

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Министерство образования и науки Удмуртской Республики

Управление образования Администрации города Ижевска

МБОУ "СОШ №26 с углубленным изучением отдельных предметов"

СОГЛАСОВАНО

Педагогический совет

Протокол № 8
от «29» августа 2024 г.

УТВЕРЖДЕНО

Директор

_____ Шайхутдинова Г.Н.

Приказ № 80
от «31» августа 2024 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

Профильной группы

ВОЛОНТЕРЫ

«Здравушка»

Срок реализации программы: 3 года

Возраст учащихся: 7-11 лет

Направленность: социально-педагогическая

Ижевск, 2024 год

Пояснительная записка

Направленность дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Здравушка» - социально-педагогическая.

Уровень сложности: стартовый.

Актуальность дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Здравушка» в том, что она направлена на пропаганду и формирование системы здорового образа жизни. Программа обучает учащихся основам волонтерской деятельности, в последствие они становятся активными пропагандистами здорового образа жизни в подростковой среде. Волонтерская организация – это объединение добровольцев, которые принимают участие в пропаганде здорового образа жизни среди детей, подростков и молодежи. Главным личностным качеством волонтера является желание работать со сверстниками (заниматься бескорыстно значимой деятельностью): передавать определенную информацию; делиться опытом и оказывать помощь сверстникам, с которыми волонтер проводит профилактическую работу. А также не менее важно наличие свободного времени, лидерских способностей и дружелюбного характера.

Отличительные особенности программы: при разработке программы были изучены программы : «Равный обучает равного» программа по подготовке подростков – добровольцев МКДЦДиП «Ювентус» г. Новосибирск, программа профилактики вредных привычек «Свежий ветер - 1» Департамента образования и науки Администрации Самарской области,. Отличительные особенности дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Здравушка» в том, что учащиеся обучаются весьма эффективному в пропаганде здорового образа жизни и первичной профилактике вредных привычек среди детей и подростков приему **«равный - равному»**. Его сущность состоит в передаче волонтерами знаний, умений и навыков здорового образа жизни своим сверстникам. Принадлежность волонтеров, проводящих занятия со сверстниками, к одному поколению, способность говорить на одном языке, привлекательность имиджа волонтеров, их компетентность – все это увеличивает положительный эффект профилактической работы по предотвращению распространения табакокурения, алкоголизма, наркомании и других негативных социальных явлений.

Адресат программы: учащиеся 7-11 лет, которые создают объединение волонтеров, направленное на пропаганду здорового, активного образа жизни.

Цель: формирование навыков здорового и безопасного образа жизни, установки на сохранение и укрепление здоровья через волонтерскую деятельность.

Задачи:

1. Расширение знаний и навыков по основам здорового образа жизни.
2. Формирование навыков уверенного и ответственного поведения, ведущих к активному образу жизни и препятствующих злоупотреблению психоактивными веществами через общественно-полезное дело.
3. Обучение навыкам профилактической работы по принципу «равный-равному», развитие лидерских качеств и организаторских способностей.
4. Развитие умений учащихся самостоятельно приобретать знания, анализировать, делать выводы.

Планируемые результаты

компетенция	Год обучения	Знания:	Умения:	Навыки:
Учебно-познавательная	1	<p>Теории, устава и кодекса волонтерского движения.</p> <p>Основных ценностей здорового образа жизни.</p> <p>Пагубного влияния психоактивных веществ на организм человека.</p> <p>Приемов эмоциональной саморегуляции.</p> <p>Форм и методов работы по пропаганде ЗОЖ.</p> <p>Разработки диагностического инструментария.</p>	<p>Самостоятельно делать гимнастику для глаз.</p> <p>Оказать первую медицинскую помощь.</p> <p>Аргументированного отказа в ситуации выбора.</p> <p>Сопrotивляться негативному влиянию и при необходимости говорить «нет» в группе сверстников.</p> <p>Применять приемы саморегуляции.</p> <p>Конструирования и организации массовых мероприятий, игровых программ, КТД, анкетирования.</p>	<p>Личной гигиены.</p> <p>Бережного отношения к зрению.</p> <p>Уверенного и ответственного поведения, ведущих к активному образу жизни.</p> <p>Проведения группового занятия со сверстниками (при помощи педагога).</p>
	2	<p>Положительных и отрицательных качеств, ценностей человека.</p> <p>Причин и признаков болезни человека, основных компонентов здорового образа</p>	<p>Делать оценку своих качеств.</p> <p>Владеть собой, разрешать собственные проблемы.</p>	<p>Оказывать первую медицинскую помощь при порезах, ушибах, переломах.</p> <p>Безопасного поведения,</p>

		<p>жизни (питание, витамины, физическое здоровье и правила закаливания режима труда и отдыха).</p> <p>Правил безопасного поведения в доме, на улице, в транспорте, с животными.</p> <p>Представлений о лидере, социальной роли лидера.</p> <p>Средств и методов профилактической работы со сверстниками.</p>	<p>Составлять режим дня и меню на день.</p> <p>Выполнять зрительные гимнастики самостоятельно.</p> <p>Применять физические нагрузки.</p> <p>Вести себя при грозе, жаркой и солнечной погоде.</p> <p>Конструирования и организации профилактических занятий со сверстниками.</p>	<p>сохранения и укрепления здоровья.</p> <p>Работы с микрофоном.</p> <p>Самостоятельного проведения группового занятия со сверстниками.</p>
	3	<p>Цели, этапов организаторской работы, типов организаторов, стадий развития коллектива.</p> <p>Основных правил групповой работы, причины возникновения ссор.</p> <p>Понятия характер, многообразии черт характера.</p> <p>Правил и алгоритма проведения игр и упражнений на групповое взаимодействие.</p>	<p>Работы с группой сверстников.</p> <p>анализировать свои симпатии, привязанности.</p> <p>Отстаивать свое мнение и сопротивляться негативному влиянию со стороны взрослых и сверстников.</p> <p>Самостоятельно проводить игры и упражнения на групповое взаимодействие.</p>	<p>Организаторской работы успешной работы с аудиторией.</p> <p>Самостоятельного проведения групповых занятий и мероприятий по первичной профилактике ПАВ и пропаганде ЗОЖ со сверстниками.</p>
Ценностно-смысловая	1	<p>Основ здорового и безопасного образа жизни. Установки на сохранение и укрепление здоровья через волонтерскую</p>	<p>Применять ЗОЖ в повседневной жизни.</p>	<p>Осознавать неразрывную связь здоровья с основной жизнедеятельностью человека.</p>

		деятельность. Цели и миссии добровольческой деятельности.		
	2	Ценности здоровья, другого человека и себя самого.	Безвозмездно, бесплатно оказывать помощь окружающим людям. Выбирать целевые и смысловые установки для своих действий и поступков.	Бережного, ответственного отношения к своему здоровью. Осознания зависимости здоровья от собственного поведения и действий
	3	Ценности здоровья и его неразрывной связи со всей жизнедеятельностью человека.	Оценивать свое поведение и поступки для личного здоровья, учебы, отдыха, сочувствовать и сопереживать.	Добровольческой деятельности. Самостоятельно принимать решения и нести ответственность за свои поступки. Активного и сознательного отношения к своему здоровью и активному образу жизни.
Информационная	1	Правил поиска информации при помощи реальных объектов и информационных технологий.	Искать информацию по заданию педагога для подготовки собственных выступлений по заданной теме с использованием материала из разных источников.	Использования реальных объектов и информационных технологий для поиска информации.
	2	Правил поиска информации из различных источников.	Самостоятельно искать, анализировать и отбирать	Использования различных источников для поиска

		Анализа, отбора и преобразования информации.	необходимую информацию, организовывать. Преобразовывать, сохранять и передавать ее свои сверстникам через организацию и проведения профилактических занятий.	информации.
	3	Правил поиска информации при помощи реальных объектов и информационных технологий.	Самостоятельно разрабатывать профилактические занятия для сверстников, используя различные источники информации.	Овладение поиском и использованием информации из различных источников для организации и проведения профилактических занятий по принципу «равный-равному».
коммуникативная	1	Правил ведения дискуссии и диалога, как правильно задавать вопросы. Командного взаимодействия, способов совместной деятельности.	Задавать вопросы, вести дискуссию и диалог. Слушать и понимать речь других, оформлять свои мысли в устной форме. Работать в команде с группой сверстников.	Коммуникативного взаимодействия в цепочке Лидер-Координатор – Ведомый. Позитивного отношения не только к себе, но и к окружающим людям.
	2	Мотивов межличностных отношений, публичных выступлений: внешний облик, речь, голос, интонация, жесты, манеры, поза.	Воспринимать другие мнения, строить конструктивные отношения со сверстниками и взрослыми.	Эмпатии, активного слушания, диалога, выражения чувств, принятия решений. Публичных выступлений,

			Представлять себя, формулировать собственные мнения и позицию, самостоятельной работы с группой.	доброжелательного общения.
	3	Эффективных способов сотрудничества для успешной совместной деятельности.	Взаимопонимания в разговоре, организовать работу других, работать в одной команде на общий результат.	Работы в группе, владение различными социальными ролями в коллективе. Использования различных способов сотрудничества.

Срок освоения программы- 3 года, **объём (общее количество учебных часов):** первый , второй, третий год обучения – по 216 часов в год, итого:648 часов.

Формы организации образовательного процесса: групповая (очная).

Количество человек в группе: 15-25 человек.

Режим занятий: занятия проводятся три раза в неделю по 2 часа. Итого 6 часовв неделю.

Формы и периодичность подведения итогов реализации дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы (текущая, промежуточная, итоговая).

Текущий контроль осуществляется при освоении отдельных тем, разделов (игровые профилактические программы, познавательные игры, отработка навыков самостоятельного проведения профилактических занятий, самостоятельное проведение учащимися профилактических занятий со сверстниками по принципу «равный-равному»).

Промежуточный контроль–заключается в оценке предметных знаний и умений, полученных учащимися за полугодие(декабрь, май). Проверка теоретических знаний проходит в форме опроса, Практика в форме - игрового практикума (самостоятельного проведение профилактического мероприятия, занятия, игры, беседы, КТД, игровой программы со сверстниками по популяризации активного здорового стиля жизни).

Учебный план первого года обучения

№ п/п	Раздел, подраздел	Количество часов			Форма контроля
		всего	Теор.	Практ.	
1.	<i>Вводное занятие. Знакомство с программой.</i>	4	2	2	
2.	<i>Определение понятия «волонтерство».</i> 2.1.Цели и миссия волонтерского движения.	4	2	2	Анкета «Я доброволец».
	2.2.Знакомство с Уставом и Кодексом волонтеров. Форма, атрибуты, логотип волонтерского отряда.	4	2	2	Опрос. Выбор символики
3.	<i>Командообразование.</i>	14	7	7	
4.	<i>Развитие способности к самопознанию и уверенности в себе.</i> 4.1.Представление об уверенном, неуверенном и грубом поведении.	10	5	5	Упражнения «Мой портрет в лучах солнца». Методика «КОС». Методика «Кто я?».
	4.2 Что я хочу рассказать о себе. Невербальные формы уверенного, неуверенного и грубого поведения.	8	4	4	Анкета УАЗ (уверенное, агрессивное, застенчивое поведение)
	4.3.Как наша уверенность и неуверенность зависит от других людей. Чувство собственного достоинства.	4	2	2	А.Г.Грецова.
	4.4 Мои права и права других людей.	4	2	2	
	4.5 Просьба. Умение ее высказать. Умение отвечать отказом на просьбы.	6	3	3	
	4.6. Я в своих глазах и в глазах других людей.	4	2	2	
	4.7 Я для себя, я для других. Обида.	4	2	2	
	4.8.Наши чувства, желания, настроение. «Стой! Подумай!	4	2	2	

	Действуй!»				
	5.Навыки ЗОЖ. 5.1.Дружи с водой.	4	2	2	мини-сочинение «Вода – мой друг!»
	5.2.Забота о глазах.	4	2	2	изготовление стенгазеты «Глаза –главные помощники человека».
	5.3.Чтобы уши слышали.	4	2	2	Правила ухода за ушами.
	5.4.Чтобы зубы были здоровыми.	4	2	2	Сочинить сказку «Почему зубы болят».
	5.5.Уход за руками и ногами человека.	4	2	2	Рисунок «Рабочие инструменты человека».
	5.6.Забота о коже человека.	4	2	2	Правила оказания первой медицинской помощи. Игра «Выбери ответ».
	5.7.Как следует питаться.	4	2	2	Викторина «Что разрушает здоровье, что укрепляет.»
	5.8.Вредные привычки.	4	2	2	Аргументы «за и против».
6.	Формирование навыков ответственного поведения.				Рисунок «Мое настроение сейчас».
	6.1. Давление группы.	4	2	2	Аргументы «за» и «против».
	6.2. Скажи «НЕТ».	4	2	2	
	6.3.Ответственное решение.	4	2	2	
	6.4. Отказ.	4	2	2	
7.	Учусь понимать других.				Инсценировка сказки, построенной на диалоге разных героев.
	7.1. Как научиться разговаривать с людьми.	4	2	2	Тест «Как я веду себя с окружающими». Конкурс знатоков.
	7.2.Что такое интонация.	4	2	2	
	7.3.Как научиться преодолевать трудности вместе.	4	2	2	
	7.4.Как понять друг друга без слов.	4	2	2	
	7.5.Для чего нужна улыбка	4	2	2	
	7.6.Умеешь ли ты дружить.	4	2	2	

8.	<i>Формы и методы работы волонтеров по пропаганде ЗОЖ и первичной профилактике употребления психоактивных веществ.</i>	8	4	4	Организация и проведение КТД
	8.1.Конструируем КТД.	16	8	8	
	8.2.Анкетирование.	4	2	2	Проведение анкетирования со сверстниками.
	8.3.Массовые мероприятия.	16	8	8	Разработка и проведение мероприятия.
	8.4.Игровые программы.	14	7	7	Сценарий игровой программы.
9.	<i>Подготовка и проведение волонтерами профилактических занятий со сверстниками.</i>	12	6	6	Конспект, анализ проведенного мероприятия, отзыв участников занятия
10.	<i>Промежуточная аттестация.</i>	4	2	2	Опрос. игровой практикум.
ВСЕГО:		216	108	108	

Содержание учебного плана первого года обучения

1. Вводное занятие. Знакомство.

ТЕОРИЯ. Знакомство с правилами техники безопасности, обсуждение плана работы на год, знакомство участников программы друг с другом.

ПРАКТИКА. Игры и упражнения на знакомство, игры на сплочение коллектива.

2. Определение понятия «Волонтерство».

2.1. Цели и миссия волонтерского движения.

ТЕОРИЯ. Цели и миссия волонтерского движения. Волонтерство, задачи, мотивация волонтера, направления волонтерского движения.

ПРАКТИКА. Сюжетно-ролевая игра «Деревня Дэду», разработка цели и миссии своего волонтерского отряда, опрос по теме «Цели и миссия волонтерского отряда». Анкета «Я - доброволец», упражнение « Личные качества волонтера»

2.2. Знакомство с Уставом и Кодексом волонтеров.

ТЕОРИЯ. Форма, атрибуты, логотип, кодекс, устав волонтеров.

ПРАКТИКА. Выбор символики. Разработка правил поведения в волонтерском отряде.

3. Командообразование .

ТЕОРИЯ. Основы командного взаимодействия: основные правила, ответственность, партнерство, солидарность. Роли в команде (позиции).

ПРАКТИКА. Принципы разрешения споров. Формирование общего видения: командное заявление, согласие, единство; личная правота, командная цель. Командное планирование, планирование первого шага. Отработка коммуникативного взаимодействия в цепочке, взаимодействия в позиционной команде.

4. Практическое занятие, направленное на развитие способности к самопознанию и уверенности в себе.

Представление об уверенном, неуверенном и грубом поведении.

ТЕОРИЯ. Уверенный, неуверенный, грубый человек.

ПРАКТИКА. Практические упражнения «Уверенный, неуверенный, грубый человек.», решение проблемных ситуации, обсуждение, методика «Зеркало настроений». Анкета УАЗ(уверенное, агрессивное, застенчивое поведение) А.Г.Грецова.

Что я хочу рассказать другим о себе. Невербальные формы уверенного, неуверенного и грубого поведения.

ТЕОРИЯ. Вербальные и невербальные формы уверенного, неуверенного и грубого поведения.

ПРАКТИКА. Игры-разминки, психогимнастика, упражнения «Футболка с надписью»,

« Здравствуйте, это Я!» , тест «Уверенность в себе».

Как наша уверенность и неуверенность зависит от других людей. Чувство собственного достоинства.

ПРАКТИКА. Упражнения «Хвалить или ругать?», «Я не такой, как все», «Скульптура», «Мой портрет в лучах солнца».

Мои права и права других людей.

ПРАКТИКА. Игры и упражнения «Мои права», разработка декларации прав.

Просьба. Умение ее высказать. Умение отвечать отказом на просьбу.

ПРАКТИКА. Упражнения «Пирог с начинкой», «Чемпионат», методика «Кто я?».

Я в своих глазах и в глазах других людей.

ПРАКТИКА. Упражнения «Ассоциация», «Кошка и собака», «Продолжи фразу...».

Я для себя, я для других. Обида.

ПРАКТИКА. Упражнения «Послание самому себе», «Как выразить обиду и досаду», «Копилка обид», обсуждение., методика КОС (коммуникативные, организаторские способности)

Наши чувства, желания, настроения.

ПРАКТИКА. Игра «Стоп! Подумай! Действуй!», упражнения «Аукцион», «Вверх по радуге», подведение работы по практическому занятию.

5. Навыки ЗОЖ

5.1. Дружи с водой.

ТЕОРИЯ. Беседа по теме, правила личной гигиены, сказка о микробах.

ПРАКТИКА: оздоровительная минутка, анализ ситуаций «Вода- наш лучший друг!» ,правило «Как правильно мыть руки», мини-сочинение. Деловая игра «Как быть здоровым»

5.2. Забота о глазах.

ТЕОРИЯ: беседа по теме «Глаза – главные помощники человека», «Строение глаза».

ПРАКТИКА: гимнастика для глаз, игра «Вредно – полезно», правила бережного отношение к зрению, изготовление стенгазеты «Глаза –главные помощники человека»

5.3. Чтобы уши слышали.

ТЕОРИЯ: Беседа по теме: « Уход за ушами», строение уха.

ПРАКТИКА: оздоровительная минутка, массаж ушей, правила ухода за ушами,

5.4. Чтобы зубы были здоровыми.

ТЕОРИЯ: беседа по теме «Здоровые зубы» , строение зуба.

ПРАКТИКА: игра «Угадай-ка», оздоровительная минутка, рисование «Зуб – замок», упражнение «Спрятанный сахар», практикум «Чистка зубов», сочинить сказку «Почему зубы болят».

5.5 Уход за руками и ногами человека.

ТЕОРИЯ: беседа по теме « Это полезно знать».

ПРАКТИКА: игра – соревнование «Мойдодыр», рисунок «Рабочие инструменты человека», правила ухода за ногтями.

5.6. Забота о коже человека.

ТЕОРИЯ: беседа по теме, «Это интересно».

ПРАКТИКА: игра «Угадай-ка», оздоровительная минутка, правила ухода за кожей, игра «Можно ли нельзя», правила оказания первой медицинской помощи, игра «Выбери ответ»

5.7. Как следует питаться.

Цель: популяризация основ здорового образа жизни (правильного питания)

ТЕОРИЯ: беседа по теме «Правильное питание», понятия: белки, жиры, углеводы, минеральные вещества.

ПРАКТИКА: оздоровительная минутка, упражнение «Продолжи рассказ», золотые правила питания, викторина «Что разрушает здоровье, что укрепляет.»

5.8. Вредные привычки.

ТЕОРИЯ: беседа по теме «Психоактивные вещества и влияние их организм человека.

ПРАКТИКА: игра «Да – нет», оздоровительная минутка, аргументы «за» и «против» употребления психоактивных веществ.

6. Формирование навыков ответственного поведения.

Давление группы.

ТЕОРИЯ: эффективные стратегии отказа, давление группы, понятия: лидер, ведомый.

ПРАКТИКА. Психогимнастика, групповая дискуссия, способы сопротивлению давлению сверстников.

Скажи «НЕТ».

ПРАКТИКА. Психогимнастика на сплочение, создание атмосферы доверия, ролевая игра «Три друга», упражнение «Скажи нет!», рисунок «Мое настроение сейчас».

Ответственное решение.

ПРАКТИКА. Мозговой штурм «Ответственное решение», ролевая игра «Мы», обсуждение ситуации из жизни.

Отказ.

ПРАКТИКА. Задание по подгруппам «Отказ», упражнение «Табу», упражнение «Принятия решения», методика аргументы «за» и «против» употребления психоактивных веществ.

7. Учусь понимать других.

7.1. Как научиться разговаривать с людьми.

ТЕОРИЯ. Понятие чувства, настроение.

ПРАКТИКА. упражнения, построенные на основе реальных жизненных ситуаций, задание «Выбери и выпиши фразы, которые ты используешь в разных ситуациях», работа в парах .

7.2.Что такое интонация.

ТЕОРИЯ. Аспект общения – интонация. Как интонационно изменить смысл произнесенной фразы.

ПРАКТИКА. Инсценировка сказки, построенной на диалоге разных героев. Упражнения «Интонация», «найди общий язык», «Тон делает фразу», игра «Испуганный ежик».

7.3.Как научиться преодолевать трудности вместе.

ТЕОРИЯ. Трудности общения.

ПРАКТИКА. Тест «Как я веду себя с окружающими», игра «Аплодисменты», «Поддержка», «Просьба», «Поймай мяч», «Сделаем вместе», «Отказ».

7.4.Как понять друг друга без слов.

ТЕОРИЯ. Понятие мимика, жесты.

ПРАКТИКА. Игры, инсценировки, обучающие детей общению с помощью жестов и мимики, разыгрывание сценок из знакомых сказок.

7.5.Для чего нужна улыбка.

ТЕОРИЯ. Улыбка, смех.

ПРАКТИКА. Прочитать отрывок из сказки Антуана де Сент-Экзюпери «Маленький принц», задание «Ситуации в которых тебе помогла улыбка».

7.6.Умеешь ли ты дружить.

ТЕОРИЯ. Друг, дружба.

ПРАКТИКА. Проиллюстрировать закон дружбы, расскажи о своем друге, пословице и поговорки о дружбе. Конкурс знатоков.

8. Формы и методы работы волонтеров по пропаганде ЗОЖ и первичной профилактике психоактивных веществ.

ТЕОРИЯ. Направления деятельности волонтерских объединений, основные формы и методы работы волонтеров по пропаганде ЗОЖ и первичной профилактике психоактивных веществ: обучающие, досуговые, консультативные, информационно-методические, совещательные.

ПРАКТИКА. Предложить идеи разнообразных акций помощи обществу силами подростков (помочь инвалидам, престарелым людям и ветеранам, школе, сохранить природу и чистоту города и др.)

8.1.Конструируем КТД.

ТЕОРИЯ. Понятия КТД, типы КТД, технология проведения КТД.

ПРАКТИКА. Ролевая игра «Конструируем КТД»: опыт, вариации, защита идей. Организация и проведение КТД

8.2.Анкетирование.

ТЕОРИЯ. Анкеты и их виды. Правила составления и проведения анкетирования, как правильно задавать вопросы.

ПРАКТИКА. Формирование навыка разработки диагностического инструментария. Разработка анкет и проведение анкетирования с целью определения у сверстников уровня мотивации и уровня сформированных навыков для профилактической деятельности; популярности волонтерской организации в образовательном учреждении; уровня негативного и позитивного отношения к злоупотреблению ПАВ среди подростков образовательного учреждения.

8.3.Массовые мероприятия.

ТЕОРИЯ. Виды массовых мероприятий. Типы массовых мероприятий. Технология проведения мероприятий. Конструирование. Подготовка. Проведение. Анализ. Как организовать мероприятие. От чего зависит выбор или разработка программы массового мероприятия. Определение и поиск необходимых материалов. Правила ведения дискуссии и диалога.

ПРАКТИКА. Проведение. Вовлечение, введение в сюжет мероприятия. Объяснение правил. Деление на команды, распределение ролей , роль ведущего. Заключение , подведение итогов, формы поощрения участников. Анализ организации мероприятия.

8.4.Игровые программы.

ТЕОРИЯ. Игровая программа, ее составные части, игротехнические требования к ней. Понятие конкурса. Виды конкурсов, приемы их создания. Технологии создания игровых программ.

ПРАКТИКА. Освоение и отработка технологии конструирования игровых программ. Написание сценария игровой программы.

9.Подготовка и проведение волонтерами профилактических занятий со сверстниками.

ТЕОРИЯ. Основные закономерности, формы и методы групповой работы. Правила проведения профилактических занятия по формированию навыков активного, здорового образа жизни по принципу «равный-равному».

ПРАКТИКА. Проведение занятий волонтерами , направленных на формирование навыков активного, здорового образа жизни у детей и подростков.

10. Промежуточная аттестация.

Теория: опрос

Практика: игровой практикум

Планируемые результаты первый год обучения

компетенция	Год обучения	Знания:	Умения:	Навыки:
Учебно-познавательная	1	<p>Теории, устава и кодекса волонтерского движения.</p> <p>Основных ценностей здорового образа жизни.</p> <p>Пагубного влияния психоактивных веществ на организм человека.</p> <p>Приемов эмоциональной саморегуляции.</p> <p>Форм и методов работы по пропаганде ЗОЖ.</p> <p>Разработки диагностического инструментария.</p>	<p>Самостоятельно делать гимнастику для глаз.</p> <p>Оказать первую медицинскую помощь.</p> <p>Аргументированного отказа в ситуации выбора.</p> <p>Сопротивляться негативному влиянию и при необходимости говорить «нет» в группе сверстников.</p> <p>Применять приемы саморегуляции.</p> <p>Конструирования и организации массовых мероприятий, игровых программ, КТД, анкетирования.</p>	<p>Личной гигиены.</p> <p>Бережного отношения к зрению.</p> <p>Уверенного и ответственного поведения, ведущих к активному образу жизни.</p> <p>Проведения группового занятия со сверстниками (при помощи педагога).</p>
Ценностно-смысловая	1	<p>Основ здорового и безопасного образа жизни, Установки на сохранение и укрепление здоровья через волонтерскую деятельность.</p> <p>Цели и миссии добровольческой деятельности.</p>	<p>Применять ЗОЖ в повседневной жизни.</p>	<p>Осознавать неразрывную связь здоровья с основной жизнедеятельностью человека.</p>

Информационная	1	Правил поиска информации при помощи реальных объектов и информационных технологий.	Искать информацию по заданию педагога для подготовки собственных выступлений по заданной теме с использованием материала из разных источников.	Использования реальных объектов и информационных технологий для поиска информации.
Коммуникативная	1	Правил ведения дискуссии и диалога Как правильно задавать вопросы. Командного взаимодействия, способов совместной деятельности.	Задавать вопросы, вести дискуссию и диалог. Слушать и понимать речь других, оформлять свои мысли в устной форме. Работать в команде с группой сверстников.	Коммуникативного взаимодействия в цепочке Лидер-Координатор – Ведомый. Позитивного отношения не только к себе, но и к окружающим людям.

Учебный план второй год обучения

№ п/п	Раздел, подраздел	Общее кол-во	в том числе		Формы контроля
			теория	практика	
1.	Вводное занятие.	4	2	2	Задание «Список чувств». Игра «Волшебный магазин».
2.	Развитие мотивов межличностных отношений у подростков. 2.1 Осознание себя. Внимание к поведению другого. Умение вести разговор.	6	3	3	
	2.2 Умение слушать. Люди значимые для меня. Работа с чувствами.	6	3	3	
	2.3 Необычный опыт общения. Осознание своих идеалов и различных черт.	6	3	3	
	2.4 Осознание мотивов межличностных отношений. Выражение чувств.	6	3	3	
	2.5 Чем мы обязаны другим? Чувства благодарности.	6	3	3	
3.	Актерское мастерство	20	10	10	Опрос
4	Навыки коммуникативности	16	8	8	Обратная связь. Методика по выявлению коммуникативных склонностей учащихся (Овчарова Р.В.).
5	Навыки ЗОЖ 5.1.Что такое хорошо и что такое плохо.	6	3	3	Игровая риск-весрия (энциклопедия ЗОЖ).
	5.2.Умей владеть собой	6	3	3	
	5.3.Чудо улыбки	6	3	3	
	5.4. Почему мы болеем	6	3	3	
	5.5.Как организм помогает себе сам.	6	3	3	
	5.6. Здоровый образ жизни	6	3	3	
	5.7.Как уберечься от порезов, ушибов, переломов.	6	3	3	
	5.8.Еще раз о витаминах	6	3	3	
	5.9.Твое питание.	6	3	3	
	5.10.Физическое здоровье человека.	6	3	3	
	5.11.Основы безопасной жизнедеятельности.	6	3	3	
	5.12.Как сберечь зеницу ока?	6	3	3	
	5.13.Физические упражнения и нагрузки	6	3	3	
	5.14.Безопасность при любой погоде	6	3	3	
	5.15.Правила безопасного поведения в доме, на улице, в транспорте.	6	3	3	
	5.16.Предосторожности при обращении с животными.	4	2	2	
6.	Групповое занятие «Волонтер – лидер».	18	9	9	Тест - опросник на выявление лидерских

					качеств.
7.	<i>Подготовка и проведение волонтерами профилактических занятий со сверстниками.</i>	30	15	15	Конспект, анализ проведенного мероприятия, отзыв участников занятия
8.	<i>Промежуточная аттестация.</i>	4	2	2	Опрос. игровой практикум.
Всего:		216	108	108	

Содержание учебного плана второго года обучения

1. Вводное занятие.

ТЕОРИЯ. Знакомство с правилами техники безопасности, обсуждение плана работы на год, знакомство участников программы друг с другом.

ПРАКТИКА. Игры и упражнения на сплочение коллектива.

2. Развитие мотивов межличностных отношений у детей и подростков.

Осознание себя. Внимание к поведению другого. Умение вести разговор.

ТЕОРИЯ: беседа по теме «Умение вести разговор», межличностное общение.

ПРАКТИКА. Упражнения «Части моего я», игры «Таможня», «Умение вести разговор», «Глаза в глаза».

Умение слушать. Люди значимые для меня. Работа с чувствами.

ТЕОРИЯ: понятия чувства, беседа по теме «Умение слушать»

ПРАКТИКА. Упражнения «Слушаем молча», «Значимые люди», «Список чувств», тест «Умение слушать».

Необычный опыт общения. Осознание своих идеалов и различных черт.

ТЕОРИЯ: понятия идеал, черты характера.

ПРАКТИКА. Упражнения «Спина к спине», «Мои идеалы», «Монстр», рефлексия.

Осознание мотивов межличностных отношений. Выражение чувств.

ТЕОРИЯ: понятие чувства, выражение чувств.

ПРАКТИКА. Упражнения «Мотивы наших поступков», «Чувства без слов», «Волшебный магазин», «Зеркало настроений».

Чем мы обязаны другим? Чувства благодарности.

ТЕОРИЯ: беседа по теме.

ПРАКТИКА. Упражнения «Горячее место», медитация.

3. Актерское мастерство.

ТЕОРИЯ. Введение в актерский тренинг, понятие темпо-ритма. Мизансцена, виды мизансцен. Понятие сценической речи. Основные навыки выступлений: внешний облик, речь, голос, интонация, жесты.

Манеры, поза. Произношение и артикуляция.

ПРАКТИКА. Упражнение на темпо-ритм, на произношение и артикуляцию. Сценические движения, умение работать с микрофоном.

4. Навыки коммуникативности

ТЕОРИЯ: Общение. Вербальные и невербальные средства общения. Условия эффективного общения. Использование невербальных средств для повышения эффективности общения. Конфликт и конфликтная ситуация. Типы конфликтов: случайный, истинный, подмененный, безатрибутивный, латентный (скрытый) и фальшивый. Понятие конфликтной личности. Признаки перехода от бесконфликтного поведения к конфликтному. Способы разрешения конфликтных ситуаций. Приемы аргументации. Поиск компромиссов. Способы эффективной передачи информации. Критика. Способы правильного реагирования на критику. Обращение за помощью. Поиск единомышленников.

ПРАКТИКА: Отработка навыков эмпатии, активного слушания, диалога, разрешения конфликтных ситуаций, выражения чувств, принятия решений (см Приложение 3). Определение признаков перехода от бесконфликтного поведения к конфликтному. Методика по выявлению коммуникативных склонностей учащихся (Овчарова Р.В.).

5. Навыки ЗОЖ.

5.1. Что такое хорошо и что такое плохо

ТЕОРИЯ: темы: жизнерадостный, искренний, настойчивый, правдивый, рассудительный. Положительные и отрицательные качества человека: гордыня, зависть, ленивость. Мудрые мысли.

ПРАКТИКА: задание «Какие качества украшают человека и какие являются порочными».

5.2. Умей владеть собой.

ТЕОРИЯ: понятия темы: уважение, внимательность, доброта, гнев, поведение, основа хороших взаимоотношений – уважения к людям. Умение уважать себя, членам семьи, другим людям. Курдская сказка «Три товарища» - поступок человека, достойный уважения.

ПРАКТИКА: «Дерево уважения», аукцион знаний.

5.3. Чудо улыбки

ТЕОРИЯ: понятия: улыбка, удовольствие, веселье. Значение улыбки в жизни человека. Отрывок из рассказа А.Сен – Экзюпери «Празднество души». Улыбка в твоём доме, школе, классе. Настроение и улыбка. Писатели и философы о радости и улыбки.

ПРАКТИКА: вопросы и задания «Улыбка – это здорово», рассказ об улыбке.

5.4. Почему мы бодем.

ТЕОРИЯ: беседа по теме, книга А.Лаптева «Тайна пирамиды здоровья», беседа «Как помочь больному, о профилактике болезней».

ПРАКТИКА: оздоровительная минутка, анализ ситуации из стихотворения С.Михалкова «Грипп», загадки о растениях, обладающих лечебными свойствами, игра – соревнование «Кто вперед», «Кто больше знает?»

5.5. Как организм помогает себе сам.

ТЕОРИЯ: беседа по теме «Режим дня», понятия: адаптация, режим дня.

ПРАКТИКА: тест «Умеешь ли ты готовить уроки», оздоровительная минутка, памятка «Как правильно готовить уроки».

5.6. Здоровый образ жизни.

ТЕОРИЯ: беседа по теме здоровый образ жизни, вредные привычки.

ПРАКТИКА: анализ ситуаций из стихотворения С.Михалкова «Разве что-то есть на свете», упражнение «Вставь пропущенное слово», оздоровительная минутка. Деловая игра «Мое здоровье - мое будущее».

Тест «Твое здоровье». Игровая риск-версия (энциклопедия ЗОЖ)

5.7. Как уберечься от порезов, ушибов, переломов.

ТЕОРИЯ: беседа по теме, анализ ситуаций.

ПРАКТИКА: памятка «Оказание первой медицинской помощи при порезах, ушибах, переломах», оздоровительные минутки.

5.8. Еще раз о витаминах.

ТЕОРИЯ: понятия: витамины, гиповитаминоз, аскорбиновая кислота, витамины А, В2, В1, Е, фолиевая кислота, характеристика целебного действия некоторых витаминов, суточная норма потребности человека в витаминах.

ПРАКТИКА: сообщение «О витаминах».

5.9. Твое питание.

Теория: основные понятия: витамины, углеводы, белки, полезные продукты.

ПРАКТИКА: составление меню на день, викторина «Полезно-неполезно».

5.10. Физическое здоровье человека.

ТЕОРИЯ: понятия темы: спорт, физкультура, закаливание. Положительное влияние физических упражнений и нагрузок, Спортивная секция – физическая нагрузка и преодоление собственной лени. Физическое здоровье – важнейшая составляющая пожизненного капитала человека. Закаливание и его значение. Правила закаливания. Природное чудо – холодная вода. Правила личной гигиены.

ПРАКТИКА: вопросы к обсуждению, как правильно проводить закаливание. Кроссворд «Здоровому все здорово».

5.11. Основы безопасности жизнедеятельности.

ТЕОРИЯ: понятия темы: уравновешенность, целеустремленность, открытость, общительность. Причины и факторы и поводы употребления психоактивных веществ. Стресс и его преодоление.

ПРАКТИКА: десять «нет» в преодолении стресса, упражнения на развития навыков общения.

5.12. Как сберечь зеницу ока?

ТЕОРИЯ: глаза- бесценный дар природы. Причины ухудшения зрения. Как сохранить и улучшить зрение. Как правильно смотреть телевизор. Компьютер и зрение. Афоризмы и высказывания.

ПРАКТИКА: зрительные гимнастики., памятки «Как смотреть телевизор и работать на компьютере».

5.13. Физические упражнения и нагрузки

ТЕОРИЯ: основные понятия: спорт, физкультура, закаливание, гигиена носа, чистка языка, мудрые мысли.

ПРАКТИКА: оздоровительная минутка, разработка памятки «Физические упражнения и нагрузки».

5.14. Безопасность при любой погоде

ТЕОРИЯ: беседа по теме, анализ ситуаций.

ПРАКТИКА: оздоровительная минутка, памятка «Помоги себе сам», загадки, памятка «Признаки солнечного ожога», «Правила поведения при грозе».

5.15. Правила безопасного поведения в доме, на улице, в транспорте.

ТЕОРИЯ: беседа по теме, анализ ситуаций.

ПРАКТИКА: памятка «Правила безопасного поведения в доме», оздоровительная минутка, игра «Светофор», памятка «Правила перехода на улице», «Правила безопасного поведения в транспорте».

5.16. Предосторожности при обращении с животными.

ТЕОРИЯ: беседа по теме «Это интересно!».

ПРАКТИКА: обсуждение стихотворения, памятка «Правила обращения с животными», оздоровительная минутка «Помоги себе сам».

6. Групповое занятие «Волонтер –лидер».

ТЕОРИЯ. 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 лидером, по способам взаимодействия с группой, по стилю взаимодействия. Основные лидерские качества. Лидер и его группа. Влияние членов группы на лидеров. Организация эффективной работы в группе.

ПРАКТИКА. Упражнения, направленные на формирование коммуникативных навыков участников, выработку навыков решения организаторских задач. Рекомендации по формированию качеств делового лидера. Тест - опросник на выявление лидерских качеств.

7. Подготовка и проведение волонтерами профилактических занятий со сверстниками.

ТЕОРИЯ. Основные закономерности, формы и методы групповой работы. Правила проведения профилактического занятия по формированию навыков активного, здорового образа жизни со сверстниками.

ПРАКТИКА. Проведение занятий волонтерами , направленных на формирование навыков активного, здорового образа жизни у детей и подростков.

8. Промежуточная аттестация.

Теория: опрос

Практика: игровой практикум

Планируемые результаты второй год обучения

компетенция	Год обучения	Знания:	Умения	Навыки:
Учебно-познавательная	2	<p>Положительных и отрицательных качеств, ценностей человека.</p> <p>Причин и признаков болезни человека, основных компонентов здорового образа жизни (питание, витамины, физическое здоровье и правила закаливания режима труда и отдыха).</p> <p>Правил безопасного поведения в доме, на улице, в транспорте, с животными.</p> <p>Представлений о лидере, социальной роли лидера.</p> <p>Средств и методов профилактической работы со сверстниками.</p>	<p>Делать оценку своих качеств.</p> <p>Владеть собой, разрешать собственные проблемы.</p> <p>Составлять режим дня и меню на день.</p> <p>Выполнять зрительные гимнастики самостоятельно.</p> <p>Применять физические нагрузки.</p> <p>Вести себя при грозе, жаркой и солнечной погоде.</p> <p>Конструирования и организации профилактических занятий со сверстниками.</p>	<p>Оказывать первую медицинскую помощь при порезах, ушибах, переломах.</p> <p>Безопасного поведения, сохранения и укрепления здоровья.</p> <p>Работы с микрофоном.</p> <p>Самостоятельного проведения группового занятия со сверстниками.</p>
Ценностно-смысловая	2	<p>Ценности здоровья, другого человека и себя самого.</p>	<p>Безвозмездно, бесплатно оказывать помощь окружающим людям.</p> <p>Выбирать целевые и смысловые установки для своих действий и поступков.</p>	<p>Бережного, ответственного отношения к своему здоровью.</p> <p>Осознания зависимости здоровья от собственного поведения и действий</p>

Информационная	2	Правил поиска информации из различных источников. Анализа, отбора и преобразования информации.	Самостоятельно искать, анализировать и отбирать необходимую информацию, организовывать. Преобразовывать, сохранять и передавать ее свои сверстникам через организацию и проведения профилактических занятий.	Использования различных источников для поиска информации
коммуникативная	2	Мотивов межличностных отношений Публичных выступлений: внешний облик, речь, голос, интонация, жесты, манеры, поза.	Воспринимать другие мнения, строить конструктивные отношения со сверстниками и взрослыми, представлять себя, формулировать собственные мнения и позицию, самостоятельной работы с группой.	Эмпатии, активного слушания, диалога, выражения чувств, принятия решени. Публичных выступлений, доброжелательного общения.

Учебный план третий год обучения

№ п/п	Раздел, подраздел	Обще е кол- во	в том числе		Формы контроля
			теори я	практик а	
1.	<i>Вводное занятие.</i>	2	2	2	
2.	<i>Волонтер –организатор.</i>	24	12	12	Опрос
3.	<i>Учусь общаться.</i> 3.1.Что вы знаете друг о друге.	10	5	5	Заполнение Тест «Черты характера». Таблица «Необычное увлечение».
	3.2.Как научиться жить дружно.	8	4	4	Конкурс знатоков.
	3.3.Какой у тебя характер.	6	3	3	
	3.4.Как сказать нет и отстоять свое мнение.	6	3	3	
4	<i>Практика использования игры в групповых занятиях со сверстниками.</i> 4.1.Основные правила групповой работы.	10	5	5	Оформление памятки.
	4.2.Создание работоспособности в группе.	6	3	3	Игры «Ассоциации»
	4.3.Знакомство через игру на групповом занятии.	6	3	3	Игра «Дальние коммуникации»
	4.4.Освоение пространства как метод создания групповой атмосферы.	6	3	3	Игра «Ветер дует...»
	4.5.Игровые методы развития эмпатии.	6	3	3	
	4.6.Игровые методы повышения уровня взаимодействия.	6	3	3	Игра «Авиакатастрофа»
	4.7. Игровые методы концентрации внимания.	6	3	3	
	4.8.Игры и упражнения на снятия агрессии.	6	3	3	
	4.9.Формы работы с залом.	12	6	6	
5	<i>Я и другие.</i>	12	6	6	словарь «Невербального

	5.1.Средства передачи информации в общении.				общения»
	5.2.Впечателние о человеке: закономерности развития.	6	3	3	
	5.3.Механизмы понимания в общении.	6	3	3	
	5.4.Группа и ее законы.	6	3	3	
	5.5. Личность и роль: обязателен ли конфликт?	6	3	3	
6	<i>Подготовка и проведение волонтерами профилактических занятий со сверстниками.</i>	56	28	28	Проведение профилактического занятия
7	<i>Промежуточная аттестация.</i>	4	2	2	Опрос. игровой практикум.
	<i>Итого</i>	216	108	108	

Содержание учебного плана третьего года обучения

1. Вводное занятие.

Теория: Знакомство с правилами техники безопасности,

Практика: обсуждение плана работы на год.

2. Волонтер – организатор.

ТЕОРИЯ. Понятие организаторской работы. Цель организаторской работы. Типы организаторов. Организатор – художник, организатор-мыслитель, организатор-практик. Стадии развития коллектива: песчаная россыпь, мягкая глина, мерцающий маяк, алый парус, горящий факел. Стили работы организаторов. Обеспечение работы (условия, средства, исполнители). Планирование работы и распределение ролей. Оперативное руководство (согласование, учет, контроль). Важные правила организаторской работы.

ПРАКТИКА. Опрос по данной теме. Игры и упражнения на развитие организаторских способностей.

3. Учусь общаться.

3.1. Что вы знаете друг о друге.

ТЕОРИЯ. Понятие адекватная самооценка.

ПРАКТИКА. Игра «Расскажи о себе», тест «Корректирующая проба», методика «Социометрия», Тест «Черты характера». Заполнение таблицы «Необычное увлечение».

3.2. Как научиться жить дружно.

ТЕОРИЯ. Причины возникновения ссор.

ПРАКТИКА. Проигрывание ситуаций из реальной жизни. Конкурс знатоков.

3.3. Какой у тебя характер.

ТЕОРИЯ. Сильные и слабые стороны характера. Характер. Анализ своих черт характера. Информационная справка «Черты характера».

ПРАКТИКА. Анализ конкретных примеров. Викторина «Черты характера».

3.4. Как сказать нет и отстоять свое мнение.

ТЕОРИЯ. Ситуации в которых нужно говорить нет и почему.

ПРАКТИКА. Критические ситуации, в которых нужно говорить нет. Игра «Да и нет – не говорите!»

4. Практика использования игры в групповых занятиях со сверстниками.

4.1. Основные правила групповой работы.

ТЕОРИЯ. Правила групповой работы.

ПРАКТИКА. Оформление памятки.

4.2. Создание работоспособности в группе.

ТЕОРИЯ. Что делать, чтобы настроить группу на работу здесь и сейчас.

ПРАКТИКА. Игры «Ассоциации», «Ладушки».

4.3. Знакомство через игру на групповом занятии.

ТЕОРИЯ. Методика проведения игр на знакомство.

ПРАКТИКА. Игры «Дальние коммуникации», «А я еду...»

4.4. Освоение пространства как метод создания групповой атмосферы.

ТЕОРИЯ. Принцип игр и упражнений на освоение территории.

ПРАКТИКА. Игры «Ветер дует...», «К.У.Б.О.У.».

4.5. Игровые методы развития эмпатии.

ТЕОРИЯ. Эмпатия.

ПРАКТИКА. Игры и упражнения на развитие эмпатии.

4.6. Игровые методы повышения уровня взаимодействия.

ТЕОРИЯ. Понятие взаимодействие в группе.

ПРАКТИКА. Игры «Авиакатастрофа», «Два автобуса».

4.7. Игровые методы концентрации внимания.

ТЕОРИЯ. Понятие внимание, концентрация внимания.

ПРАКТИКА. Игры «Печатающая машинка», «Муха».

4.8. Игры и упражнения на снятия агрессии.

ТЕОРИЯ. Причины возникновения в группе агрессивного состояния.

ПРАКТИКА. Игры и упражнения «Бумажный бум», «А ну-ка, почесы мне спину», «Верблюд».

4.9. Формы работы с залом.

ТЕОРИЯ. Знания, умения, навыки для работы с залом.

ПРАКТИКА. Игры «Аквариум», «Звездный дождь», «Лети, лети по небу шар» и т.д. Самостоятельная работа «Игровая деятельность».

5. Я и другие.

5.1. Средства передачи информации в общении.

ТЕОРИЯ. Общение. Вербальные и невербальные средства передачи информации в общении.

ПРАКТИКА. Диалог – щебетание, абсурдный диалог, словарь «Невербального общения», упражнения в парах, вопросы для самопознания.

5.2. Впечатления о человеке: закономерности развития.

ТЕОРИЯ. Впечатления о человеке, анкетные данные, стереотипы, которые влияют на восприятие.

ПРАКТИКА. Игра «Интуиция», упражнения на развитие навыков понимания людей, вопросы для самопознания.

5.3. Механизмы понимания в общении.

ТЕОРИЯ. Механизмы понимания в общении.

ПРАКТИКА. Упражнения на взаимопонимания в разговоре, игровой тренинг бессловесного взаимопонимания, вопросы для самопознания.

5.4. Группа и ее законы.

ТЕОРИЯ. Законы группы, положение в группе, лидер, введомый.

ПРАКТИКА. Игра «Гомеостат», «Авария на Луне».

5.5. Личность и роль: обязателен ли конфликт?

ТЕОРИЯ. Конфликт, конфликты, связанные с выполнением ролей.

ПРАКТИКА. Анализ ролевых игр, игра «Уверенные, неуверенные, агрессивные ответы», вопросы для самопознания.

6. Подготовка и проведение волонтерами профилактических занятий со сверстниками.

ТЕОРИЯ. Основные закономерности, формы и методы групповой работы. Правила проведения практического занятия, мероприятия, КТД по формированию навыков активного, здорового образа жизни. Анкетирование.

ПРАКТИКА. Проведение занятий волонтерами ,направленных на формирование навыков активного, здорового образа жизни у детей и подростков.

7. Промежуточная аттестация.

Теория: опрос

Практика: проведение игрового практикума.

Планируемые результаты третий год обучения

компетенция	Год обучения	Знания:	Умения:	Навыки:
Учебно-познавательная	3	Цели, этапов организаторской работы, типов организаторов, стадий развития коллектива. Основных правил групповой работы, причины возникновения ссор. Понятия характер, многообразии черт характера. Правил и алгоритма проведения игр и упражнений на групповое взаимодействие.	Работы с группой сверстников. анализировать свои симпатии, привязанности. Отстаивать свое мнение и сопротивляться негативному влиянию со стороны взрослых и сверстников. Самостоятельно проводить игры и упражнения на групповое взаимодействие.	Организаторской работы успешной работы с аудиторией. Самостоятельного проведения групповых занятий и мероприятий по первичной профилактике ПАВ и пропаганде ЗОЖ со сверстниками.
Ценностно-смысловая	3	Ценности здоровья и его неразрывной связи со всей жизнедеятельностью человека.	Оценивать свое поведение и поступки для личного здоровья, учебы, отдыха, сочувствовать и сопереживать.	Добровольческой деятельности. Самостоятельно принимать решения и нести ответственность за свои поступки. Активного и сознательного отношения к своему здоровью и активному образу жизни.
Информационная	3	Правил поиска информации при помощи реальных объектов и информационных технологий.	Самостоятельно разрабатывать профилактические занятия для сверстников, используя	Овладение поиском и использованием информации из различных источников для

			различные источники информации.	организации и проведения профилактических занятий по принципу «равный-равному».
коммуникативная	3	Эффективных способов сотрудничества для успешной совместной деятельности.	Взаимопонимания в разговоре, организовать работу других, работать в одной команде на общий результат.	Работы в группе, владение различными социальными ролями в коллективе. Использования различных способов сотрудничества.

Оценочные материалы
Формы аттестации/контроля

Проводится промежуточный контроль (декабрь, май) заключается в оценке предметных знаний и умений, полученных учащимися. Проверка знаний проходит в форме опроса (теория) , практика- игрового практикума (самостоятельного проведение профилактического мероприятия, занятия, игры, беседы, КТД, игровой программы со сверстниками по популяризации активного здорового стиля жизни).

ПРОТОКОЛ
результатов промежуточной аттестации учащихся
за _____ учебный год

Название дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы

ФИО педагога _____

№ группы _____ Год обучения _____ Дата и время проведения _____

Форма проведения аттестации _____

№ п/п	Фамилия, имя учащегося	Уровень освоения программного материала	
		Уровень теоретических знаний	Уровень практических умений и навыков
1			
2			

Из них по результатам аттестации теоритических знаний показали:

- Высокий уровень _____ чел. _____ % от общего количества учащихся в группе.
- Средний уровень _____ чел. _____ % от общего количества учащихся в группе.
- Базовый уровень _____ чел. _____ % от общего количества учащихся в группе.

Из них по результатам аттестации практических умений и навыков показали:

- Высокий уровень _____ чел. _____ % от общего количества учащихся в группе.
- Средний уровень _____ чел. _____ % от общего количества учащихся в группе.
- Базовый уровень _____ чел. _____ % от общего количества учащихся в группе.

Всего аттестовано _____ учащихся.

По результатам промежуточной аттестации за год _____ учащихся переведены на следующий год обучения.

По результатам промежуточной аттестации _____ учащихся окончили обучение по программе.

Педагог дополнительного образования: _____ / _____ /

Перечень теоретических вопросов и практических заданий аттестации учащихся по полугодиям обучения.

1 год обучения

Перечень теоретических вопросов для промежуточной аттестации учащихся за 1 полугодие

1. Кто такой волонтер?
2. Цели и миссия волонтерского движения.
3. Перечислите социально-полезную деятельность волонтеров.
4. Просьба. Умение ее высказывать.
5. Принципы разрешения споров в команде.
6. Формы выражения уверенного поведения.

Перечень теоретических вопросов для промежуточной аттестации учащихся за 2 полугодие

1. Назовите 5 органов чувств человека.
2. Что влияет на ухудшение зрения.
3. Назовите главную причину нарушения осанки.
4. Правила бережного отношения к зрению
5. Сколько раз в день надо чистить зубы, правила ухода за зубами.
6. Что нужно делать, если возникла зубная боль.
7. Какие функции выполняет кожа?
8. Без какого органа нельзя было бы видеть, слышать, ощущать запах, вкус?
9. В каких продуктах больше всего содержится витамина С.
10. Перечислите продукты полезные для здоровья.
11. Перечислите золотые правила питания.
12. Как влияют вредные привычки на организм человека.
13. Что помогает не следовать вредным для здоровья привычкам?
14. Виды массовых мероприятий.
15. Правила составления и проведения анкетирования.

2 год обучения Вопросы к промежуточной аттестации за 1 полугодие.

1. Перечислите правила активного слушателя.
2. Виды мизансцен.
3. Перечислите основные навыки выступления на сцене.
4. Что такое общение?
5. Вербальные и невербальные средства общения.
6. Закончи фразу «Здоровье-это...»
7. Правила рационального питания.
8. Эффективные способы передачи информации.

Вопросы к промежуточной аттестации за 2 полугодие.

- 1.Правила сценической речи.
- 2.Режим дня школьника.
3. Оказание первой медицинской помощи при порезах, ушибах.
- 4.Значения физических упражнений и нагрузок в жизни человека.
- 5.Правила закаливания.
- 6.Влияние стресса на организм человека.
- 7.Правила работы на компьютере.
- 8.Значение осанки в жизни человека.
9. Правила безопасного поведения на улице, в транспорте, дома.
- 10.Предосторожности при обращении с животными.
11. Кто такой лидер? Основные лидерские качества.
12. Формы и методы групповой работы.
13. Правила проведения групповых занятий со сверстниками.

3 год обучения

Перечень теоретических вопросов для промежуточной аттестации учащихся за 1 полугодие

- 1.Вспомни и напиши, какие черты характера выражают отношение человека к самому себе?
2. Вспомни и напиши, какие черты характера выражают отношение человека к другим людям?
3. Вспомни и напиши, какие черты характера выражают отношение человека к делу?
- 4.Перечислите типы организаторов.
- 5.Перечислите стадии развития коллектива (1 из стадий объясните).
- 6.Правила групповой работы.
- 7.Что такое эмпатия. Перечислите игры на развитие эмпатии.
- 8.Методика проведения игр на знакомство.
- 9.Правила работы с залом.

Перечень теоретических вопросов для промежуточной аттестации учащихся за 2 полугодие

- 1.Кто такой волонтер?
- 2.Цели и миссия волонтерского движения.
3. Перечислите социально-полезную деятельность волонтеров.
- 4.Назовите 5 органов чувств человека.
- 5.Перечислите золотые правила питания.
- 6.Как влияют вредные привычки на организм человека.
- 7.Правила сценической речи.
- 8.Режим дня школьника.
9. Оказание первой медицинской помощи при порезах, ушибах.
- 10.Значения физических упражнений и нагрузок в жизни человека.
- 11.Правила закаливания.

12. Влияние стресса на организм человека.
13. Правила работы на компьютере.
14. Значение осанки в жизни человека.
15. Правила безопасного поведения на улице, в транспорте, дома.
16. Предосторожности при обращении с животными.
17. Кто такой лидер? Основные лидерские качества.
18. Формы и методы профилактической работы.
19. Правила проведения групповых занятий со сверстниками.
20. Правила работы с залом.
21. Законы группы.

Практическое задание

Промежуточная аттестация 1 полугодие первого года обучения

Оценка практических умений и навыков учащихся проходит в форме игрового практикума, который включает в себя : самостоятельного проведение профилактического занятия со сверстниками по популяризации активного здорового стиля жизни .

Промежуточная аттестация 2 полугодие первого года обучения

Игровой практикум, который включает в себя : самостоятельного проведение профилактического мероприятия со сверстниками по популяризации активного здорового стиля жизни .

Промежуточная аттестация 1 полугодие второго года обучения

Игровой практикум, который включает в себя : самостоятельного проведение профилактической игры со сверстниками по популяризации активного здорового стиля жизни .

Промежуточная аттестация 2 полугодие второго года обучения

Игровой практикум, который включает в себя : самостоятельного проведение профилактической беседы со сверстниками по популяризации активного здорового стиля жизни .

Промежуточная аттестация 1 полугодие третьего года обучения

Игровой практикум, который включает в себя : самостоятельного проведение КТД(коллективно-творческое дело) со сверстниками по популяризации активного здорового стиля жизни .

Промежуточная аттестация 2 полугодие третьего года обучения

Игровой практикум, который включает в себя : самостоятельного проведение игровой профилактической программы со сверстниками по популяризации активного здорового стиля жизни .

Критерии оценивания теоретических знаний и практических навыков.

Критерии оценки теоретического материала:

Высокий уровень:

- учащийся ответил на 90% вопросов, приводит примеры, хорошо ориентируется в материале.

Средний уровень:

- учащийся ответил на 70% вопросов, отвечает на дополнительные вопросы.

Базовый уровень:

- учащийся ответил на 40% вопросов.

Критерии оценки практических навыков:

Высокий уровень:

- самостоятельно проводит профилактическое мероприятие со сверстниками по популяризации активного здорового стиля жизни.
- знает основные средства и методы профилактической работы со сверстниками.
- осознанно употребляет специальные термины в полном соответствии с их содержанием.
- умеет работать с группой.

Средний уровень:

- проводит профилактическое мероприятие со сверстниками по популяризации активного здорового стиля жизни при поддержке педагога или других учащихся .
- знает основные средства и методы профилактической работы со сверстниками.
- умеет работать с группой при поддержке педагога или других учащихся.
- не полностью владеет специальной терминологией.

Базовый уровень:

- не может самостоятельно или с помощью педагога ,других учащихся провести профилактическое мероприятие со сверстниками по популяризации активного здорового стиля жизни.
- не владеет методами и приемами работы с группой.
- знает отдельные определения.

Коммуникативная компетентность отслеживается при помощи теста оценки коммуникативных умений.

Тест оценки коммуникативных умений

Вариант I.

Инструкция: Отметьте ситуации, которые вызывают у вас неудовлетворение, досаду, раздражение при беседе с любым человеком — будь то ваш товарищ, сослуживец, непосредственный начальник, руководитель или просто случайный собеседник.

Варианты ситуаций.

1. Собеседник не дает мне шанса высказаться, у меня есть, что сказать, но нет возможности вставить слово.
2. Собеседник постоянно прерывает меня во время беседы.
3. Собеседник никогда не смотрит в лицо во время разговора, и я не уверен, слушает ли он меня.
4. Разговор с таким партнером часто вызывает чувство пустой траты времени.
5. Собеседник постоянно суетится, карандаш и бумага занимают его больше, чем мои слова.
6. Собеседник никогда не улыбается. У меня возникает чувство недовольства и тревоги.
7. Собеседник постоянно отвлекает меня вопросами и комментариями.
8. Что бы я ни сказал, собеседник всегда охлаждает мой пыл.
9. Собеседник всегда старается опровергнуть меня.
10. Собеседник передергивает смысл моих слов и вкладывает в них другое содержание.
11. Когда я задаю вопрос, собеседник заставляет меня защищаться.
12. Иногда собеседник переспрашивает меня, делая вид, что не расслышал.
13. Собеседник, не дослушав до конца, перебивает меня лишь затем, чтобы согласиться.
14. Собеседник при разговоре сосредоточенно занимается посторонним: играет сигаретой, протирает стекла и т. д., и я твердо уверен, что он при этом невнимателен.
15. Собеседник делает выводы за меня.
16. Собеседник всегда пытается вставить слово в мое повествование.
17. Собеседник всегда смотрит на меня очень внимательно, как говорят, не мигая.
18. Собеседник смотрит на меня, как бы оценивая. Это меня беспокоит.
19. Когда я предлагаю что-нибудь новое, собеседник говорит, что он думает так же.
20. Собеседник переигрывает, показывая, что интересуется беседой, слишком часто кивает головой, ахает и поддакивает.
21. Когда я говорю о серьезном, собеседник вставляет смешные истории, шуточки, анекдоты.
22. Собеседник часто глядит на часы во время разговора.
23. Когда я вхожу в кабинет, он бросает все дела и все внимание обращает на меня.

24. Собеседник ведет себя так, будто я мешаю ему делать что-нибудь важное.

25. Собеседник требует, чтобы все соглашались с ним. Любое его высказывание завершается вопросом: «Вы тоже так думаете?» или «Вы с этим несогласны?»

Обработка и интерпретация результатов.

Подсчитайте процент ситуаций, вызывающих у вас досаду и раздражение.

70% — 100% — вы плохой собеседник. Вам необходимо работать над собой и учиться слушать.

40%—70% — вам присущи некоторые недостатки. Вы критически относитесь к высказываниям. Вам еще недостает некоторых достоинств хорошего собеседника, избегайте поспешных выводов, не заостряйте внимание на манере говорить, не притворяйтесь, не ищите скрытый смысл сказанного, не монополизируйте разговор.

10%—40% — вы хороший собеседник, но иногда отказываете партнеру в полном внимании. Повторяйте вежливо его высказывания, дайте ему время раскрыть свою мысль полностью, приспособляйте свой темп мышления к его речи и можете быть уверены, что общаться с вами будет еще приятнее.

0 %— 10% — вы отличный собеседник. Вы умеете слушать. Ваш стиль общения может стать примером для окружающих.

Вариант II.

Инструкция: «На 10 вопросов следует дать ответы, которые оцениваются»:

«почти всегда» — 2 балла;

«в большинстве случаев» — 4 балла;

«иногда» — 6 баллов;

«редко» — 8 баллов;

«почти никогда» — 10 баллов.

Информационная компетентность отслеживается при помощи диагностики.

Диагностика уровня сформированности информационной компетенции у учащихся проводится при помощи методики

Цель: определить уровень развития информационной компетенции.

Формирование информационной компетенции включает в себя освоение таких способов деятельности, как планирование информационного поиска, извлечение необходимой информации и обработку полученной, что входит в основные компоненты учебно-информационных умений.

На каждого ученика заводятся индивидуальные карты уровня сформированности информационной компетенции, в которых фиксируются учебно-информационные умения учащегося.

Критерии оценки:

Высокий уровень: сформированы все компоненты,

Средний уровень: сформированы 2-3 компонента,

Низкий уровень: не сформированы, либо сформирован 1 компонент.

№ п/п	Ф.И.О. ребенка	Умение планировать поиск информации	Умение извлекать информацию	Умению обрабатывать информацию	Умения вычленять необходимую информацию	Общая оценка

Условия реализации дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы (описание материально-технической базы объединения).

Для организации обучения по программе необходимы следующие материально-технические средства:

- учебный кабинет, оборудованный столами и стульями,
- демонстрационная доска;
- таблицы, схемы, памятки;
- учебная литература;
- компьютер;
- ксерокс;
- принтер;
- проектор,
- канцтовары;
- расходные материалы для компьютерной и множительной техники.

Методическое обеспечение программы первый год обучения

№ п/п	Раздел, тема	Обеспечение методическими видами продукции	Рекомендации по проведению практических занятий	Дидактический и лекционный материал
1.	Вводное занятие. Знакомство.	Тематическая подборка «Игры на знакомство (приложение 8), «Игры на сплочение детей» (приложение 6).		Инструкции по ОТ.
2.	Определение понятия «волонтерство». 2.1. Цели и миссия волонтерского движения.	Тематическая подборка «Волонтерство как форма общественного движения» (3.4). Сюжетно-ролевой игра.	Рекомендации по проведению анкетирования «Я – доброволец». Рекомендации по проведению сюжетно-ролевой игра.	Мультимедийные презентации «Наше здоровье в наших руках», «Волонтеры Удмуртии». «Роль РДМОО», «Волонтеры Удмуртии».
	2.2. Знакомство с Уставом и Кодексом волонтеров. Форма, атрибуты, логотип волонтерского отряда.	Методическое пособие «В помощь руководителю волонтерского отряда» (3.4) Сценарий «Посвящение в волонтеры»(13).	Мастер-класс «Выбор символики волонтерского отряда». Рекомендации по оформлению портфолио.	Гимн РДМОО «Волонтеры Удмуртии», волонтерского движения за ЗОЖ города Ижевска. Логотип волонтерского движения города Ижевска. Схема «Направления деятельности волонтеров», плакат «Форма волонтерского отряда». Памятка волонтеру, организующему посвящение в

				волонтеры за ЗОЖ (13, стр.110)
3.	Командообразование.	Тематическая подборка «Игры на формирование команды» (9,12) (приложение9,12,13).	Рекомендации по проведению игры на командообразовании.	Схема « Роли в команде».
4.	Развитие способности к самопознанию и уверенности в себе. 4.1.Представление об уверенном, неуверенном и грубом поведении.	Беседа: Развитие способности к самопознанию и уверенности в себе. Сценарий занятий (15. стр.18-20). Игра «Зеркало настроений».	Особенности при разборе проблемных ситуации. Рекомендации по проведению игры «Зеркало настроений».	Лекционный материал «Развитие способности к самопознанию и уверенности в себе.» Плакат «Правила групповой работы».
	4.2 Что я хочу рассказать о себе. Невербальные формы уверенного, неуверенного и грубого поведения.	Сценарий занятий (22стр.20-21). Тематическая подборка «Игры-разминки»	Особенности проведения «Игры-разминки».	Таблица «Уверенное, неуверенное, грубое поведение».
	4.3.Как наша уверенность и неуверенность зависит от других людей. Чувство собственного достоинства.	Сценарий занятий (22 стр.21-23). Сценарий игровой профилактической программы «Все цвета, кроме черного» по популяризации психологического здоровья (13, стр.12)	Рекомендации при проведении игры «Мой портрет в лучах солнца». Особенности заполнения: Анкета УАЗ (уверенное, агрессивное,	Анкета УАЗ (уверенное, агрессивное, застенчивое поведение) А.Г.Грецова.

		Игра «Мой портрет в лучах солнца».	застенчивое поведение) А.Г.Грецова.	
	4.4 Мои права и права других людей.	Сценарий занятий (22 стр.25-27).	Требования к разработке декларации прав.	Дидактическая настольная игра «Мои права».
	4.5 Просьба. Умение ее высказать. Умение отвечать отказом на просьбы.	Сценарий занятий (22 стр.27-30).	Творческое задание «Пирог с начинкой».	
	4.6. Я в своих глазах и в глазах других людей.	Сценарий занятий (22 стр.30-32). Игра «Кошка, собака».	Особенности проведения: Методика КОС. Условия игры «Кошка, собака».	
	4.7 Я для себя, я для других. Обида.	Сценарий занятий (22стр.32-34).		
	4.8.Наши чувства, желания, настроение. Игра «Стой! Подумай! Действуй!»	Сценарий занятий (22стр.36-37). Подборка упражнений на отработку навыков выражения чувств и эмоций(приложени1).		Дидактическая игра «Стоп! Подумай! Действуй!».
5.	Навыки ЗОЖ. 5.1.Дружи с водой.	Сценарии занятий (17). Сценарий игровой программы «Вода наш лучший друг». Методические рекомендации по проведению игровых профилактических программ.	Требования к написанию мини-сочинения. Правила игры - путешествие «Я и мой организм» (14, стр.12). особенности проведения деловой игры «Как	Плакат «Как правильно мыть руки». Дидактическая игра «Вредно - полезно».

			быть здоровым» (приложение 11).	
5.2.Забота о глазах.	Сценарии занятий (17).	Правила проведения «Гимнастики для глаз». Основные правила изготовления стенгазеты «Глаза – главные помощники человека».	Таблица «Строение глаза». Игра «Вредно-полезно». Памятка «Правила бережного отношения к глазам».	
5.3.Чтобы уши слышали	Сценарии занятий (17).	Рекомендации при проведении массажа ушей, оздоровительной минутки.	Плакат «Строение уха». Памятка «Правила ухода за ушами».	
5.4.Чтобы зубы были здоровыми.	Сценарии занятий (17). Сценарий игровой профилактической программы «Будь здоров!» (13, стр.74)	Рекомендации при проведении «Игры «Угадай-ка». Особенности проведения оздоровительной минутки. Практикум «Чистим зубы». Основные правила «Сказка-инсценировки «Почему зубы болят».	Плакат «Строение зуба», Памятка «Правила ухода за зубами.»	
5.5.Уход за руками и ногами человека.	Сценарии занятий (17).	Правила выполнения Рисунка «Рабочие инструменты человека».	Схема «Правила ухода за ногтями».	

			Особенности проведения игры – соревнование «Мойдодыр».	
5.6.Забота о коже человека.	Сценарии занятий (17). Сценарий игровой профилактической программы «Дом, в котором мы живем» (13, стр.16)	Рекомендации при проведении игры «Угадай-ка», особенности проведения оздоровительной минутки. Правила Игры «Выбери ответ»	Памятка «Правила ухода за кожей», дидактическая игра «Можно ли нельзя», памятка «Правила оказания первой медицинской помощи.»	
5.7.Как следует питаться.	Сценарий игровой программы «Разговор о правильном питании».	Рекомендации при проведении оздоровительной минутки, правила выполнения упражнения «Продолжи рассказ». Особенности анкетирования «А ты ведешь ЗОЖ?» (13, стр.89). Правила Игры по станциям «Поговорим о правильном питании» (14,стр.21), рекомендации при проведении викторины «Что разрушает здоровье, что	Мультимедийная презентация «Анти Фаст Фуд». Схема «Понятия: белки, жиры, углеводы, минеральные вещества». Памятка «Золотые правила питания». ММП «Правила питания»	

			укрепляет»	
	5.8.Вредные привычки.	Тематическая подборка «Влияние психоактивных веществ на организм человека» (16,17,24,25). Положение по наглядной агитации. Сценарий игровой профилактической программы по профилактике употребления ПАВ и пропаганде ЗОЖ «Цветок здоровья»914, стр.30)	Правила проведения оздоровительной минутки, рекомендации при проведении игры «Да – нет», особенности проведения методики оценки ситуации по выявлению факторов риска и защиты от наркотиков (24). Аргументы «за» и «против» употребления психоактивных веществ. Правила заполнения «Анти табачный кроссворд» (19, стр.62). Правила изготовления «Буклеты по пропаганде ЗОЖ и первичной профилактике ПАВ.»	Мультимедийная презентация «Лекции для детей».
б.	Формирование навыков ответственного поведения.	Тематическая подборка «Формирование навыков ответственного поведения» (3,4,23)	Особенности проведения «Психогимнастики», рекомендации	Схема «Эффективные стратегии отказа», Таблица «Способы

6.1. Давление группы.			при проведении групповой дискуссии.	сопротивлению давлению сверстников».
6.2. Скажи «НЕТ».	Тематическая подборка «Формирование навыков ответственного поведения» (3,4,23). Подборка игр на отработку отказа от предлагаемых ПАВ (приложение 4).	Рекомендации при проведении «Психогимнастика на сплочение, создание атмосферы доверия, правила проведения : Ролевой игры «Три друга», упражнения «Скажи нет!».		плакат «Мое настроение сейчас».
6.3. Ответственное решение.	Тематическая подборка «Формирование навыков ответственного поведения» (3,4,23)	Обсуждение ситуации из жизни, особенности проведения ролевой игры «Мы». Правила проведения Мозгового штурма «Ответственное решение».		Схема «Мозгового штурма»
6.4. Отказ.	Положение по социальной рекламе. Подборка упражнений на принятие решений в проблемных ситуациях (приложение 2).	Рекомендации при проведении упражнения «Табу», «Принятия решения». Особенности проведения Методики аргументы «за» и «против» употребления		Программированное задание по подгруппам «Отказ».

			психоактивных веществ.	
7.	Учусь понимать других. 7.1. Как научиться разговаривать с людьми.	Сценарии занятий (2). Подборка упражнений на отработку навыков выражения чувств и эмоций (приложение 1)	Рекомендации при проведении «Упражнения, построенные на основе реальных жизненных ситуаций», правила выполнения задания «Выбери и выпиши фразы, которые ты используешь в разных ситуациях», работа в парах	
	7.2. Что такое интонация.	Сценарии занятий (2)	Особенности проведения «Инсценировки сказки», построенной на диалоге разных героев. Правила проведения Упражнения «Интонация», «Найди общий язык», игра «Испуганный ежик».	Дидактическая игра «Тон делает фразу».
	7.3. Как научиться преодолевать трудности вместе.	Сценарии занятий (2)	Особенности работы с «Тестом «Как я веду себя с окружающими»».	
	7.4. Как понять	Сценарии занятий	Разыгрывание	

	друг друга без слов.	(2).Подборка игр и упражнений на коммуникацию (приложение 3)	сценок из знакомых сказок. Рекомендации при проведении «Игры, инсценировки, обучающие детей общению с помощью жестов и мимики».	
	7.5.Для чего нужна улыбка.	Сценарии занятий (2)		Программированное задание «Ситуации в которых тебе помогла улыбка».
	7.6.Умеешь ли ты дружить.	Сценарии занятий (2)	Проиллюстрировать закон дружбы, расскажи о своем друге, пословице и поговорки о дружбе. Правила проведения «Конкурса знатоков».	
8.	Формы и методы работы волонтеров по пропаганде ЗОЖ и первичной профилактике употребления психоактивных веществ. 8.1.Конструируем КТД.	Тематическая подборка «Формы и методы работы волонтеров» (3,4)	Требования к разработке акций. Идеи разнообразных акций помощи обществу силами подростков (помочь инвалидам, престарелым людям и ветеранам, школе, сохранить природу и чистоту	Схема «Направления деятельности волонтерских объединений», «Основные формы и методы: обучающие, досуговые, консультативные, информационно-методические, совещательные».

			города и др.). Организация и проведение КТД. Рекомендации при проведении деловой игры «Конструируем КТД»: опыт, вариации, защита идей.	
8.2. Анкетирование	Тематическая подборка «Формы и методы работы волонтеров» (3,4)	Разработка анкет и проведение анкетирования с целью определения у сверстников уровня мотивации и уровня сформированных навыков для профилактической деятельности; популярности волонтерской организации в образовательном учреждении; уровня негативного и позитивного отношения к злоупотреблению ПАВ среди подростков образовательного учреждения.	Схема «Анкеты и их виды». Памятка «Правила составления и проведения анкетирования».	
8.3. Массовые мероприятия	Сценарии акций «Подари себе жизнь». Сценарий	Разработка и проведение	Схема «Типы массовых мероприятий».	

		спортивно-оздоровительной игры «Будь здоров». Сценарий агитбригады (13, стр.95). сценарий акции, посвященный Международному дню борьбы со СПИДом.(13, стр.99)	массового мероприятия.	
	8.4.Игровые программы.	Сценарии игровых профилактических программ.(13,14.15) Положение о конкурсе игровых профилактических программ «Играйте на здоровье!»	Написание сценария игровой программы.	памятка «Технологии создания игровых программ.» Видеоматериал «8 Межрегиональный конкурс детского творчества «Ребячьи забавы»(игровые программы).
9.	Подготовка и проведение волонтерами профилактических занятий со сверстниками.	Сценарии акций, игровых программ, групповых занятий, профилактических мероприятий. (3.4,19). Тематическая подборка «Серия игр по профилактике для подростков» (4). Сборник методических материалов деятельности волонтерских отрядов за ЗОЖ (13,14,15).	Проведение занятий волонтерами, направленных на формирование навыков активного, здорового образа жизни у детей и подростков.	Таблица «Основные закономерности, формы и методы групповой работы.» Памятка «Правила проведения группового занятия.» Видеоматериал «8 Межрегиональный конкурс детского творчества «Ребячьи забавы»(игровые программы).
10.	Промежуточная аттестация		правила проведения опроса и игрового практикума.	

Методическое обеспечение программы второй год обучения

№ п/п	Раздел, тема	Обеспечение методическими видами продукции	Рекомендации по проведению практических занятий	Дидактический материал
1.	Вводное занятие.	Подборка игр на сплочение коллектива(приложение б)	Планирование на год игры на сплочение коллектива.	Инструкции по ОТ.
2.	Развитие мотивов межличностных отношений у подростков. 2.1 Осознание себя. Внимание к поведению другого. Умение вести разговор.	Сценарий занятий (22). Подборка игр на общение.	Рекомендации при проведении «Упражнения «Части моего я», правила игры «Таможня», «Глаза в глаза».	Плакат «Правила групповой работы». Дидактическая игра «Умение вести разговор».
	2.2 Умение слушать. Люди значимые для меня. Работа с чувствами.	Сценарий занятий (22). Подборка игр на эмпатию.	Особенности проведения Упражнения «Слушаем молча», «Значимые люди», «Список чувств», тест «Умение слушать».	Плакат «Правила групповой работы».
	2.3 Необычный опыт общения. Осознание своих идеалов и различных черт.	Сценарий занятий (22).	Рекомендации при проведении: Упражнения «Спина к спине», «Мои идеалы», «Монстр», рефлексия.	Плакат «Правила групповой работы».
	2.4 Осознание мотивов межличностных отношений. Выражение чувств.	Сценарий занятий (22). Подборка игр на выражение чувств (приложение1)	Правила проведения: Упражнения «Мотивы наших поступков», «Чувства без слов», «Волшебный магазин», «Зеркало	Плакат «Правила групповой работы».

			настроений».	
	2.5 Чем мы обязаны другим? Чувства благодарности.	Сценарий занятий (22).	Рекомендации при проведении: Упражнения «Горячее место», медитация.	Плакат «Правила групповой работы».
3.	Актерское мастерство	Тематическая подборка «Актерский тренинг». Подборка игр на развитие сценической речи, воображения (26). Сценарий «Конкурса актерского мастерства» (13, стр.103). Сценарий занятия по сценической речи (14. стр. 54).	Особенности при проведении: Упражнение на темпоритм, на произношение и артикуляцию. Отработка навыков: Сценические движения, умение работать с микрофоном.	Схема « Виды мизансцен». Видеоматериал «8 Межрегиональный конкурс детского творчества «Ребячьи забавы»(спектакли) .
4.	Навыки коммуникативности и	Сценарии занятий (20). Подборка игр и упражнений на развитие навыков коммуникативного общения (приложение 3)	Определение признаков перехода от бесконфликтного поведения к конфликтному. Особенности при работе с: Методикой по выявлению коммуникативных склонностей учащихся (Овчарова Р.В.).	Схема «Разрешения конфликтных ситуаций», «Принятия решений»
5.	Навыки ЗОЖ 5.1.Что такое хорошо и что такое плохо.	Положение о конкурсе «Проба пера». Сценарий занятий (17).	Рекомендации при выполнении задания «Какие качества украшают человека и какие являются порочными».	Таблица «Положительные и отрицательные качества человека». Мудрые мысли.
	5.2.Умей владеть собой	Сценарий занятий (17). Сценарий игровой	Рекомендации при проведении Игры	.

		программы «Улыбнись!» .Курдская сказка «Три товарища».	«Дерево уважения». Правила проведения Аукциона знаний.	
5.3.Чудо улыбки	Сценарий занятий (17). А.Сен – Экзюпери «Празднество души». Писатели и философы о радости и улыбки.	Составить рассказ об улыбке. Вопросы и задания «Улыбка – это здорово».		
5.4. Почему мы боеем.	Тематическая подборка «Я – мой образ жизни, мое здоровье», книга А.Лаптева «Тайна пирамиды здоровья»	Правила проведения Оздоровительной минутки. Рекомендации при проведении :Игры «Кто больше знает?». Анализ ситуации из стихотворений, загадки о растениях, обладающих лечебными свойствами ,особенности проведения игры – соревнования «Кто вперед».		
5.5.Как организм помогает себе сам.	Сценарий занятий (17).	Правила выполнения Теста «Умеешь ли ты готовить уроки», особенности проведения оздоровительной минутка.	Плакат «Режим дня», памятка «Как правильно готовить уроки». Теста «Умеешь ли ты готовить уроки»,	
5.6. Здоровый образ жизни.	Тематическая подборка по теме ЗОЖ. Сценарии игровых профилактических программ (15. стр.4-20). Сценарий Игровая риск-	Рекомендации при проведении Упражнения «Вставь пропущенное слово», правила выполнения	ММП «Мое здоровье» Тест «Твое здоровье».	

		версия (энциклопедия ЗОЖ).	оздоровительной минутки. Особенности проведения Деловой игры «Мое здоровье – мое будущее» (приложение 11). Анализ ситуаций из стихотворений .Правила составления Буклетов по профилактике ПАВ. Правила проведения: Игровая риск-версия (энциклопедия ЗОЖ)	
5.7.Как уберечься от порезов, ушибов, переломов.	Сценарий занятий (17).		Анализ ситуаций, правила проведения оздоровительных минуток.	Памятка «Оказание первой медицинской помощи при порезах, ушибах, переломах».
5.8.Еще раз о витаминах	Сценарий игровой программы «Путешествие в страну Витаминию» Сценарий занятий (17).		Рекомендации по составлению Сообщения «О витаминах». Буклеты по ЗОЖ.	Схема «Витамины». Таблица «Суточная норма потребности человека в витаминах».
5.9.Твое питание.	Сценарий занятий (17).Сценарий игровой профилактической программы «разговор о правильном питании» (15, стр.24) Викторина «Полезно-неполезно»		Рекомендации при составлении меню на день. Правила проведения Викторины «Полезно-неполезно».	
5.10.Физическое	Тематическая подборка		Вопросы к	Памятка « Правила

здоровье человека	«Закаливание и его значение». Сценарий занятий (7, 17). Сценарий игровой программы «Будьте здоровы» (15, стр. 34)	обсуждению, « Как правильно проводить закаливание».	закаливания.», «Правила личной гигиены». Кроссворд «Здоровому все здорово».
5.11.Основы безопасной жизнедеятельности и	Сценарий занятий (17). Подборка игр на развитие навыков общения. Сценарий игры «Десять «нет» в преодолении стресса».	Рекомендации при проведении «Упражнения на развития навыков общения». Правила Игры «Десять «нет» в преодолении стресса».	Схема «Причины и факторы, поводы употребления психоактивных веществ».
5.12.Как сберечь зеницу ока?	Сценарий занятий (17). Афоризмы и высказывания по теме.	Особенности проведения «Зрительной гимнастики». Вопросы для обсуждения « Глаза- бесценный дар природы». Рекомендации при использовании «Тренажеров для глаз».	Схема «Причины ухудшения зрения». Памятка « Как сохранить и улучшить зрение». «Как правильно смотреть телевизор». «Компьютер и зрение».
5.13.Физические упражнения и нагрузки.	Сценарий занятий (17), мудрые мысли. Тематическая подборка «Физические упражнения и нагрузки».(7)	Правила выполнения «Оздоровительной минутки», особенности разработки памятки «Физические упражнения и нагрузки».	Памятка «Гигиена носа», «Чистка языка».
5.14.Безопасность при любой погоде	Сценарий занятий (17).	Анализ ситуаций, оздоровительная минутка, загадки	Памятка «Помоги себе сам», памятка «Признаки

				солнечного ожога», памятка «Правила поведения при грозе».
	5.15.Правила безопасного поведения в доме, на улице, в транспорте.	Сценарий занятий (17). Тематическая подборка «Основы безопасности жизнедеятельности». Сценарий игры «Светофор»	Анализ ситуаций, оздоровительная минутка, правила игры «Светофор».	Памятка «Правила безопасного поведения в доме», памятка «Правила перехода на улице», «Правила безопасного поведения в транспорте».
	5.16.Предосторожности при обращении с животными.	Сценарий занятий (17).	Рекомендации при проведении «Оздоровительной минутки» «Помоги себе сам».	Памятка «Правила обращения с животными».
6.	Групповое занятие «Волонтер – лидер».	Положение о смотре-конкурсе «Волонтер года». Тематическая подборка «Лидер» (9). Подборка игр на развитие лидерских качеств (приложение 5). Сценарий деловой игры «Лестница успеха» (приложение 5).	Особенности проведения :Упражнения, направленные на формирование коммуникативных навыков участников, выработку навыков решения организаторских задач. Рекомендации при проведении деловой игры «Лестница успеха» (приложение 5).Правила выполнения Тест - опросник на	Таблица «Классификация лидеров: по направленности деятельности, по отношению к общественным нормам, по сфере деятельности, по характеру деятельности, по функциям, реализуемым лидером, по способам взаимодействия с группой, по стилю взаимодействия»Те

			<p>выявление лидерских качеств.</p> <p>Рекомендации по формированию качеств делового лидера.</p>	<p>ст - опросник на выявление лидерских качеств.</p>
7.	<p>Подготовка и проведение волонтерами профилактических занятий со сверстниками.</p>	<p>Сценарии акций, игровых программ, групповых занятий, профилактических мероприятий. Тематическая подборка «Серия игр по профилактике для подростков» (4).</p> <p>Сборник методических материалов деятельности волонтерских отрядов за ЗОЖ (13,14,15).</p>	<p>Проведение занятий волонтерами , направленных на формирование навыков активного, здорового образа жизни у детей и подростков.</p>	<p>Таблица «Основные закономерности, формы и методы групповой работы.»</p> <p>Памятка «Правила проведения группового занятия.»</p> <p>Видеоматериал «8 Межрегиональный конкурс детского творчества «Ребячьи забавы»(игровые программы).</p>
8.	<p>Промежуточная аттестация.</p>		<p>правила проведения опроса и игрового практикума.</p>	

Методическое обеспечение программы третий год обучения

№ п/п	Раздел, тема	Обеспечение методическими видами продукции	Рекомендации по проведению практических занятий	Дидактический материал
1.	Вводное занятие.	Игры на сплочение детей (приложение 6)	Обсуждение плана работы на год.	Инструкции по ОТ.
2.	Волонтер – организатор.	Тематическая подборка «Развитие организаторских навыков у подростков», «Как стать организатором». (3,4,12). Подборка игр (приложение 5). Сценарий деловой игры.	Рекомендации при проведении опроса по данной теме. Правила деловой игры «Лестница успеха» (приложение 5)	Схема «Типы организаторов». Таблица «Стадии развития коллектива», правила организаторской работы.
3.	Учусь общаться. 3.1.Что вы знаете друг о друге.	Сценарий занятий (2). Подборка игр навыки общения.	Рекомендации при проведении: Игры «Расскажи о себе», тест «Корректирующая проба», методика «Социометрия», особенности при работе с Тестом «Черты характера». Заполнение таблицы «Необычное увлечение».	Тест «Черты характера»
	3.2.Как научиться жить дружно.	Сценарий занятий (2, литература для учащихся 2). Сценарий конкурса знатоков.	Проигрывание ситуаций из реальной жизни. Правила Конкурса знатоков.	
	3.3.Какой у тебя характер.	Сценарий занятий (2, литература для учащихся 2).	Анализ конкретных примеров. Викторина «Черты характера». Анализ своих черт характера. Проверочная работа по теме «Характер».	Информационная справка «Черты характера».

	3.4.Как сказать нет и отстоять свое мнение.	Сценарий занятий (2, литература для учащихся 2).	Правила Игры «Да и нет – не говорите!». Ситуации, в которых нужно говорить нет и почему.	
4.	Практика использования игры в групповых занятиях со сверстниками. 4.1.Основные правила групповой работы.	Тематическая подборка «Проведение групповых занятий со сверстниками» (3,4,9.10)	Рекомендации при оформлении памятки.	Памятка «Правила групповой работы».
	4.2.Создание работоспособности в группе.	Тематическая подборка «Проведение групповых занятий со сверстниками» (3,4,9,10). Подборка игр на создание работоспособности в группе.	Правила проведения Игры «Ассоциации», «Ладушки». Методика проведения игр и упражнений, направленных на создание эмоционального комфорта в группе.	
	4.3.Знакомство через игру на групповом занятии.	Тематическая подборка «Проведение групповых занятий со сверстниками» (3,4,9,10). Подборка игр на знакомство (приложение8).	Рекомендации при проведении Игры «Дальние коммуникации», «А я еду». Методика проведения игр на узнавание друг друга.	
	4.4.Освоение пространства как метод создания групповой атмосферы.	Тематическая подборка «Проведение групповых занятий со сверстниками» (3,4,9.10).	Особенности проведения Игры «Ветер дует...», «К.У.Б.О.У.».	Схема «Принцип игр и упражнений на освоение территории».
	4.5.Игровые	Тематическая подборка	Рекомендации при	

методы развития эмпатии.	«Проведение групповых занятий со сверстниками» (3,4,6,7). Подборка игр на развитие эмпатии.	проведении Игры и упражнения на развитие эмпатии. Методика и требования к проведению игр на эмпатию.	
4.6.Игровые методы повышения уровня взаимодействия.	Тематическая подборка «Проведение групповых занятий со сверстниками» (3,4,9,10). Подборка игр на повышение уровня взаимодействия.	Правила проведения Игры «Авиакатастрофа», «Два автобуса». Методика проведения игр на взаимодействие, со способами формирования конструктивного взаимодействия.	
4.7. Игровые методы концентрации внимания.	Тематическая подборка «Проведение групповых занятий со сверстниками» (3,4,9,10). Подборка игр развитие внимания (приложение 10)	Рекомендации при проведении Игры «Печатающая машинка», «Муха». Методика и требования к проведению игр на концентрацию внимания.	
4.8.Игры и упражнения на снятие агрессии.	Тематическая подборка «Проведение групповых занятий со сверстниками» (3,4,9,10). Подборка игр на снятие напряжения, агрессии.	Особенности проведения: Игры и упражнения «Бумажный бум», «А ну-ка, почешу тебе спинку», «Верблюд». Принципы проведения игр и упражнений на снятие агрессии.	
4.9.Формы работы с залом.	Тематическая подборка «Проведение групповых занятий со сверстниками» (3,4,9,10). Сценарии профилактических занятий, акций, мероприятий. Подборка	Правила :Игры «Аквариум», «Звездный дождь», «Лети, лети по небу шар» и т.д. Самостоятельная работа «Игровая деятельность»	Схема «Формы массового взаимодействия».

		игр с залом (приложение 7).		
5.	Я и другие. 5.1.Средства передачи информации в общении.	Тематическая подборка «Популярная психология» (1,15). Подборка игр на общение.	Особенности проведения Диалога – щебетания, абсурдного диалога. Рекомендации при проведении: упражнения в парах. Правила выполнения «Вопросы для самопознания».	Таблица «Вербальные и невербальные средства передачи информации в общении».
	5.2.Впечатлени е о человеке: закономерност и развития.	Тематическая подборка «Популярная психология» (1,22).	Рекомендации при проведении Игры «Интуиция», особенности проведения упражнения на развитие навыков понимания людей. Правила выполнения « Вопросы для самопознания».	
	5.3.Механизмы понимания в общении.	Тематическая подборка «Популярная психология» (1,22).Подборка игр на общение.	Рекомендации при проведении: Упражнения на взаимопонимания в разговоре, игрового тренинга бессловесного взаимопонимания. Правила выполнения «Вопросы для самопознания».	
	5.4.Группа и ее законы.	Тематическая подборка «Популярная психология» (1,22). Сценарий игр: «Гомеостат», «Авария на Луне	Рекомендации при проведении: Игры «Гомеостат», «Авария на Луне».	Схема «Законы группы».
	5.5. Личность и роль: обязателен ли конфликт?	Тематическая подборка «Бесконфликтное общение» (1,22).	Анализ ролевых игр, игра «Уверенные, неуверенные, агрессивные ответы», рекомендации при	Таблица «Конфликты, связанные с выполнением ролей».

			проведении вопросов для самопознания.	
6	Подготовка и проведение волонтерами профилактических занятий со сверстниками.	Сценарии акций, игровых программ, групповых занятий, профилактических мероприятий. Тематическая подборка «Серия игр по профилактике для подростков» (4). Сборник методических материалов деятельности волонтерских отрядов за ЗОЖ (13,14,15).	Проведение занятий волонтерами, направленных на формирование навыков активного, здорового образа жизни у детей и подростков.	Таблица «Основные закономерности, формы и методы групповой работы.» Памятка «Правила проведения группового занятия.» Видеоматериал «8 Межрегиональный конкурс детского творчества «Ребячьи забавы»(игровые программы).
	Промежуточная аттестация .		правила проведения опроса и игрового практикума	

Список литературы

Для педагога

1. Барлас Т. В. Популярная психология от конфликтов к обретению Я. Москва, 1997 г.
2. Безруких М.М. , Макеева А.Г., Филиппова Т.А. «Все цвета кроме черного». «Организация педагогической профилактики наркотизма среди школьников» Пособие для педагогов Москва, 2002г.
3. «В помощь руководителю волонтерского отряда» методическое пособие. Ижевск, 2007г.
4. «В помощь руководителю подросткового волонтерского отряда» методическое пособие. Ижевск, 2005г.
5. «Всегда есть выбор» сборник методических материалов и рекомендаций по профилактике социально-значимых заболеваний среди молодежи. Выпуск 1.Ижевск, 2003г.
6. «Всегда есть выбор» сборник методических материалов и рекомендаций по профилактике социально-значимых заболеваний среди молодежи. Выпуск 2.Ижевск, 2004г.
7. Дереклева Н.И. «двигательные игры, тренинги и уроки здоровья» Москва, 2007г.
8. Дополнительная образовательная программа по ЗОЖ «Уроки здоровья» Москва 2008г.
9. «Игровая деятельность»
10. Кобякова Т.Г., Смердов О.А.« Первичная профилактика наркозависимости. Концепция программы организации и развития подросткового добровольческого движения» Москва, 2002г.
11. Ковалько В.И. «Здоровьесберегающие технологии: школьник и компьютер». Москва 2007г.
12. Козлов Н. А. Лучшие психологические игры и упражнения. Екатеринбург, 1997 г.
13. Наше здоровье в наших руках. Сборник методических материалов деятельности волонтерских отрядов за ЗОЖ. Выпуск 1. Ижевск., 2007.
14. Наше здоровье в наших руках. Сборник методических материалов деятельности волонтерских отрядов за ЗОЖ. Выпуск 2. Ижевск., 2008.
15. Наше здоровье в наших руках. Сборник методических материалов деятельности волонтерских отрядов за ЗОЖ. Выпуск 3. Ижевск., 2008.
16. Николаева Л. П., Колесов Д. В. Уроки профилактики наркомании в школе. Пособие для учителя. Москва – Воронеж, 2000 г.
17. Обухова Л.Л., Лемяскина Н.А. «Новые 135 уроков здоровья или школа доктора природы », Москва 2007г.
18. Программа первичной профилактики наркомании. Методическое пособие. Екатеринбург, 2000 г.
19. «Профилактика вредных привычек и ЗОЖ». Ижевск,2005г.
20. Психологические игры и упражнения (для практических психологов). Пермь, 2002 г.
21. Рожков М. И., Ковальчук М. А. Профилактика наркомании у подростков. Москва, 2003 г.
22. Руководство практического психолога. Психологические программы развития личности в подростковом и старшем школьном возрасте. Под редакцией Дубровиной И. В. Москва, 1997 г.
23. Сентябова Т. В. Практические занятия с подростками по профилактике зависимости от психоактивных веществ (ПАВ). Ижевск, 2002 г.

24. «Смотри по жизни вперед» руководство по работе с подростками. Санкт-Петербург, 2001г.
25. Уроки для родителей, или как помочь ребенку не употреблять табак и алкоголь. Москва, 1999 .
26. Шмаков С.А. «Игры-шутки, игры-минутки». Москва. 1993г.
27. Я хочу провести тренинг. Пособие для начинающего тренера, работающего в области профилактики ВИЧ/СПИД, наркозависимости и инфекций, передающихся половым путем. Новосибирск, 2001 г.

Для учащихся

1. Барлас Т. В. Популярная психология от конфликтов к обретению Я. Москва, 1997 г.
2. Безруких М.М. , Макеева А.Г., Филиппова Т.А. «Все цвета кроме черного» «Учусь общаться» Москва, 2002г.
3. Безруких М.М. , Макеева А.Г., Филиппова Т.А. «Все цвета кроме черного» «Учусь понимать других» Москва, 2002г.
4. Кови С. Семь навыков высокоэффективных людей. Москва, 1997 г.
5. Коломинский Я. Л. Человек: психология: Кн. для учащихся ст. классов. – 2-е изд., доп. – М.: Просвещение, 1986 г.

Приложение

1. Упражнения на отработку навыков выражения чувств и эмоций.
2. Упражнения на принятие решений в проблемных ситуациях.
3. Упражнения на отработку навыков коммуникативности.
4. Игры на отработку отказа от предлагаемых ПАВ.
5. «Лестница успеха» деловая игра.
6. Игры «На сплочение детей».
7. Игры с залом.
8. Игры на знакомство.
9. Игры на командную работу.
10. Игры на развитие внимания.
11. Деловые игры.
12. Основы формирования коллектива.
13. Работа с командой.