущий ставит в центре круга небольшую шкатулку или коробочку, в которой лежит неизвестный предмет. "Там лежит то, что нельзя", - говорит ведущий. Затем он предлагает каждому как-то проявить себя в отношении этого предмета. Участники могут вставать или оставаться на месте, выражая отношение мимикой или жестами; они могут подходить к шкатулке, брать ее в руки, заглядывать внутрь, - каждый поступает так, как считает это нужным. Даже если кто-то останется на месте, ничего не предпринимая, - это тоже будет способом реагирования на ситуацию. При выполнении упражнения важно помнить, что это упражнение действия, а не объяснений, поэтому, если кто-то будет пытаться просто рассказать словами о своей позиции, задача ведущего побудить его "показать" свое отношение.

Упражнение для тренинга личностного роста "Самопрезентация"

Цель: включение адаптивных механизмов, отработка навыков проявления эмоций, способствующих процессу профессиональной адаптации.

1) Тренер предлагает каждому из участников рассказать о себе и о значимых для него событиях с позиции того, что вызвало:

- удивление,
- интерес,
- радость.

2) Процедура идет по кругу и может включать оценку самопрезентации предшествующего участника по той же схеме «удивление—интерес—радость».

3) По окончании процедуры можно обсудить в группе результаты самопрезентации (при необходимости).

Упражнение для тренинга личностного роста "Пессимист, Оптимист, Шут"

Цель: создание целостного отношения человека к проблемной ситуации, получение опыта рассмотрения проблемы с разных точек зрения.

1) Тренер предлагает каждому участнику описать на отдельных листках в нескольких предложениях ситуацию, вызывающую у него стрессовое состояние или сильные негативные эмоции, либо ситуацию, которую участник затрудняется принять. Написанная история не должна содержать никаких эмоциональных описаний, — только факты и действия.

2. Далее участникам предлагается сдать свои листки с написанными историями тренеру для последующей работы (возможна анонимность).

3.Тренер зачитывает на группе все варианты стрессовых ситуаций, и группа выбирает 2-3 наиболее типичных, имеющих значимость для всех.

4.Тренер предлагает группе разделиться на три подгруппы и раздает каждой подгруппе по одной истории. Задание для подгрупп следующее: надо наполнить каждую историю эмоциональным содержанием — пессимистичным (для 1-ой подгруппы), оптимистичным (для 2-ой подгруппы) и шутовским (для 3-ей подгруппы). То есть, досочинить предложенную историю и дополнить ее деталями, свойственными Пессимисту или Оптимисту, или Шуту.

5.Далее от имени предложенных персонажей каждая группа зачитывает свою эмоциональную версию стрессовых событий.

6.После того, как зачитаны все ситуации и высказаны все возможные варианты отношения к ним, тренер предлагает обсудить результаты игры и ту реальную помощь, которую получил для себя каждый участник.

Упражнение для тренинга личностного роста "На какой я ступеньке?"

Цель упражнения: помочь участникам выстраивать адекватную самооценку

Участникам раздается бланк с нарисованной на ней лесенкой из 10 ступеней. Дается инструкция: "Нарисуйте себя на той ступеньке, на которой, как вы считаете, сейчас находитесь".

После того, как все нарисовали, ведущий сообщает ключ к этой методике:

- 1-4 ступенька - самооценка занижена
- 5-7 ступенька - самооценка адекватна
- 8-10 ступенька - самооценка завышена

Упражнение для тренинга личностного роста "Комиссионный магазин"

Цель упражнения: - формирование навыков самоанализа, самопонимания и самокритики; - выявление значимых личностных качеств для совместной тренинговой работы; - углубление знаний друг о друге через раскрытие качеств каждого участника.

Предлагается поиграть в комиссионный магазин. Товары, которые принимает продавец - это человеческие качества, например: доброта, глупость, открытость. Участники записывают на карточку черты своего характера, как положительные, так и отрицательные. Затем предлагается совершить торг, в котором каждый из участников может избавиться от какого-то ненужного качества, или его части, и приобрести что-либо необходимое. Например, кому-то не хватает для эффективной жизни красноречия, и он может предложить за него какую-то часть своего спокойствия и уравновешенности.

По окончании задания подводятся итоги и обсуждаются впечатления.

На упражнение отводится 20-25 минут.

Упражнение для тренинга личностного роста "Зато..."

Цель: снижение уровня фрустрации или стресса. Поиск возможных путей ее разрешения.

1) Тренер предлагает каждому участнику игры вкратце описать на листке бумаги какое-либо несбывшееся желание, какую-либо актуальную стрессовую или конфликтную ситуацию, неразрешенную на данный момент или запомнившуюся как трудноразрешимая (допускается анонимность авторства).

2) Затем все листки тренер собирает, перемешивает и предлагает участникам следующую процедуру обсуждения:

— каждая написанная ситуация зачитывается на группе и участники должны привести как можно больше доводов к тому, что данная ситуация вовсе не трудноразрешимая, а простая, смешная или даже выгодная с помощью связей типа: «зато...», «могло бы быть и хуже!», «не очень-то и хотелось, потому что...» или «здорово, ведь теперь ...»;

— после того, как зачитаны все ситуации и высказаны все возможные варианты отношения к ним, тренер предлагает обсудить результаты игры и ту реальную помощь, которую получил для себя каждый участник.

Упражнение для тренинга личностного роста "В чем мне повезло в этой жизни"

Цель упражнения: повышение уровня жизненного оптимизма, создание хорошего настроения на работу.

Участники группы разбиваются по парам. Ведущий предлагает задание: "В течение трех минут расскажите своему партнеру о том, в чем вам повезло в этой жизни. Через три минуты поменяйтесь ролями". После упражнения проводится короткий обмен впечатлениями.

Техника "Воскресный вечер"

Эта техника будет способствовать вашему личностному росту, кристаллизации интересов. Если вы "издерганы" обстоятельствами, то есть не можете похвастаться уравновешенностью, применение этой техники может вам помочь. Кроме того, техника может помочь вам настроиться оптимальным способом на грядущую рабочую неделю.

Содержание. Суть техники предельно проста. От вас требуется только одно, приучить себя, своих близких и друзей к тому, что вечер воскресенья - это ваше личное время. Время, когда вы занимаетесь собой. В это время можно изолироваться от людей в отдельной комнате. Можно пойти погулять, сходить в парк или - скажем - в кинотеатр. Можно делать всё, что угодно. Фактически, здесь одно ограничение - не быть связанным с

кем-то этим вечером какими-то обязательствами. Теоретически, можно посвятить воскресный вечер общению с супругом или ребёнком. Но так или иначе всё равно от вас будут что-то требовать. Поэтому самое хорошее - это просто остаться наедине с собой, своим хобби.

На взрослого человека очень сильно давит фактор долженствования: должен на работе, должен в семье, должен друзьям, должен знакомым и далеким родственникам... И вполне вероятно, что под этими "плитами" зреют зелёные ростки ваших интересов и скрытых способностей. Стоит лишь иногда давать этим росткам солнечный свет... Уже после месяца-другого вам будет сложно представить как это раньше вы жили без свободного воскресного вечера.

ПРИЛОЖЕНИЕ №3

Приложение к блоку «Лидерство»

ЗАНЯТИЕ ПО ТЕМЕ «ЛИДЕР»

ПЛАН

1. Понятие «ЛИДЕР»
2. Качества лидера. Упр. «Модель лидера»
3. Отличия лидера от руководителя
4. Классификация лидеров
5. Упр. «Дом»

Реквизит: мяч или мягкая игрушка, ватманы, маркеры.

Возможные упражнения в начале занятия.

1. **«Представь соседа».** Участникам даётся три минуты на общение, после чего они по очереди представляют друг друга в творческой форме.

2. **«Блеф - клуб».** В кабинете помещаются 2 таблички «да», «нет» (можно еще «не знаю») Ребята перемещаются в зависимости от того, как отвечают.

- Утверждение: «Лидер проявляется только в коллективе».

Правильный ответ: «Да».

Комментарий ведущего: «Явление лидерства неразрывно связано с понятием «коллектив» или «группа», поскольку лидер выявляется в результате взаимодействия коллектива и может проявить себя только в коллективе людей».

- Вступительное слово ведущего: «Любому лидеру присущи определенные качества, принятые называть лидерскими качествами. Эти качества выступают в виде черт человека, которые помогают ему занимать ведущие позиции в коллективе, т.е. быть лидером».

Утверждение: «Лидерские качества можно развить».

Правильный ответ: «Да».

Комментарий ведущего: «Действительно, лидерские качества можно развить. Так, выполнение человеком долгое время определенных функций способствует формированию у него определенных качеств. В итоге происходит закрепление тех черт личности, которые необходимы для эффективного лидерства».

- Утверждение: «Для развития коллектива не желательна постоянная смена лидеров».

Правильный ответ: «Нет».

Комментарий ведущего: «Для того, чтобы работа коллектива была наиболее эффективна, необходимо давать возможность побывать в роли лидера каждому члену коллектива. Благодаря такой смене лидеров в зависимости от вида, характера и содержания конкретной деятельности, каждый член коллектива сможет приобрести навыки организатора, развить свои лидерские качества».

- Утверждение: «Понятия «лидер» и «руководитель» не совпадают».

Правильный ответ: «Да».

Комментарий ведущего: «Теория лидерства разграничивает понятия «лидер» и «руководитель» и выявляет ряд отличительных черт между ними».

- Утверждение: «Лидер располагает официальным правом поощрения и наказания участников».

Правильный ответ: «Нет».

Комментарий ведущего: «Официальным правом поощрения и наказания располагает руководитель в отношении участников возглавляемого им коллектива. Данное право при этом должно быть закреплено в должностной инструкции руководителя».

- Утверждение: «Лидер чаще всего назначается организованно». Правильный ответ: «Нет».

Комментарий ведущего: «Лидер, как правило, устанавливается стихийно в результате деятельности группы, а руководитель всегда назначается, или выбирается организованно. Факт его назначения или выбора подтверждается официальным документом, например, протоколом с результатами голосования или приказом о назначении, изданным вышестоящим руководителем».

- Утверждение: «Существуют различные стили лидерства».

Правильный ответ: «Да».

Комментарий ведущего: «У каждого лидера есть свой «почерк», манера работы. Такой способ воздействия лидера на группу называют стилем лидерства. Наиболее распространенным является деление стилей лидерства на авторитарный, демократический и пассивный. Каждый из этих стилей имеет свои особенности».

- Утверждение: «Пассивный стиль лидерства характеризуется передачей полномочий группе с удержанием ключевых позиций у лидера».

Правильный ответ: «Нет».

Комментарий ведущего: «На самом деле пассивный стиль лидерства характеризуется снятием лидером с себя ответственности и полным отречением от власти».

в пользу группы. Тогда как при демократическом стиле лидер, передавая часть своих полномочий группе, ключевые позиции удерживает у себя».

- Утверждение: «Идеальным стилем лидерства является демократический стиль».

Правильный ответ:, «Нет».

Комментарий ведущего: «Не существует идеального стиля лидерства. В зависимости от целей и особенностей предстоящей деятельности, лидер должен выбирать тот стиль работы, который даст наилучший результат в данной конкретной ситуации».

1. ПОНЯТИЕ «ЛИДЕР».

1. упражнение: ассоциации на слово «лидер» (игра с мячом).

По завершению упражнения следует объяснение необычных ассоциаций теми, кто их предложил.

2. Упражнение «Лидерство»:

- кто такой «лидер»?

- что входит в понятие «лидер»?

- какими специфическими свойствами должен обладать лидер?

3. Информационный блок ведущего.

Специфические свойства лидера:

- ✓ ЛИДЕР – обязательно член группы, лидерские качества проявляются только в группе

- ✓ ЛИДЕР реализует или способствует реализации групповой цели

- ✓ ЛИДЕР признаваем в своем качестве, имеет авторитет в группе

После обсуждения вопросов группа самостоятельно или с помощью тренера вырабатывает собственное определение лидера.

Тренер зачитывает определение, которое дают ученые, и вместе с группой сравнивает варианты.

ЛИДЕР – член группы, признаваемый в качестве такового группой, способствующий достижению целей группы наилучшим образом, человек, за которым группа признает право принимать наиболее ответственные решения, затрагивающие интересы всей группы.

2. КАЧЕСТВА ЛИДЕРА. МОДЕЛЬ ЛИДЕРА.

Группе для обсуждения предлагаются вопросы:

- какими качествами должен обладать лидер?

- какие лидерские качества могут пригодиться в жизни?

После дискуссии ведущий делит группу на 2-3 команды. **Задание** – построить модель идеального лидера. Материалы: можно использовать все вещи, находящиеся в помещении и у участников.

Условия:

1. 5 мин. – обсуждение модели
2. 5 мин. – построение модели
3. презентация модели
4. вопросы друг другу

Ведущий отмечает, что ученые выделяют 4 группы лидерских качеств: физиологические, психологические (эмоциональные), умственные (интеллектуальные), личностные (деловые). Группе предлагается мозговым штурмом распределить получившиеся в ходе создания модели лидерские качества в таблицу

ФИЗИОЛОГИЧЕСКИЕ	ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ	УМСТВЕННЫЕ	ДЕЛОВЫЕ(ЛИЧНОСТНЫЕ)
Работоспособность Выносливость Здоровье Благоприятный внешний вид...	Наблюдательность Коммуникабельность Тактичность Чувство юмора....	Интеллект Логика ...	Пунктуальность Целеустремленность Собранность Ответственность...

3.ОТЛИЧИЯ ЛИДЕРА ОТ РУКОВОДИТЕЛЯ.

(беседа с участниками, результат на ватмане)

Понятие «лидерство» и «руководство» не совпадают. В отличие от руководителя, которого иногда целенаправленно избирают, а чаще назначают, и который, будучи ответственным за положение дел в возглавляемом им коллективе, располагает официальным правом поощрения и наказания участников совместной деятельности, лидер выдвигается стихийно.

Естественно, эффективный руководитель должен обладать лидерскими качествами.

Если руководитель и лидер группы не представляют одно и то же лицо, то взаимоотношения между ними могут способствовать эффективной совместной деятельности и гармонизации жизни группы, или же, напротив, приобретать конфликтный характер.

ОСНОВНЫЕ ОТЛИЧИЯ

Критерии сравнения	Лидер	Руководитель
Происхождение	Устанавливается стихийно, в результате деятельности	Назначается организованно

	группы	
Характер статуса	Не стабилен, в большей степени зависит от настроения в группе	Относительно стабилен
Форма закрепления полномочий	Полномочия нигде не закреплены, действия неформальны.	Полномочия закреплены, действия формальны.
Сфера деятельности	Малая группа, первичный коллектив	Сфера шире, так как он формально представляет группу в обществе
Область реализации функций	Выполняет функцию регулятора межличностных отношений, не обладает никакими признаваемыми вне группы властными полномочиями, на него не возложены никакие официальные обязанности	Осуществляет регуляцию официальных отношений группы с соц. окружением
Способы (формы) принятия решений	Сам принимает решения, обобщая и участвуя в коллективном обсуждении, непосредственно во время возникновения проблемы	Решения опосредованы множеством внешних обстоятельств

4.КЛАССИФИКАЦИЯ ЛИДЕРОВ.

Существует несколько классификаций лидеров по различным основаниям.

ПО НАПРАВЛЕННОСТИ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

- Лидер-созидатель (лидер-организатор) – действует в интересах дела, организации и всех ее членов.

- Лидер-разрушитель (лидер-дезорганизатор) – действует в собственных интересах, на первом месте – не дело, не люди, а желание показать себя, используя для этого дело и окружающих, зачастую во вред и делу, и людям.

ПО ОТНОШЕНИЮ К ОБЩЕСТВЕННЫМ НОРМАМ

- Социальный лидер – деятельность протекает в рамках морали, права
- Асоциальный лидер – организует группу на нарушение правовых и моральных норм

ПО СФЕРЕ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

- Деловой лидер – действия преимущественно направлены на решение поставленной перед группой задачи

- Эмоционал. лидер – связан со сферой эмоциональной активности группы, действия, главным образом, направлены в сферу межличностного общения, поддерживает эмоционал. климат в группе

- Абсолютный лидер – лидер, сочетающий качества делового и эмоционального лидеров

ПО ХАРАКТЕРУ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

- Универсальный лидер – лидер не зависимо от каких-либо внешних условий
- Ситуативный лидер – проявляет лидерские качества в определенной ситуации.

Н-р: лидер-пожарный – ориентируется на актуальные проблемы, насущные требования момента; лидер-умелец – наиболее подготовленный в конкретном виде деятельности член группы и т.д.

ПО ФУНКЦИЯМ, РЕАЛИЗУЕМЫМ ЛИДЕРОМ

- Лидер-инициатор – выделяется в деятельности на этапе выдвижения идей, в поиске новых сфер деятельности для коллектива

- Лидер-эрудит

ПО СТИЛЮ ВЗАИМОДЕЙСТВИЯ С ГРУППОЙ

- Лидер-хозяин – свойственны подозрительность, недоверие к окружающим, постоянная жажда власти. Не приемлет другой точки зрения, кроме собственной, отвергает любую информацию, не подтверждающую его теории, установки и убеждения. Склонен к крайностям – черное-белое, враги-друзья. Обычные способы взаимодействия – манипулирование, интриги, столкновение членов группы

- Лидер-артист – отличается любовью к внешним эффектам, страстное желание привлечь к себе внимание. Этот тип менее всего предрасположен к упорной и созидательной работе, редко доводит начатое дело до конца

- Лидер-отличник – ему свойственно почти навязчивое желание все сделать наилучшим образом, независимо от возможностей. Постоянно озабочен, мелочен, слишком пунктуален, догматично подходит к инструкциям и правилам.

- Лидер-соратник – не способен играть ведущую роль и поэтому пытается объединиться с теми, кто реально может «делать политику». Часто идеализирует других, не имеет четкой программы действий, устойчивых подходов к решению возникающих проблем

Упражнения

«Башня». Задание: Группам необходимо из предложенных материалов построить башню как можно большей высоты. Правила: у группы есть 5 минут на обсуждение тактики выполнения задания, во время обсуждения нельзя ничего записывать и трогать материалы; по истечении времени обсуждения, группа приступает к выполнению задания по команде ведущего: «Время», при этом задание выполняется молча; участники не

должны касаться построенной башни при проверке задания; башня не должна касаться стены; на выполнение задания у группы есть 10 минут **Игра «Вавилонская башня»**

Реквизит на 1 команду: 6 листов бумаги А4, 7 фломастеров, скотч, ножницы, скрепки 15 штук

Инструкция: Для начала необходимо разбить группу на две команды. Делать это рекомендуется следующим образом. Вы сами выбираете двух человек, у которых, на Ваш взгляд, неплохо с коммуникативными способностями и просите их вслух на время игры побыть Капитанами команд. После этого они идут по тренинговой комнате и набирают в команды нужных им людей. Сделать это нужно так, чтобы членов команд было поровну.

Попросим команды занять свои места (в противоположных углах тренинговой комнаты стоят по столику и нужное количество стульев). Команды расходятся, усаживаются. Команде дается время на обсуждение (7 мин.) каким образом из того кол-ва предметов, которое им выдано построить башню так, чтобы она была выше команды соперников.

После обсуждения команда должна придерживаться правила – при построении башни не разговаривать! Время построения башни – 10 мин.

- **«Бартер».** Каждая группа получает конверт с разноцветными кусочками картона. Задание групп заключается в том, чтобы сложить кусочки одного цвета в целый лист. В ходе этого задания группы будут вести бартерную торговлю, чтобы как можно быстрее выполнить задание. Каждая группа решает самостоятельно, какой цвет она будет собирать. Каждая группа может ставить любые условия по обмену имеющихся у нее кусочков. Время на выполнение задания 10 минут. Через 10 минут жюри оценивает работу групп по количеству собранных кусочков одного цвета. 2 дополнительных балла, получает группа, которая первой собрала кусочки одного цвета в полный лист в отведенное на работу время. Так же оценивается умение участников договориться между собой.

1. **«Блиц - игра».** Ситуация: «В зрительном зале собрались ребята на концерт художественной самодеятельности, но по техническим причинам начало концерта откладывается на неопределенное время. Необходимо развлечь зрителей, чтобы они не скучали». Время на работу с залом – десять минут. Жюри оценивает организаторские умения, игровой опыт, реакцию зрительного зала.

ПРИЛОЖЕНИЕ №4

Перечень приложений к программе

1. Приложение к дополнительной общеразвивающей программе «ДОБРОволец»

- Разработки занятий по блокам программы «Школа компетенций».
- Материалы к блоку «Навыки эффективной коммуникации».
- Материалы к блоку «Лидерство».
- Материалы к блоку «Личностный рост».
- Материалы к блоку «Эффективное взаимодействие в команде»
- Материалы к блоку «Теоретические аспекты команды».
- Материалы к блоку «Танцуй ради жизни»
- Материалы к блоку «Мастерская самоуправления».
- материалы к блоку «Ораторское искусство»

2. Деятельность волонтерского общественного объединения «ДОБРОволец»

- Разработки сценариев программ, реализуемых общественным объединением.
- Сценарии конкурсов, викторин, досуговых программ.
- Классификация игр и упражнений для подростков.
- Портфолио общественного объединения.
- Программа «Полезные привычки» для занятий волонтеров с детьми младшего школьного возраста.
- Диски, видеозаписи с выступлениями волонтерского общественного объединения;
- Комплексная валеологическая познавательная игра «Путешествие по островам».
- Тесты по блокам программы «ДОБРОволец».

3. Приложение к сценариям, волонтерским программам

Материал, необходимый для проведения волонтерских программ

4. Стихотворения, сценические постановки