

Департамент образования городского округа Самара

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
«ЦЕНТР ДЕТСКОГО ТВОРЧЕСТВА «МЕТАЛЛУРГ» Г.О. САМАРА



Принята
На методическом совете
«30» августа 2019 г.
Протокол № 1



«Утверждаю»
Директор ЦДТ «Металлург»
М.С. Анохина М.С. Анохина
«30» августа 2019 г.

Дополнительная общеразвивающая программа «МЫ - САМИ»

Срок реализации – 3 года
Возраст детей – 8-16 лет

Разработчик:
педагог
дополнительного образования
Саримова А.Р.

Самара, 2019

Содержание

1. Пояснительная записка.....	2
1.1. Цель и задачи программы.....	4
1.2. Возрастные особенности детей.....	5
1.3. Формы, методы и технологии, используемые для реализации программы.....	6
1.4. Ожидаемые результаты обучения.....	8
1.5. Критерии и способы определения результативности.....	11
1.6. Виды и формы контроля и диагностики результатов.....	13
1.7. Воспитательная работа.....	14
1.8. Работа с родителями.....	14
2. Учебно-тематические планы и содержание деятельности.....	15
2.1. Учебно-тематический план 1-го года обучения.....	15
2.2. Содержание деятельности 1-го года обучения.....	16
2.3. Учебно-тематический план 2-го года обучения.....	24
2.4. Содержание деятельности 2-го года обучения.....	25
2.5. Учебно-тематический план 3-го года обучения.....	38
2.6. Содержание деятельности 3-го года обучения.....	39
3. Список литературы.....	45

1. Пояснительная записка

Одной из первостепенных задач современной педагогики становится содействие самореализации ребёнка и развитие качеств, способствующих его социальному становлению. Это требует значительного усиления внимания к личности как социальной единице – личности с неповторимой индивидуальностью. Формирование личности осуществляется в процессе социализации, воспитании и саморазвитии. В наибольшей степени педагогическому влиянию, планированию, организации, коррекции поддаётся воспитание как целенаправленный, специально - организованный процесс.

Дополнительная общеразвивающая программа «Мы – САМИ» составлена в соответствии с Федеральным законом «Об образовании в РФ» от 29.12.2012г., Приказом «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам» от 29.08.2013г., Постановлением «Об утверждении СанПиН «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей», Приложением к письму Минобрнауки Самарской области «Методические рекомендации по разработке дополнительных общеобразовательных программ» от 03.09.2015г.

Актуальность данной дополнительной образовательной программы «МЫ – САМИ» определяется необходимостью добровольного и осознанного участия подростков в формировании своей социальной компетенции как членов гражданского общества. САМИ – самостоятельные, активные, молодые, инициативные. Подростки должны *иметь опыт* согласованного взаимодействия в разнообразных ситуациях общественной жизни, *быть готовыми* к ценностно-смысловому самоопределению в ситуациях выбора.

Самоуправление как способ организации жизнедеятельности подросткового сообщества позволяет формировать опережающий социальный опыт, включающий в себя целый комплекс демократических процедур,

специальных знаний и организаторских умений, соответствующих правовому полю образовательного учреждения. Также самоуправление способствует первичной профилактике девиантного поведения.

Программа «Мы – САМИ» рассчитана на 3 года обучения для учащихся 8-16 лет, направлена на воспитание ответственной личности, способной к самореализации и адаптации в обществе, на развитие лидерских качеств личности подростка, формирование активной жизненной позиции.

В детское объединение принимаются все желающие.

Программа позволяет ребятам познакомиться с демократической сущностью самоуправления, увидеть основные законы организации жизнедеятельности подросткового сообщества в современных условиях, направлена на умение работать в команде, на развитие лидерского потенциала подростков, на умение конструктивно общаться.

Во время каникул как нельзя лучше сочетаются все факторы, влияющие на возможность и качество образовательного процесса. Это и большое количество свободного времени у воспитанников, и их желание продолжать заниматься по данной программе. Именно поэтому продолжением образовательной программы «Мы - САМИ» являются летние программы, которые реализуются на базе летних лагерей МАУ Центр «Арго» (Уральское шоссе 30) и МАОУ Центр «Золотая рыбка».

Каждая форма организации лагеря имеет свои достоинства и призвана решать определённые задачи и достигать определённых целей, что способствует созданию сплоченного творческого коллектива, формированию у подростков лидерских качеств, уверенности в своих силах, осознанию своей значимости и чувства ответственности.

Особенность данной программы – параллельно с реализацией образовательной программы проводится большая работа с родителями учащихся. Для них в вечернее время проводятся обучающие семинары («Родительские университеты») по темам: «Барьеры»; «Дети: границы!»

Границы!»; «10 принципов формирования границ» и другие (см. приложение №1).

1.1. Цель и задачи программы

Цель образовательной программы: воспитание ответственной личности подростка, способной к самореализации и адаптации в обществе.

Задачи программы:

Воспитательные:

1. Способствовать воспитанию культуры общения подростков.
2. Способствовать формированию у воспитанников потребности совершенствовать свою личность;
3. Воспитать положительное отношение к нормам коллективной жизни и гражданскую, социальную ответственность за самого себя и окружающих людей.
4. Приобщить подростков к социально значимой деятельности.
5. Способствовать созданию комфортной обстановки общения и творчества;
6. Способствовать воспитанию культуры общения подростков.
7. Способствовать формированию у воспитанников потребности совершенствовать свою личность;
8. Воспитать положительное отношение к нормам коллективной жизни и гражданскую, социальную ответственность за самого себя и окружающих людей.
9. Приобщить подростков к социально значимой деятельности.
10. Способствовать созданию комфортной обстановки общения и творчества;

Развивающие:

1. Развивать лидерские, организаторские способности, коммуникативные качества и специальные умения, имеющие отношение к самоуправлению.
2. Развивать опыт согласованного взаимодействия, построения деловых отношений и связей для организации деятельности в новых условиях и нестандартных ситуациях, умение работать в коллективе.
3. Развивать личностные умения, имеющие отношение к общим способностям человека.
4. Развить навыки толерантного общения.

Обучающие:

1. Сформировать у подростков навыки эффективного взаимодействия в команде.
2. Научить навыкам делового общения, умению вести конструктивный диалог, публично выступать.
3. Научить извлекать необходимую информацию о самоуправлении: из социального опыта сверстников, из средств массовой информации, из научной литературы.
4. Научить подростков развивать свой творческий, культурный и коммуникативный потенциал.
5. Приобщить к освоению знаний: о демократии и демократической культуре личности, об ученическом самоуправлении как демократической процедуре, о социальном лидерстве.

1.2 Возрастные особенности детей

Образовательная программа «Мы - САМИ» учитывает психологические особенности детей среднего и старшего школьного возраста и подростков.

Критериями среднего школьного возраста являются:

- а) Осознание телесности: желание физического риска.

б) Психомоторное развитие: способность контроля экспрессии и умение экспрессивно выражать свои чувства, действия.

в) Социализация: чувство взрослости, личностное общение со сверстниками, группировки, внеучебная деятельность.

г) Эмоциональная сфера: формирование социальных чувств (дружбы, верности) и самооотношения.

д) Мотивация: перестройка и иерархизация интересов, самопознание: «Кто я?».

е) Воля: дисциплинированность, ответственность, стремление к сопротивлению, напряжению, волевому преодолению.

ж) Познавательная сфера: интерес к собственной личности, самопознание.

з) Речевая деятельность: подростковый сленг, вязкость, ригидность дискуссий, споров, подражание взрослым.

и) Я-образ: Я → сверстник (самопознание себя путем сравнения себя и сверстника).

к) Деятельность: личностно-эмоциональное общение со сверстниками.

Правильно организованное воспитание формирует нравственный опыт, который влияет на развитие личности. Поэтому в процессе обучения активно используется культурологический материал, направленный на формирование нравственности и патриотичности воспитанников.

Содержание программы «Мы - САМИ» дает возможность развиваться личности ребенка в практической деятельности – воспитанники приобретают конкретные организаторские умения и навыки.

1.3 Формы, методы и технологии, используемые для реализации программы

Формы, методы, технологии работы подбираются с учетом цели и задач, познавательных интересов и индивидуальных возможностей

воспитанников, специфики содержания данной образовательной программы и возраста воспитанников:

- Деловые и ролевые игры.
- Упражнения на взаимодействия в группе.
- Тренинги.
- Творческие задания.
- Проигрывание ситуаций.
- Дискуссии.
- Моделирование.
- Проектирование.
- Встречи со специалистами и интересными людьми.
- Экспресс тесты и опросы.
- КТД.
- Беседы.
- Мозговой штурм.
- Выездной сбор.
- Акции

Чтобы убедиться в прочности полученных знаний и умений, эффективности обучения по образовательной программе «Мы -САМИ» проводятся два вида контроля:

- входной контроль – в начале года (тестирование (по трем методикам);
- итоговый контроль – апрель-май текущего учебного года (тестирование (по трем методикам)):

- методика социализированности личности подростка М.И. Рожкова, - методика выявления уровня самооценки подростка Р.В. Овчаровой, - методика выявления «коммуникативных и организаторских способностей» (КОС-2).

1.4 Ожидаемы результаты обучения

Предметные:

По окончании 1-го года обучения учащиеся должны знать:

- правила безопасного поведения, этапы проведения акций;
- КТД;
- пути и способы предупреждения конфликтных ситуаций, и их конструктивного разрешения.

По окончании 1-го года обучения учащиеся должны уметь:

- устанавливать контакт с аудиторией
- проводить различные игры, игровые программы

По окончании 2-го года обучения учащиеся должны знать:

- основные понятия добровольчества (волонтерства)
- понятия социального проектирования;
- о нормах нравственности и здорового образа жизни, толерантности и сотрудничества, осознанности и бескорыстия;
- основные законы РФ по волонтерству и Всемирную декларацию добровольцев.

По окончании 2-го года обучения учащиеся должны знать:

- использовать приобретенные умения и навыки в практической деятельности и реальной жизни: участие в мероприятиях учреждения, оценки собственной точки зрения в качестве гражданина РФ;
- сотрудничать с различными структурами и категориями общества;
- обладать организаторскими навыками, самостоятельности, умением и стремлением работать в коллективе.

По окончании 3-го года обучения учащиеся должны знать:

- основные термины избирательного права;
- основные этапы создания проекта;
- основные качества лидера;

- методики организации и проведения мероприятий.

По окончании 3-го года обучения учащиеся должны узнать:

- разрабатывать социальные проекты и реализовывать их;
- реализовывать поставленные цели;
- руководить процессом работы над проектом;
- сотрудничать с различными структурами и категориями общества;
- уметь структурированно работать с информацией.

Личностные результаты

По окончании курса обучения у обучающихся должны сформироваться следующие личностные результаты:

- готовность и способность к саморазвитию и личностному самоопределению;
- сформированность мотивации к обучению и целенаправленной познавательной деятельности;
- социальные компетенции, формирование коммуникативной компетентности в общении и сотрудничестве со сверстниками, старшими и младшими;
- владение социальными нормами и правилами поведения, ценностные ориентиры, толерантность по отношению к другим;
- развитие творческого мышления.

Метапредметные результаты

По окончании курса обучения у учащихся должны сформироваться следующие универсальные учебные действия (УУД):

- Познавательные УУД (умение анализировать, сравнивать, выделять отличия и т.д.; умение ориентироваться в потоке учебной информации, осмыслять и усваивать ее, осуществлять поиск недостающей информации; умение выбирать наиболее эффективные способы решения задач в зависимости

от конкретных условий; умение осуществлять рефлексию процесса деятельности и ее результатов).

– Личностные УУД (положительное отношение к учению, к познавательной деятельности, желание приобретать новые знания и умения, совершенствовать имеющиеся; осознавать свои трудности и стремиться к их преодолению; осваивать новые виды деятельности; участвовать в творческом, созидательном процессе; осознание себя как индивидуальности и одновременно как члена общества, признание для себя общепринятых морально-этических норм, способность к самооценке своих действий, поступков; осознание себя как гражданина, как представителя определённого народа, определённой культуры, интерес и уважение к другим народам).

– Коммуникативные УУД (умение слушать и понимать педагога и своих товарищей; умение планировать и согласованно выполнять совместную деятельность, распределять роли, взаимно контролировать действия друг друга; умение договариваться, вести дискуссию, презентовать подготовленную информацию в наглядном и вербальном виде).

– Регулятивные УУД (умение принимать и выполнять поставленную задачу; умение планировать свои действия в соответствии с поставленной задачей; умение осуществлять самоконтроль в процессе запланированной деятельности; умение анализировать свои эмоциональные состояния, возникающие в результате деятельности и оценивать их влияние на свое душевное равновесие).

1.5. Критерии и способы определения результативности

№	Критерии	Методы диагностики
Диагностика уровня достигнутых предметных результатов		
1	Владение предметными знаниями по образовательной программе	- опрос, зачет, анкетирование, тестирование по предметной области.
2	Владение практическими умениями и навыками по образовательной программе	- наблюдение; - выполнение контрольных упражнений, индивидуальных заданий.
Диагностика уровня достигнутых метапредметных результатов		
1	Регулятивный компонент (умение управлять своей деятельностью, осуществлять контроль и ее коррекцию, проявлять инициативность и самостоятельность)	- наблюдение; - беседы с учащимися, родителями; Методика «Станьте хозяином своего времени» (Ратанова Т.А., Шляхта Н.Ф.). -
2	Личностный компонент (познавательный интерес, нравственные представления, гражданская позиция, креативность)	- интервьюирование; - педагогический эксперимент; - анализ продуктов творческой деятельности, выполненных в итоге практической работы.
3	Коммуникативный компонент (анализ уровня развития коммуникативных способностей, анализ достигнутого уровня навыков сотрудничества)	- наблюдение; - методика выявления коммуникативных склонностей учащихся (на основе материалов Р. В. Овчаровой)
4	Познавательный компонент (диагностика активности мышления, интереса к содержанию и процессу обучения)	- наблюдение; - педагогический эксперимент.
Диагностика уровня достигнутых личностных результатов		
1	Самосознание и самоопределение (образ «Я», анализ внутренней позиции,	- Опросник «Самооценка» методика определения самооценки среднего

	самооценка, самоуважение)	школьного возраста; - интервьюирование; -наблюдение.
2	Смыслообразование (выявление преобладающей мотивации, границ знания/незнания, самоорганизация свободного времени)	-наблюдение
3	Морально-этическая ориентация (владение социальными нормами и правилами поведения, ценностные ориентиры, толерантность и др.)	- наблюдение.
4	Творческое мышление (постановка необычных, нестандартных вопросов и проблем, выдвижение необычных, нешаблонных решений в проблемных ситуациях, способность гибко применять разнообразные стратегии при решении проблем, вариативность способов воплощения идеи и др.)	- наблюдение; - анализ продуктов творческой деятельности, выполненных в итоге практической работы.

Результатом воспитательной работы является создание сплоченного творческого коллектива, формирование у подростков лидерских качеств. Формирование уверенности в своих силах, осознание своей значимости, чувства ответственности.

Ожидаемый эффект от реализации программы – развитие личности подростка, при котором он смог бы:

- свободно общаться в любой обстановке и адекватно реагировать на любую ситуацию, руководствуясь системой общечеловеческих ценностей;
- обладать знаниями, умениями и навыками организаторской работы;
- стремиться к реализации своего интеллектуального потенциала;

- нормально адаптироваться в социуме в новой для себя роли неформального лидера.

1.6. Виды и формы контроля и диагностики результатов

Предварительный контроль

Цель — определение начального уровня знаний, умений и навыков детей, владения универсальными учебными действиями.

На начальном этапе проводится диагностика мотивов, интересов, способностей, знаний и умений обучающихся. Результаты диагностики учитываются при выборе педагогом форм, методов, средств обучения.

Текущий контроль

Цель - диагностирование прочности усвоения программного материала, выявление пробелов в усвоении материала программы, а так же динамики личностного изменения учащихся.

Текущий контроль позволяет своевременно выявлять отстающих, а также опережающих обучение с целью наиболее эффективного подбора методов и средств обучения. Проводимая психолого-педагогическая диагностика позволяет понять динамику личностного изменения учащихся.

Итоговый контроль

Цель - соответствие полученных результатов образовательной деятельности поставленным задачам образовательной программы.

Констатирующий контроль

Позволяет установить факт выполнения учащимися какого-либо задания. При этом используются оценки «+» или «-». Корректировка производится в ходе выполнения повторного задания.

Форма представления результатов контроля

Форма представления результатов контроля – общее портфолио учащихся детского объединения, в котором фиксируются его достижения в процессе обучения (грамоты, дипломы за участие и победу в конкурсах и выставках различного уровня, фото лучших работ, отзывы на работы, продукт рефлексии процесса обучения и ее результата).

На заключительных занятиях организовываются индивидуальные мини-выставки работ, выполненных учащимися в течение учебного года.

1.6 Воспитательная работа

В воспитательной работе важным моментом является создание и сплочение детского коллектива. Для этого с ребятами проводятся игровые программы на командообразование, где развиваются навыки совместной деятельности. Также проводятся тренинги на уверенное поведение. Творческие мероприятия и праздники способствуют сплочению воспитанников. Осуществляется просмотр видеофильмов воспитательного характера.

В программе «Мы – САМИ» используются такие **формы воспитательной работы:** вечера отдыха, беседы, «День Именинника», различные поездки (театр, кино), направленные на раскрытие творческих способностей, коммуникативного потенциала, лидерских качеств, адаптацию ребят в обществе.

1.7 Работа с родителями

1. Родительское собрание.
2. Индивидуальные консультации с родителями.
3. Вовлечение родителей в работу детского объединения (помощь в проведении праздников, конкурсов, вечеров).
4. Ежемесячно проводятся обучающие семинары для родителей «Родительские университеты» по темам: «Барьеры», «Дети: границы! Границы!», «10 принципов формирования границ» и другие (см. приложение № 1)

Учебный - тематический план I года обучения

№ п/п	Название темы	Количество часов		
		Всего	Теория	Практика
1	Вводное занятие Диагностика	2	1	1
2	Тренинг личностного роста	12	6	6
3	Я и мои ценности	28	14	14
4	Я и мое будущее	26	13	13
5	Уроки о себе	24	12	12
6	Командообразование	34	15	19
7	Искусство общения	18	9	9
Итого		144	70	74

Содержание программы 1 года обучения.

Вводное занятие

Инструктаж по технике безопасности. Правила на занятиях.

Тренинг личностного роста

Тема: «Знакомство»

Что такое тренинг? Правила для тренинговой группы.

Упражнения: «Зачем мы здесь собрались?», «Карандаши», «Бегущие движения», «Поворот в прыжках», «Дракон ловит свой хвост», «Ладочки».

Тема: «Командообразование»

Что такое команда. Характеристика команды. Какие функции у команды. Взаимодействие команды.

Упражнения: «Наши имена», «Циферблат», «Молекулы», «Узелок», «Связывание группы», «Совместный счет», «Факты о нас», «Встреча взглядами», «Клубок дружбы», «Перетягивание каната», «Циферблат», «Узелок», «Связывание группы», «Совместный счет», «Факты о нас», «Встреча взглядами», «Копирование движений», «Бип», «Вавилонская башня», «Снежки», «МПС».

Тема: «Уверенное поведение»

Уверенное и неуверенное поведение. Как помогает уверенное поведение в жизни. Мешает ли нам неуверенное поведение в жизни.

Упражнения: «Твои достоинства», «Маленькие успехи», «Рекомендация», «Лучшее о себе», «Многие боятся», «Мне удастся», «Симпатия группы», «Противоположные движения», «Не смеяться», «Психологическое время», «Пройти за время», «Запретные слова», «Измени свой пульс», «Лед и пламень», «Сядьте так, как...», «Телекинез».

Тема: «Уверенное и неуверенное поведение».

Групповая дискуссия. Вопросы для дискуссии: почему одни люди уверены в себе, а другие нет? Как выглядит уверенный/неуверенный человек,

как он говорит; влияет ли уверенное поведение на настроение? Какие проблемы возникают если человек не уверен в себе, что мешает быть уверенным в себе?

Тема: «Праздники».

Подготовка и проведение новогодних елок, новогоднего праздника для воспитанников молодежного штаба «Гавайская вечеринка», подготовка ко дню Святого Валентина, «Вперед, лидеры!», Акция в рамках всемирной недели добра «Подари улыбку миру», Вербочный курс для активов подростковых клубов.

Тема: «Ролевые предпочтения».

Практическая работа. Упражнения: «Роли в нашей жизни», «Мафия»

«Я и мои ценности»

Личностный рост. Знакомство с собой, своими возможностями и будущими направлениями реабилитации, т.к. многие важные свойства или их недостатки, которые могут выявиться на первой ступени, будут прорабатывать в дальнейшей работе. Добровольцу необходимо осознать ценности его личности.

Тема: «Тайны имени»

Раскрытие ценностного значения имени, сплочение и доверие группы.

Тема: «Я и мое тело»

Формирование бережного и позитивного отношения к собственному телу.

Тема: «Самооценка»

Поддержание позитивной самооценки.

Тема: «Социальные роли и маски»

Развитие самопознания, осознание подростком своих ролей в жизни.

Тема: «Чужими глазами»

Развитие навыков принятия оценки со стороны, выработка адекватной самооценки.

Тема: «Конфликты»

Знакомство с понятием конфликт, видами конфликтов и способами их разрешения. Изучение способов разрешения конфликтных ситуаций в межличностных отношениях.

Тема: «Хочу, могу, умею»

Развитие навыков постановки жизненных целей и самоопределения в их достижении.

Тема: «Цели и дела»

Изучение создания плана действий для достижения жизненных целей.

Тема: «Свобода выбора»

Развитие навыков свободы выбора, актуализация знаний полученных на занятиях.

«Я и мое будущее»

Социальная адаптация добровольца. Присвоение и осмысление социально - выработанных ценностей. Позволяющая в разные возрастные периоды, выявить у детей их способности и наклонности, представления о будущем, виденье себя в разном возрасте на протяжении всей своей жизни и ожиданий от нее.

Тема: «Моя биография»

Развитие самопознания, осознание подростком своих ролей в жизни.

Тема: «Я и мое будущее»

Поддержание позитивной самооценки, ориентация на жизненные ценности.

Тема: «Учимся говорить нет»

Умение противостоять негативному влиянию, знакомство с ответственностью за групповое нарушение.

Тема: «Вопросы пола и вступления в половые отношения»

Осознание личной ответственности при выборе возраста вступления в половые отношения, последствий неразборчивых половых связей.

Тема: «Толерантность»

Развитие саморегуляции и терпимости к людям.

Тема: «Чувство времени»

Осознание важности адекватной оценки своих возможностей и необходимого времени, развитие навыков анализа собственных усилий для разрешения проблем.

Тема: «Обучение и ответственность»

Активизация процесса рефлексии, осознание ответственности.

Тема: «Волевые качества личности»

Осознание ответственности за свою жизнь и поступки, развитие навыков саморегуляции.

Тема: «Профессия»

Помощь подросткам в осознании: какой вид деятельности их привлекает и какие навыки нужны для трудовой деятельности.

Тема: «Ценности»

Осознание своих ценностей и приоритетов.

Тема: «Всеобщее счастье»

Осознание своих ценностей в контексте общества.

«Уроки о себе»

Направлена на основные области эмоционального интеллекта. Способствует развитию таких навыков как:

- эмоциональные самосознания, анализ собственных эмоций;
- контроль над эмоциями;
- адаптивность, гибкое приспособление к меняющейся ситуации и преодоления препятствий;
- самомотивация, воля, инициативность, оптимизм, умение ставить цели сопоставимые с ценностями;
- сопереживание, умение прислушиваться к чувствам других людей, понимание их позиции и проявления внимания к их проблемам;
- другая точка зрения, умения вставать на точку зрения другого;
- готовность к сотрудничеству, умения работать в команде.

Тема: «Знакомство с эмоциями и чувствами»

Обучение распознаванию и произвольному проявлению чувств.

Тема: «Обиды»

Повышение рефлексивности, психологическая коррекция детских обид.

Тема: «Управление эмоциями»

Осознания необходимости умения управлять своими эмоциями.

Тема: «Другие эмоции»

Знакомство с приемами регуляции тревожных и стрессовых состояний.

Тема: «Воля инициативность»

Осознание необходимости целеустремленности, воли, инициативности, управления эмоциями.

Тема: «Правила эмоционального поведения»

Осознание полученных навыков об эмоциональной грамотности.

Работа в команде

Тема: «Выборы»

Выступление кандидатов в президенты, политический «Ринг», голосование.

Тема: «Планирование».

Составление активом штаба плана на нынешний учебный год.
Составление плана на месяц. Анализ проделанной работы.

Тема: «Факты о нас».

Групповая дискуссия. Вопросы для дискуссии: Кто на каких музыкальных инструментах хорошо умеет играть? Кто был на трех и более континентах. Кто был в Третьяковской галерее. Кто когда-нибудь плавал на парусной лодке. Кто хотя бы раз в последний год близко видел пожар. Кто и какой иностранный язык знает? Кто уже самостоятельно зарабатывает деньги. Кто хотя бы раз за последний год катался на. Кто хотя бы раз за последний месяц был в театре. У кого за прошлый год все пятерки. Кто умеет кататься на роликовых коньках, скейте. Кто уже видел фильм. Кому когда-нибудь накладывали швы. Кто за последний месяц прочитал хотя бы одну книгу из тех, что не проходят в школе.

Тема: «Развитие навыков совместной деятельности».

Групповая дискуссия «Возможности и ограничения командной работы».
Упражнения: «Мы-команда», «Упаковка чемоданов», «Как свои пять пальцев», «Пожар», «Оркестр», «Торт», «Марсиане», «Обруч», «Подарок», «Авария а Луне».

Тема: «Мы команда».

Информационный блок: что такое команда? Характеристика команды? Что нужно для команды? Упражнения: «Башня», «Мост»

Тема: «Вместе мы сила».

Практическое занятие. Упражнения: «Веревочные фигуры», «Хвостоглаз», «Поезд», «Сквозь кольцо», «Опустить предмет», «Переправа», «Передай апельсин», «Ночной сторож».

Тема: «Сплочение и доверие».

Практическое занятие. Упражнения: «Скалолаз», «Передача движений», «Маятник», «Круг доверия», «Падение в пропасть», «На пальцах».

Тема: «Наши сходства и различия».

Практическое занятие. Упражнения: «Построение круга», «Поиск сходства», Психогеометрический тест, «На льдине», «Запоминание позы».

Тема: «Мы в сложных ситуациях: наши решения и возможные последствия».

Полезные советы принимающим решение, не полагайтесь только на себя, не решайте с момент эмоционального напряжения, подумайте об этом завтра, не следуйте советам слепо, слушайте своё сердце и доверяйте интуиции, не повторяйте пройденные этапы, учитывайте и планируйте будущее, помогут позитивные мысли. Упражнения: «Два дела», «Плюсы и минусы», «Двойные каракули», «Внутреннее кино».

Тема: «Учимся взаимопониманию».

Практическое занятие. Упражнения: «Копирование движений», «Бип», «Вавилонская башня», «Снежки», «МПС».

Тема: «Ветераны ВОВ»

Просмотр и обсуждение фильма «Мальчик в полосатой пижаме». Мастер-класс «Подарок ветерану». Акция «Ветеран живет рядом». Шествие к вечному огню.

Тема: «Семья – это команда»

Спортивный праздник «Мама, папа, я – спортивная семья», семинар для родителей «В ногу со временем: молодежные субкультуры»

Искусство общения

Тема: «Общение и его функции».

Информационный блок. Что такое общение? Когда появилось общение? Функции общения?

Тема: «Общение и умение слушать»

Упражнения: «Сито», «Привет себе», «Испорченный телефон», «Рисование по инструкции», «Слушание в разных позах», «Тракторки».

Тема: «Общение без слов».

Невербальное общение, личное пространство, использование времени, поза и движения тела, жесты, визуальный контакт, прикосновения, внешний вид (одежда, украшения, и так далее), контекст общения.

Упражнения: «Подари подарок мне», «Крокодил».

Тема: «Средства общения».

Практическое занятие. Упражнения: «Пишущая машинка», «Мячик», «Испорченный телевизор», «Дистанция общения», «Перебежчики и охранники», «Поиск предметов» (вербальное общение), «Поиск предметов» (общение с помощью тактильного контакта).

Тема: «Проявление эмоций и чувств».

Эмоции и чувства, способы управления ими.

Упражнения: «Угадай эмоцию», «Польза и вред эмоции», «Скульптор и глина».

Тема: «Конфликты и причины их возникновения».

Информационный блок. Классификация конфликтов, границы конфликтов, причины возникновения конфликтов.

Тема: «Добро в современном мире».

Просмотр и обсуждение фильма «Чучело»

Тема: «Любовь или привязанность»

Просмотр и обсуждение фильма «Реальная любовь», просмотр и обсуждение фильма «Спеши любить».

Диагностика.

Учебный - тематический план II года обучения
 ПДО Маннапова А.Р., ПДО Амурская М.А.

№ п/п	Название темы	Количество часов		
		Всего	Теория	Практика
1	Вводное занятие. Инструктаж по технике безопасности. Диагностика.	2	1	1
2	Добровольчество как способ организации жизнедеятельности подросткового сообщества	42	20	22
3	Конфликтология	18	10	8
4	Тайм-менеджмент	24	9	15
5	Каков я на самом деле?	18	8	10
6	Эффективное общение	26	10	16
7	Все что тебя касается	14	6	8
9	MTV-style	72	18	54
Итого		216	82	134

Учебно-тематический план II-го года обучения (ПДО Буянова Н.В.)

№ п/п	Название темы	Количество часов		
		Всего	Теория	Практика
1	Вводное занятие	2	1	1
2	Каков я на самом деле?	20	3	17
3	Тренинги личностного роста	36	14	22
4	Все что тебя касается	24	8	16
5	Работа в команде	24	3	21
6	Эффективное общение	18	5	13
7	Конфликтология	18	9	9
8	Лидер: ступени к мастерству	22	10	12
9	Тайм-менеджмент	24	9	15
10	Добровольчество как способ организации жизнедеятельности подросткового сообщества	28	13	15
итого		216	75	141

Содержание программы 2 года обучения.

Вводное занятие, диагностика

Инструктаж по технике безопасности. Правила на занятиях.

Тестирование воспитанников.

Добровольчество как способ организации жизнедеятельности подросткового сообщества

Тема: «История добровольчества»

История развития добровольчества в России и за рубежом.

Тема: «Волонтерство как институт формирования и развития социальной активности молодежи»

Волонтерство как институт формирования и развития социальной активности молодежи. Происхождение понятия «волонтер», «доброволец». Волонтерство в России. Детские и молодежные добровольческие организации. Общие принципы волонтерской деятельности. Добровольность. Социальная значимость. Личная значимость. Концепция развития добровольчества в России. Кодекс добровольцев в России.

Тема: «Роль волонтера в решении социальных проблем местного сообщества»

Роль волонтера в решении социальных проблем местного сообщества. Объекты волонтерской деятельности. Направления волонтерской деятельности: психолого-педагогическое, социально-бытовое, социокультурное, трудовое, социально-правовое, профилактическое, лидерское, патриотическое, информационное. Поиск и выявление социальных проблем. Мозговой штурм.

Тема: «Мотивация волонтерской деятельности. Роль волонтерства в личностном развитии»

Влияние волонтерской деятельности на молодежь. Мотивация добровольческой деятельности. Роль волонтерства в личном развитии волонтера. Личностный рост. Выражение гражданской позиции. Социальное

взаимодействие. Реализация творческого потенциала. Профессиональное развитие. Притязания и самореализация волонтера.

Тема: «Игры-адаптации. Игры с эстрады»

Игры – адаптации. Понятие игры-адаптации. Роль и сфера применения игр на знакомство и сплочение (детский лагерь, сплочение персонала организации). Разучивание и проведение игр-адаптаций для людей различного возраста. Игры с эстрады. Игры-кричалки.

Тема: «Игровая программа»

Познавательная игра. Понятие. Формы и технология проведения. Хорошие и плохие вопросы. Моделирование познавательной игры. Коллективное творческое дело. Методика КТД И.П.Иванова. Этапы КТД. Условия проведения КТД. КТД «Север-юг-запад-восток». Игровая программа. Понятие. Принципы отбора игроков. Алгоритм построения игровых заданий. Основные требования к ведущему. Разработка и проведение игровых программ.

Тема: «Виды зависимостей»

Виды зависимостей. Ролевая игра «Мир без алкоголя». Химическая (алкоголизм, наркомания, табакокурение) и нехимическая (эмоциональная, шопоголизм, лудомания и др.) зависимость.

Тема: «Информационные технологии в работе волонтеров»

Информационный буклет. Принципы создания и оформления информационных буклетов. Цели, задачи, назначение, стиль, форма, логическая схема буклета. Технические и дизайнерские рекомендации. Критерии и оценки качества.

Тема: «Основы проведения социальных дел»

Социальная акция. Проведение благотворительных, экологических и др. акций. Понятие, виды социальной акции. Этапы подготовки и проведения. Разработка и проведение социальных акций. Проведение благотворительных и экологических акций. Участие во всероссийских акциях «Весенняя неделя добра» и др.

Тема: «Психологическая подготовка волонтеров»

Особенности работы с младшими школьниками. Психологические особенности детей младшего школьного возраста. Психологические особенности людей пожилого возраста. Психологический, биологический, социальный возраст людей пожилого возраста. Просмотр и обсуждение фильма «Бабуся».

Конфликтология

Тема: «Конфликт. Классификация и характеристика типов и видов конфликтов».

4 типа конфликтных ситуаций. Основные противоречия. Виды конфликтов. Причины конфликтов.

Тема: «Этапы развития конфликтов и пути предупреждения его отрицательных последствий».

Этапы развития конфликта. Схема конфликта. Интрига и основные препятствия их развития.

Тема: «Технологии общения в конфликте».

Стратегии общения в конфликте, эмоции в конфликте.

Тема: «Критика. Классификация критики».

Какие виды критики бывают. Что такое созидательная критика. Как определить ее. Какие функции у созидательной критики. Тренинговые задания по освоению созидательной критики.

Тема: «Некоторые секреты процесса переговоров».

Как вести переговоры с оппонентом при конфликте.

Диалог – неотъемлемый атрибут любых переговоров. Цели диалога на различных этапах у разных участников, ведущих переговоры.

Стратегии и стили ведения переговоров. Цели стратегий; стили обсуждения проблемы; приемы, методы ведения переговоров; опасность; результаты.

Этапы процесса переговоров: фаза целеполагания и анализа, фаза планирования, фаза активной дискуссии – спора, фаза взаимного соглашения. Правила борьбы с сильным противником: преодоление психологических барьеров; поиск объективных критериев решения проблемы, разрешения конфликтов; отделение проблемы от интересов людей, которые в случае провала переговоров и др.

Тема: «Поведение личности в конфликте»

Типы конфликтных личностей и особенности взаимодействия с ними. Основные модели поведения личности в конфликтном взаимодействии. Конфликтные привычки. Влияние основной жизненной позиции на стратегию поведения в конфликтной ситуации. Характеристика жизненных позиций. Приемы регуляции конфликтного поведения; переоценка, идеализация, стимуляция.

Тема: «5 советов раздражительному человеку». «Основные методы разрешения конфликтов».

Методы быстро успокоить себя. Характеристика прямых и косвенных методов разрешения конфликтов. Особенности средств, методов и приемов защиты в конфликте. Приемы психологической защиты при конфликтах. Продуктивные этапы выход из конфликтов.

Тема: «Конфликтный потенциал социальной группы»

Понятие конфликтов в обществе. Объективная основа возникновения конфликтов в обществе. Основные группы конфликтов в обществе. Понятие экономического конфликта, политического конфликта. Механизмы и факторы возникновения групповых конфликтов и их классификация. Организационные конфликты (понятие, причины (профессиональная деформация как причина), разновидности (инновационные конфликты, производственные, трудовые); понятия «моббинг» и «буллинг»). Конфликты в образовании (субъекты конфликта, основные причины, специфика конфликта в высшей школе). Семейные конфликты (зависимость от динамики семьи, особенности

супружеских конфликтов). Конфликты в экономике. Особенности юридического и правового конфликтов. Межгосударственные конфликты. Политические конфликты: структура, субъекты, виды; влияние разных политических режимов на возникновение конфликта. Особенности межэтнических конфликтов: сущность, особенности, причины; этническая идентичность как фактор конфликтогенности.

Тема: «Конфликтные ситуации и конструктивный опыт их решения. Конфликт и творчество».

Разбор конфликтных ситуаций для приобретения опыта. Имитационная игра «Моделирование конфликтов: конструктивные стратегии и тактики решения конфликтных ситуаций». Творческий отклик на конфликт. Генерирование типичной конфликтной ситуации и идеи разрешения конфликта.

Тайм-менеджмент

Тема: «Управление временем» и стратегическое планирование времени»

Законы и принципы тайм-менеджмента. Управление временем в ситуации "от хорошего к лучшему".

Планирование времени и целеполагание: определение ценностей, постановка задач, расстановка приоритетов. Принципы и правила рационального планирования времени. Условия хорошо сформулированного результата. Модель SMART. Матрица Эйзенхауэра: «Срочность» и «Важность». Соотношение временных затрат и получаемых результатов (принцип Парето).

Тема: «Тактический тайм-менеджмент – как управлять своим временем в течение дня»

Организация рабочего дня. Индивидуальные особенности восприятия времени; их взаимосвязь с применяемыми техниками планирования. Индивидуальный ритм работоспособности.

Самоменеджмент на основе биоритма (подъемы и спады, саморазгрузка). Как начинать и заканчивать рабочий день. Как экономить время в течение рабочего дня.

Составление рамочного плана дня. Контроль и самоконтроль.

Анализ прошедшего дня, оценка результатов. Выявление и устранение причин потерь рабочего времени.

Нерациональное распределение времени как потенциальный источник стресса. Деловые коммуникации в разрезе тайм-менеджмента.

Деловое общение по телефону. Организация рабочего места.

Тема: «Технический инструментарий эффективного управления временем»

Актуальный тайм-менеджмент: инвентаризация времени. Хронометраж и оценка личной эффективности. Отслеживание показателей в личной работе. Самоменеджмент с использованием дневника времени.

Методы «настройки» на выполнение сложных и неприятных задач (Метод «Швейцарского сыра». Метод «Съесть лягушку». Метод «Съесть слона»).

Самотивация как инструмент сокращения временных издержек.

Авральный тайм-менеджмент. Анализ «поглотителей» времени и их устранение. Определение продолжительности непродуктивной работы. Выявление резервов времени. Искусство говорить «нет» себе и другим в процессе управления временем. Причины недостатка времени (неэффективное планирование, отсутствие приоритетов в решении задач, неэффективная организация взаимодействия с людьми).

Показатели эффективного использования рабочего времени.

Эффективное общение

Тема: «Общение и его функции».

Информационный блок. Что такое общение? Когда появилось общение? Функции общения?

Тема: «Общение и умение слушать»

Упражнения: «Сито», «Привет себе», «Испорченный телефон», «Рисование по инструкции», «Слушание в разных позах», «Трактовки».

Тема: «Технологии эффективного общения»

Способы, приемы и средства общения, которые в полной мере обеспечивают взаимное понимание и взаимную эмпатию. Три основные содержательные аспекты.

Тема: «Основные правила эффективного общения»

Правило трех двадцати, 6 правил Глеба Жеглова, как увеличить полезность контакта, правила эффективного общения по Блэку. «Правило трех «плюсов».

Тема: «Общение без слов».

Невербальное общение, личное пространство, использование времени, поза и движения тела, жесты, визуальный контакт, прикосновения, внешний вид (одежда, украшения, и так далее), контекст общения.

Упражнения: «Подари подарок мне», «Крокодил».

Тема: «Вербальные барьеры».

Неэмпатичными способами слушания, подходы.

Тема: «Средства общения».

Практическое занятие. Упражнения: «Пишущая машинка», «Мячик», «Испорченный телевизор», «Дистанция общения», «Перебежчики и охранники», «Поиск предметов» (вербальное общение), «Поиск предметов» (общение с помощью тактильного контакта).

Тема: «Проявление эмоций и чувств».

Эмоции и чувства, способы управления ими.

Упражнения: «Угадай эмоцию», «Польза и вред эмоции», «Скульптор и глина».

Тема: «НЛП».

«Каков я на самом деле?»

Тема: «Куда же нам плыть?»

повторение правил для группы. Знакомство с понятиями личностная идентификация человека (Кто я?), жизненные ценности (Какой я?) и социальная сфера (С кем я?)

Игры на знакомство. Упражнение «Кто я? Какой я? С кем я?», самопрезентации учащихся.

Тема: «Моё лето. Проект «Открываем Россию вместе»

Каллаж на тему «Моё лето». Написание сочинения о том, как подростки провели лето и его творческое оформление.

Тема: «Каков я на самом деле?»

Знакомство с классификацией качеств человека по сторонам света «Север. Юг. Запад. Восток». Обратная связь

Тема: «Ищу друга»

Написание объявления «Я ищу друга». Зачитывание ведущим каждого объявления, голосование. Обсуждение. Обратная связь.

Тема: «Что меня наполняет»

Мое настроение - время года. Игры на знакомство «Я никогда не...», «Принятие себя» (Мои недостатки - 7 – Мои достоинства - 7). Рисунки детей «изготовление своих портретов». Вопросы на обсуждение. Обратная связь.

Тема: «Мои способности»

Разминка. «Снежный ком: я и 3 мои способности». Описание способности специалистов в области: учитель, врач, музыкант, предприниматель, бизнесмен, полицейский/военный. Выступление командой: представление о способностях своей профессии. «Сказка о Скрипке».

Тема: «Мои интересы»

Разминка. «Плакат» / «Каллаж моих интересов»

Тема: «Встреча с внутренним ребенком»

Игра «Встреча с внутренним ребенком» - обсуждение внутренних качеств, соответствующих определенному поведению человека.

Тема: «Моя тень. Мои достоинства»

«Плакат» / «Каллаж: каков я на самом деле?», каждый делает свой портрет, в котором ему нужно отразить: кто я? Какой я? Мои достоинства и недостатки. Представление своей работы подростками.

Тренинги личностного роста

Тема: «На что потратить жизнь?»

Упражнение с жетонами (методическое пособие «Жизнь на перепутье».

Тема: «Ценность дружбы». Просмотр художественного фильма «Чучело», обсуждение вопросов к фильму.

Тема: «Проблема выбора. Игра «Красное и белое» - обсуждение результатов игры.

Тема: «Уверенное поведение. Признаки уверенного и неуверенного поведения»

Рассмотрение признаков уверенного и неуверенного поведения.
Упражнение «Выйти из болота».

Тема: «Эффективная постановка цели»

Постановка цели по системе SMART, рассмотрение каждого пункта.

Тема: «Колесо жизни»

Упражнение, позволяющее увидеть свои цели дальнейшего развития.

Тема: «Я абсолютно спокоен»

Разминка, упражнения «Снежки», «Кричи». Блок «Вспомним все».
Теория «Типы темперамента», «Как справиться с негативными эмоциями».
Упражнение «Мешочек гнева».

Тема: «Кризис: выход есть»

Разминка, упражнения «Найди и коснись», «Скала». Блок «Вспомним все». Теория «Ситуации, ведущие к кризису». Упражнение «Мешочек идей».

Тема: «Мое мнение»

Разминка, упражнение «За одну секунду!». Блок «Вспомним все».
Упражнения «Варежки», упражнение-демонстрация «Колбочки», «Две позиции» «За и против». Теория «Правила аргументации».

Тема: «Толерантность»

Разминка, упражнение «Поздороваться разными частями тела». Блок «Вспомним все». Введение в тему. Упражнения «Ночевка», «Критика и поддержка», «Вот здорово!» «Поддержка». Теория «Поддержка и позиция «красного карандаша». Виды поддержки.

Тема: «Моё будущее: стратегии успеха»

Разминка, упражнение «Здравствуй, сегодня ты...», «Путаница». Блок «Вспомним все». Введение в тему. Упражнения «Хождение по линии жизни», Ролевая игра «Я хочу и я могу» «Шаг в будущее». Теория «Я через 20 лет».

Тема: «Просмотр художественного фильма «Легенда 17»

Просмотр фильма, обсуждение вопросов к фильму.

«Все что тебя касается»

Тема: «Искусство общения»

Разминка, упражнения «Гляделки», «Счет до 10». Блок «Вспомним все». Теория «Барьеры общения», «Вербальное и невербальное общение». Упражнения «Слухи», «Дискуссия», или «Я тебя слушаю» «Я люблю весну».

Тема: «Мои эмоции». «Калейдоскоп чувств»

Разминка, упражнения «Пожарные». Блок «Вспомним все». «Изобрази эмоцию». Теория «Эмоциональные состояния». Упражнения «Рисунки на спине», «Коробочка».

Тема: «Жизненные ценности»

Разминка, упражнения «делимся по признаку». Блок «Вспомним все». «Ромашка». Обсуждение ценностей. Здоровье, как ценность. Упражнения «Конфликт ценностей».

Тема: «Мужчина и женщина»

Разминка, упражнения «Апельсин». Блок «Вспомним все». «Что нам нравится», «Звезда Голливуда», «Знакомство», «Идеальное свидание», «Слепой и поводырь», «Помоги принять решение».

Тема: «Разрешаем конфликты»

Разминка, упражнения «Рисунок в парах». «Давка», «Предупреждаем конфликт», Теория «Что такое конфликт», «Способы выхода из конфликта». Дискуссия «Плюсы и минусы конфликтов».

Тема: «Критическое мышление»

Чтение и обсуждение статьи. Анализ рекламы. Блок «Вспомним все». Упражнения «Правда или вымысел», «Задавание вопросов». «Галерея достоинств и недостатков». Детективная история («данетка»). Теория «Принятие критики».

Тема: «Профилактика употребления психоактивных веществ: скажи курению «Нет»

Разминка «Незаметный предмет». Дискуссия «Почему люди курят», «Как бросить курить и не начать заново». Упражнения «За и против», «Купи мечту».

Тема: «Развитие характера»

Разминка «Зарядка». Теория «Уверенное поведение», «Пять принципов ответственности», «Рыба или бревно»? Упражнения «Увы - ура», «Поза-Ситуация».

Тема: «Информация о действиях и последствиях психоактивных веществ. Понятие зависимости»

Разминка «Полёт в будущее». Виды химической и эмоциональной зависимостей. Упражнение «В открытом будущем».

Тема: «Алкоголь – мифы и реальность»

Разминка «Ассоциации по алфавиту». Беседа «Алкоголь в нашей жизни»
Упражнение «Последствия употребления алкоголя».

Тема: «Профилактика употребления психоактивных веществ: прием наркотических средств – всегда полет, но в конце-всегда падение»

Разминка «Гимнастика». Упражнения «Дерево проблем», «Игра», «Аргументы отказа от приема наркотических средств», «Ночной клуб», «Подстава». Информационный блок «правила сопротивления угрозам».

Лидер: ступени к мастерству.

Тема: «Теории лидерства»

Понятия «лидер», «организатор», «руководитель». Определение понятийного аппарата лидера. 8 теорий лидерства. Типы лидеров. Лидер и руководитель. Формальный и неформальный лидер. Имидж лидера. Стили управления коллективом. Ролевая игра «Предвыборная кампания»

Тема: «Представление о себе, как о лидере. Тест «Я – лидер».

Самооценка лидерских качеств. Лидер – ориентир.

Тема: «Кто такой лидер? Их роли. Общие и специфические качества лидера»

Лидер – созидатель, лидер – разрушитель, лидер – инициатор, лидер – умелец, деловой лидер, лидеры – генераторы эмоционального настроения.

Тема: «Групповые нормы»

Для чего нужны групповые нормы? Формальные и неформальные групповые нормы. Правила группы. Конформизм. Коучинг. Групповой контракт.

Круглый стол «Билль о правах личности».

Упражнение «Осознанность и ответственность».

Тема: «Как правильно вести беседу?»

Возможность общения с людьми. Значимость беседы. Структура беседы. Управление беседой. Практические советы по ведению беседы. Умение анализировать проведённую беседу.

Тема: «Навыки ораторского искусства.

Типы выступлений: информационное, агитационное, развлекательное. Что значит правильное выступление. Советы выступающему.

Тема: « Успех»

Из чего складывается понятие успеха. Успех в двух аспектах – успех в деле и успех в жизни. Формула успеха в бизнесе. Формула успеха в жизни. Понятия “материальные ценности” и “нематериальные ценности”. Личностно-ценностное самоопределение.

Диагностика: методика «Мой выбор». Игровая технология «Ключ к успеху».

Тема: «Что мешает достижению успеха. Организованность и достижение успеха. (Практикум)»

Основные препятствия, стоящие на пути достижения успеха: внутренние противоречия, неверие в себя и в свои силы, отсутствие силы воли и целеустремлённости. Осознание учащимися собственных барьеров на пути к достижению успехов. Диагностика: тест “Организованный ли вы человек?”.

Упражнение: “Мои барьеры в достижении успеха”, “Каким нужно быть”, “Распределение времени”.

Тема: «Проектная деятельность в работе лидера»

Шаги проекта. От идеи до анализа деятельности. Выстраивание шагов проектной деятельности. Работа в группах. Выделение проблемы. Поиск путей её решения. Формулировка целей и задач. Формирование команды, реализующей проект. Поиск партнёров. Оформление документации.

Тема: «Планирование достижений»

Учимся планировать свою жизнь. Выработка умений ставить перед собой цель и добиваться её. Упражнение «Лестница достижений»

Диагностика

Учебный - тематический план III года обучения

№ п/п	Название темы	Количество часов		
		Всего	Теория	Практика
1	Вводное занятие Диагностика	4	2	2
4	Социальное проектирование	28	11	17
5	Тренинги личностного роста	6	3	3
6	Работа в команде	8	4	4
7	Уроки о себе	14	7	7
8	Добровольчество как способ организации жизнедеятельности подросткового сообщества	48	18	30
9	Заседания молодежного штаба Различные акции, форумы, слеты мероприятия по добровольчеству	36	1	35
10	MTV-style	72	18	52
Итого по всей программе		216	64	152

Содержание программы 3 года обучения

Вводное занятие, диагностика

Инструктаж по технике безопасности. Правила на занятиях.

Тестирование воспитанников.

Тренинг личностного роста

Тема: «Знакомство»

Что такое тренинг? Правила для тренинговой группы.

Упражнения: «Зачем мы здесь собрались?», «Карандаши», «Бегущие движения», «Поворот в прыжках», «Дракон ловит свой хвост», «Ладочки».

Тема: «Командообразование»

Что такое команда. Характеристика команды. Какие функции у команды. Взаимодействие команды.

Упражнения: «Меня зовут», «Циферблат», «Молекулы», «Путаница», «Смена мест», «5 общих признаков», «Пингвины», «Невидимая связь», «Весенний дождь», «Вселенная», «Грузим баржу», «Копирование движений», ««Красное и черное»», «Вавилонская башня», «Тролли», «Тропинка», «Волшебная лампа», «7 факторов», «Узел»

Тема: «Уверенное поведение»

Уверенное и неуверенное поведение. Как помогает уверенное поведение в жизни. Мешает ли нам неуверенное поведение в жизни.

Упражнения: «Твои достоинства», «Маленькие успехи», «Рекомендация», «Лучшее о себе», «Многие боятся», «Мне удастся», «Симпатия группы», «Противоположные движения», «Не смеяться», «Психологическое время», «Пройти за время», «Запретные слова», «Измени свой пульс», «Лед и пламень», «Сядьте так, как...», «Телекинез».

Добровольчество как способ организации жизнедеятельности подросткового сообщества

Тема: «Работа волонтеров по пропаганде ЗОЖ»

Сопrotивление групповому давлению. Наркомания. Понятие симптома, последствия. Проведение игры «3 года из жизни наркоман». ВИЧ-инфекция. ВИЧ и СПИД. Механизм развития ВИЧ-инфекции в организме человека. Версии о происхождении ВИЧ. Способы передачи. Просмотр и обсуждение фильма «Дневник Насти».

Тема: «Информационные технологии в работе волонтера»

Новостная статья. Структура новостной статьи. Пресс-релиз. Практикум: Анализ новостных статей. Написание новостной статьи о недавно прошедшем мероприятии. Взаимодействие некоммерческих организаций с объектами внешней среды. Объекты внешней среды НКО: государственные организации, коммерческие организации, общественность. Деловое письмо. Структура делового письма. Практикум: написание делового письма. Понятие социальной рекламы. Социальный плакат. Как придумать хороший слоган. Технология социальной рекламы. Ошибки в социальной рекламе.

Тема: «Социальные технологии в работе волонтера»

Технология «равный обучает равного». Понятие, цели, формы обучения в технологии «Равный обучает равного».

Дискуссия. Особенности дискуссии как формы групповой работы. Этапы проведения: подготовительный основной заключительный. Правила организации на каждом этапе. Нормы поведения в группе. Формы проведения дискуссии. Упражнение Джеффа. Дискуссионные качели (Н.Е. Щуркова). Социальный театр. Этапы создания социального театра. Импровизация. Создание послания.

Тема: «Специальная подготовка волонтеров»

Помощь ветеранам и пожилым людям. Помощь детям-сиротам. Организация выездов в реабилитационный центр. Проведение игровых

программ, мастер-классов. Работа с подростками девиантного поведения. Подростковый возраст и его особенности. Границы подросткового возраста. Особенности физического и психического развития, эмоций. Новообразования возраста, «Я» подростка, формирование мировоззрения, подростковые реакции на действительность. Технология общения и работы с людьми с ограниченными возможностями здоровья. Обсуждение повести Л. Улицкой «Бумажная победа». Просмотр и обсуждение документального фильма «Форпост». Организация досуговых программ для детей с ограниченными возможностями здоровья.

Тема: «Лидерство в волонтерском объединении».

Лидер. Типы лидеров: деловой и социоэмоциональный лидер. Стили лидерства. Лидерские способности. Диагностика лидерских способностей. Неформальное и формальное лидерство.

Рефлексия. Понятие. Рефлексия дня. Рефлексия своего состояния. Рефлексия себя. Вопросы для рефлексии.

Тема: «Я и семья».

Понятия здоровой семьи. Какой я вижу свою будущую семью.

Тема: «Связь поколений»

Что такое поколения. История жизни семьи – это как учебник жизни для ребенка: семейные ценности, традиции, профессии, увлечения...

Тема: «Патриот».

Просмотр и обсуждение фильма «Тимур и его команда»

Тема: «Мой край родной».

Исследование собственных ценностей и потребностей, расширение своего кругозора о родном крае.

Социальное проектирование

Тема: «Добровольчество: история вопроса».

Что такое добровольчество. История добровольчества в России и за рубежом. Важная роль добровольчества для человека и общества. Международные волонтерские объединения.

Тема: «Проектная деятельность «Что такое проект».

История вопроса. Проектная деятельность в России и за рубежом. Характеристика проекта. Классификация проектов.

Тема: «Проектная деятельность: специфика»

Особенности проектной деятельности. Основы проектной деятельности. Организация проектной деятельности.

Тема: «Проектная деятельность: Основные этапы проекта».

Определение проекта. Этапы проекта. Проектный цикл. Разработка концепции проекта. Управление рисками проекта. Основные принципы управления стоимостью проекта. Контроль и регулирование проекта. Современные инструменты управления проектами. Системы управления проектами.

Тема: «Проектная деятельность: Социальное партнерство».

Система социального партнерства. Принципы социального партнерства. Стороны социального партнерства. Уровни социального партнерства. Социальное партнерство в России. Модели социального партнерства. Субъекты социального партнерства. Основы социального партнерства. Механизм социального партнерства. Виды социального партнерства

Тема: «Проектная деятельность: Виды проектирования».

По отраслям деятельности. По подходу к проектированию. Функциональное проектирование. Классификация проектов.

Тема: «Проектная деятельность: Выбор направления проекта. Мозговой штурм».

Изучение общественного мнения и определение актуальной социальной проблемы. Определение социальной проблемы и ее описание.

Тема: «Проектная деятельность: Разработка проекта.
Целеполагание. Механизмы реализации. Жизненный цикл проекта.

Тема: «Школа лидера «Успех»».

Тема: «Уверенное и неуверенное поведение».

Групповая дискуссия. Вопросы для дискуссии: почему одни люди уверены в себе, а другие нет? Как выглядит уверенный/неуверенный человек, как он говорит; влияет ли уверенное поведение на настроение? Какие проблемы возникают если человек не уверен в себе, что мешает быть уверенным в себе?

Уроки о себе

Тема: «Я и мои ценности».

Личностный рост. Знакомство с собой, своими возможностями и будущими направлениями реабилитации, т.к. многие важные свойства или их недостатки, которые могут выявиться на первой ступени, будут прорабатывать в дальнейшей работе. Добровольцу необходимо осознать ценности его личности.

Тема: «Я самый-самый».

Тренинг личностного поведения. Практикум развития организаторских умений, как реальное выполнение разнообразных видов деятельности в процессе участия в жизни «ШЛУС».

Тема: «Я и мое тело».

Формирование бережного и позитивного отношения к собственному телу.

Тема: «Социальные роли и маски».

Практическое занятие. Развитие самопознания, осознание подростком своих ролей в жизни. Использование технологии фототерапии.

Тема: «Учимся говорить нет».

Умение противостоять негативному влиянию, знакомство с ответственностью за групповое нарушение

Тема: «Проявление эмоций и чувств»

Эмоции и чувства, способы управления ими.

Упражнения: «Угадай эмоцию», «Польза и вред эмоции», «Скульптор и глина».

Работа в команде

Тема: «Понятие команды».

Стадии и принципы формирования команды этапы.

Тема: «Работа в команде — зачем и как».

Приумещения работы в команде. «Плюсы» и «Минусы».

Тема: «Кто ты – вдохновитель или критик?»

Роли и функции членов команды.

Тема: «Как заставить команду работать эффективно».

Ошибки и их преодоление.

Диагностика

Список литература

1. Бодренкова Г.П. Системное развитие добровольчества в России: от теории к практике АНО «СПО «СОТИС» 121165, Москва;
2. Вачков И.В. Основы технологии группового тренинга. Психотехники: Учебное пособие.-3-е изд., перераб. и доп.-М.: Издательство «Ось-89», 2005.-256.
3. Волков Б.С. Психология подростка: Учебное пособие. М.: Академический Проект; Гаудеамус, 2005.-2008с.
4. Грецов А.Г. Психологические тренинги с подростками.- СПб.: Питер, 2008.-368с.
5. Дедешка А.И. Как научить детей дружбе? Психологическая работа с подростками.-СПб.: Речь, 2007.-235с.
6. Еременко М.И. Развитие ключевых компетентностей старшеклассника в условиях имитационного моделирования жизненных ситуаций- Волгоград: Издательство «Панорама», 2006.-64с.
7. Копытин А.И. Техники фототерапии / А.И. Копытин. – СПб.: Речь, 2009. – 128 с.
8. Кипнис М. Тренинг лидерства.- 2-е изд., стер.- М.:Ось-89, 2006. – 144 с.
9. Кипнис.М. Тренинг коммуникации.-2-е изд.,стер.-М.: Ось-89,2006.-128с.
10. Леванова Е.А., Волошина А.Г., Плешаков В.А., Соболева А.Е., Телегина И.О. Игра в тренинге. Возможности игрового взаимодействия. 2-е изд.-СПб.:Питер,2008.-208с.:-(Серия «Практическая психология»).
11. Луков В.А. Социальное проектирование: Учеб. пособие. — 3-е изд., перераб. и доп. — М.: Изд-во Моск. гуманит.-социальн. академии: Флинта, 2003.
12. Люшер М. Какого цвета ваша жизнь. Закон гармонии в нас. Практическое руководство. М.: НИРРО, 2011. - 56 с.

13. Малкина-Пых И.Г.-Кризисы подросткового возраста.-М.: Изд-во Эксмо,2004.-384с.- (Справочник практического психолога).
14. Рогов Е.И. Психология группы.-М.:Гуманитар.изд.центр ВЛАДОС, 2005.-430с.
15. Рожков М.И. Развитие самоуправления в детских коллективах:Учеб,-Метод.пособие,-М.:Гуманит. Изд. центр ВЛАДОС, 2002.-160с.
16. Теоретический и научно-методический журнал Воспитание школьников 2012,№1.
17. Система гражданского образования школьников:воспитание гражданской активности, социально-правовое проектирование, изучение гуманитарного права: методическое пособие/сост.Г.В. Дмитренко,Т.С.Зорина, Т.В.Черникова/ под ред.Т.В. Черниковой.-М.: Глобус,2006.-224с.
18. Смекалова Е.М. Школа лидерства: Методические рекомендации.-М.: ТЦ Сфера, 2006.-96с.
19. Хухлаева О.В. Тропинка к своему Я: Уроки психологии в средней школе (5-6 классы). – 3- е изд.-М.:Генезис,2010.-207с.
20. Шепелева Л.Н. Программы социально-психологических тренингов.-СПб.:Питер,2007.-160с.
21. Шитова Е.В. Практические семинары и тренинги для педагогов.- Вып.1.Воспитатель и ребенок: эффективное взаимодействие.-Волгоград: Учитель, 2009.-171с.
22. Хайруллин Г.Т. Педагогическая технология как алгоритм взаимодействия//Творческая педагогика». – 2010. – 66 с.
23. Всемирная декларация добровольцев
24. ФЗ «О добровольчестве (волонтерстве)»