

Государственное бюджетное учреждение дополнительного образования
Центр психолого-педагогической, медицинской и социальной помощи
Калининского района Санкт-Петербурга

ПРИНЯТО
Педагогическим советом
ГБУ ДО ЦППМСП Калининского района
Протокол № 1
от 31 августа 2022 г

УТВЕРЖДАЮ
Директор ГБУ ДО ЦППМСП
Калининского района
_____ О.В.Баранова
Приказ № 12 от 01.09.2022 г.

**УЧЕБНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ
ПРОФИЛАКТИЧЕСКАЯ ПРОГРАММА**

«СТАРШИЙ МЛАДШЕМУ»

Составитель (и):
Лебедев М.О.
Нерядихина Н.С.
Соколова В.Н.
Соловьева Д.В.

Санкт-Петербург
2022 год

Актуальность:

На настоящий момент система образования в России претерпевает ряд изменений. В наше время школа в большей степени несет образовательную функцию, нежели воспитательную. Досугом и воспитанием школьников в большей степени, чем в советское время, занимаются родители. Зачастую дети и подростки остаются предоставленными самим себе, и их жизнь проходит в режиме учеба – дом. У многих из них весьма ограниченный круг внешкольного общения.

С развитием интернета и телекоммуникационных технологий живого общения становится все меньше, дети привыкают к пассивному времяпровождению, выступая в качестве зрителя, потребителя какой-либо информации или услуги. А значит, умение взаимодействовать с другими, организовывать и создавать что-то свое – не формируется.

Несмотря на то, что учебная деятельность – одна из важных составляющих в жизни школьника-подростка, не менее важным является и развитие других сфер личности подростка. Зачастую, неуспевающие в учебе дети успешно реализуют себя в творчестве или каком-либо общественном движении, организаторской деятельности.

Также стоит отметить, что в современной семье существует ряд проблем. Одной из таких проблем является воспитание таких качеств, как ответственность и самостоятельность. Многие родители, реализуя неконструктивные стили воспитания, долгое время опекают своих детей, контролируют и не доверяют им серьезных поручений, не интересуются их мнением, не уважают в ребенке отдельную личность даже в подростковом возрасте. Вследствие чего у подростка развивается инфантильное поведение, неумение брать на себя обязательства, он не умеет самостоятельно планировать свою жизнь и принимать самостоятельные решения. К сожалению, бывают ситуации, когда в школе поддерживается подобный тип поведения со стороны учителей, которые зачастую берут на себя лишнюю ответственность, не разделяя ее с учащимися. Когда такие подростки вырастают и у них появляется больше свободы, то они не умеют ей правильно распоряжаться из-за недостаточного опыта самостоятельного и ответственного поведения.

Учитывая все вышесказанное, можно сказать, что процесс социализации ребенка в настоящее время проходит со значительными трудностями, отчасти вызванными современными условиями образовательной системы, семейного воспитания, социально-экономической и культурной сферы в целом.

В 13-14 лет подросток начинает задумываться о важных и серьезных темах, мироустройстве, социальных аспектах, у него формируется собственное мировоззрение и ценности. Для него становятся актуальными такие вопросы как: «Кто я? С кем я хочу общаться? Чем я хочу заниматься в будущем?», он хочет проявить себя, свое мнение окружающим людям, завоевать авторитет среди сверстников и младшего возраста.

На настоящий момент большинство существующих программ по профилактике зависимого и противоправного поведения направлено на работу с подростками. Однако, многие специалисты считают, что, к сожалению, в этом возрасте бывает уже поздно проводить подобную работу с некоторыми ребятами и предлагают обратить внимание на более ранний возраст. Действительно, ранняя профилактика очень важна. С одной стороны, дети знают, что алкоголь и табак опасны, вредны, их нельзя употреблять. С другой стороны, они постоянно наблюдают за тем, как эти вещества используют окружающие их люди: родители, знакомые взрослые, подростки. Для младшего возраста необходимо реализовывать принципы неспецифической профилактики, то есть осуществлять деятельность, направленную на развитие общечеловеческих ценностей и ценностей здорового и безопасного образа жизни.

В данной программе предполагается активное вовлечение подростков в профилактику девиантного поведения посредством их активного обучения, после которого они сами выступают в качестве примера и в роли наставников для своих подопечных – младших школьников.

Таким образом, в программе «Старший младшему» подростки имеют возможность проявить себя, у них формируется социальная ответственность, развивается желание помогать другим людям. Младшие школьники, в свою очередь, получают новый опыт интересного интерактивного взаимодействия в рамках ранней профилактики с подростками, которые являются для них более близкими по возрасту, нежели учителя, но при этом сохраняют свой авторитет.

Адресат:

Программа направлена на представителей двух возрастных категорий:

- 1) Подростки, учащиеся 8-х классов в возрасте 13-14 лет
- 2) Дети, учащиеся 3-4 классов, в возрасте 9-11 лет.

Цель: Создание и поддержка сообщества обучающихся с целью межпоколенческого транслирования ценностных ориентиров в условиях школьного сообщества

Задачи:

- Обучающие

- Повышение осведомленности о негативном воздействии ПАВ на организм и личность человека
- Психологическая пропедевтика по вопросам эмоций и чувств
- Педагогическая пропедевтика по вопросам организации обучающих и развивающих занятий

- Развивающие

- Формирование личной позиции на основе ценностных ориентиров
- Развитие коммуникативных навыков
- Развитие навыков публичного выступления, организации и проведения мероприятий

- Воспитательные

- Актуализация ценностных ориентиров, в том числе ценности здоровья, семьи, уважения
- Формирование ценности добровольчества
- Воспитание культуры толерантного отношения
- Формирования ответственности за собственные решения и осознание их последствий для себя, для своей семьи, для страны

- Социальные

- Формировать и развивать волонтерское движение в Калининском районе
- Организовать систему ранней профилактики зависимого поведения

Участники процесса:

1. учащиеся восьмых классов, волонтеры (в тексте далее «старшие»)
2. учащиеся начальной школы 3, 4 классов, с которыми будут работать старшие (в тексте далее «младшие»)
3. Кураторы «старших»: классный руководитель 8 класса, участвующего в программе (старший куратор), социальный педагог школы, педагог-психолог школы (завуч по ВР?)
4. Классные руководители начальных классов, с детьми которых работают «старшие» (они должны быть в курсе и содействовать проведению мероприятий).
5. Ведущие программы: сотрудники отдела профилактики ЦПМСС.

Система оценки результативности программы

Результативность программы для подростков оценивается с помощью следующих методов:

- Методика незаконченных предложений
- Методика Дембо-Рубинштейн
- Наблюдение
- Итоговая анкета обратной связи от волонтера
- Экспертная оценка куратора (анкета)
- Методика «Ценностные ориентации» (М. Рокич)

Результативность программы для младших классов оценивается с помощью следующих методов:

- Наблюдение
- Анкета обратной связи от классного руководителя
- Незаконченные предложения
- Анкета для учащегося начальной школы

Планируемые результаты:

Создана система ранней профилактики, через организацию волонтерского движения, в результате которой у детей и подростков сформированы: представление о понятиях: ЗОЖ, эмоции и чувства, дружба и толерантность, нормы поведения и морали, ответственное поведение

- ценности здоровья (ЗОЖ) и безопасного поведения

- позитивный эмоциональный опыт, получен как детьми, так и подростками

У подростков формируются так же:

- уверенность в себе
- навыки планирования и организаторские способности
- навыки публичного выступления,
- самостоятельность и ответственность
- ценность добровольчества
- активная жизненная позиция

Условия проведения программы:

Обучающие занятия проводятся в свободном проветриваемом помещении. Необходима мебель: стулья, парты, доска, флип-чарт, компьютер, проектор, колонки.

Программа реализуется на русском языке.

Тематический план программы.

№	Название	Формат	Сроки	Часы	Участники
1.	Подготовительный этап	Встречи с директорами школ, завучами и классными руководителями интересующих нас классов (2-4 и 8) по вопросам их участия в программе, Создание годового плана мероприятий по данной программе,	Май	-	Директора школ, завучи, классные руководители 8-х классов и 3-4 классов. Сотрудники отдела профилактики
2.		Организационное собрание для кураторов, Назначение единого времени проведения обучающих занятий.	Сентябрь	3 часа	Кураторы волонтерских команд
3.	Обучение волонтеров	Обучающие занятия, тренинги, семинары.	Сентябрь-октябрь	14 часов	Учащиеся 8-х классов
4.	Практика	Семинары для кураторов.	Ноябрь-апрель	12 часов	Кураторы волонтеров,
5.		Семинары для волонтеров	Ноябрь-апрель	12 часов	Учащиеся 8-х классов (волонтеры).
6.		Игры по станциям, интерактивные классные часы, массовые акции и другие мероприятия, проводимые волонтерами для 3-4 классов.	Ноябрь-апрель	-	Учащиеся 8-х классов (волонтеры), учащиеся 3-4 классов,
7.	Финал	Подведение итогов, подсчет баллов, выделение и награждение лучшей команды и лучшего волонтера. Итоговое мероприятие, награждение лучших.	Апрель-май	-	Волонтеры, кураторы.

I этап: Подготовительный.

1. Встреча с администрацией школы. Обсуждение следующих вопросов:
 - 1.1. Возможность и желание участия школы в данном проекте,
 - 1.2. Наличие необходимых для реализации программы условий:
 - 1.2.1. учащиеся 8-го класса, не загруженные множеством дополнительных занятий,
 - 1.2.2. классный руководитель, или другой педагог, имеющий возможность и согласный выполнять обязанности куратора волонтерской команды (старших),
 - 1.2.3. определение параллели в младшей школе, с которой будут работать волонтеры (старшие),
 - 1.2.4. определение закрепленного времени вне основных уроков в первой четверти на обучающие занятия для волонтеров (учащихся 8-го класса),
 - 1.3. Подписание договора между ГБОУ ЦПМСС и ГБОУ СОШ о сотрудничестве, если таковой не был подписан ранее,
2. Создание годового плана мероприятий по данной программе.
3. Объявление будущим волонтерам о том, что их ждет в следующем году.
4. Определение точной даты и проведение первого семинара для кураторов волонтерских команд, задачами которого является:

- 4.1. Ознакомить кураторов с целями и задачами программы,
 - 4.2. ознакомить кураторов с годовым планом по данной программе,
 - 4.3. Ознакомить кураторов с их обязанностями в рамках данной программы,
 - 4.4. Мотивировать на сотрудничество с организаторами программы и адекватную помощь волонтерам.
5. Согласование с завучем ВР, завучем УВР и с куратором волонтерской команды расписания обучающих занятий для волонтерской команды в каждой школе (после основных учебных часов).
 - Примечание: волонтерская команда должна состоять из учащихся одного класса.

II этап: Обучение волонтеров.

Обучающие занятия для волонтерских команд проводятся на базе их школ 1,2 раза в неделю, продолжительностью по 1,5 часа.

Формат встреч: интерактивные занятия, семинары, тренинги.

Алгоритм обучающих занятий:

- ✓ Вводная часть,
- ✓ Теоретическая часть,
- ✓ Разминка,
- ✓ Практическая часть,
- ✓ Рефлексия
- ✓ Заключение.

Тематический план обучающих занятий.

№	Темы	Количество часов	
		Теоретич.	Практич.
1	Вводное занятие: знакомство с программой и ведущим, ввод в тему	0,5	1,5
2	Навыки публичного выступления. Правильная подача информации.	0,5	1,5
3	Организация игры: вежливость и директивность. Правильная подача информации.	0,5	1,5
4	Смысл: выделять главное, задавать вопрос.	0,5	1,5
5	Завершение и вывод: от частного к общему.	0,5	1,5
6	Выпуск: подготовка и проведение мероприятия.	0,5	1,5

III этап: Практика.

Семинары для волонтеров

Семинары проходят один раз в месяц, их продолжительность: 1,5-2 часа.

Алгоритм проведения семинара:

- ✓ приветствие,
- ✓ официальная часть:
 - обмен впечатлениями от проведенных мероприятий, обмен опытом,
 - объявление темы на следующий месяц,
 - теория по теме,
 - практические рекомендации по проведению мероприятий на заданную тему,
 - ответы на вопросы,
- ✓ неофициальная часть: чаепитие, игры.

Тематический план семинаров

1.	Здоровье, игра по станциям	Ноябрь	2 часа
2.	эмоции и чувства акция, классный час	Декабрь	2 часа
3.	дружба и толерантность классный час	Январь	2 часа
4.	нормы поведения и морали	Февраль	2 часа
5.	ответственное поведение	Март	2 часа
6.	Постановка сказки	Апрель	2 часа

Для работы по программе необходимо выполнение следующих условий:

1. На семинар приглашаются представители команды(2-3 человека). В течение года эти люди могут меняться.
2. Для семинаров каждой командой создается тетрадь, куда волонтеры будут записывать темы и рекомендации ведущих.
3. После семинара представители рассказывают остальной своей команде о новой теме. Далее они обсуждают и придумывают мероприятие для младших, пишут сценарий, готовят все необходимые материалы, распределяют роли.
4. Следовать советам ведущих не обязательно, творчество и самостоятельность приветствуются.
5. Главное – донести до младших основные идеи по теме.

*Содержание семинаров смотри в приложении.

Семинары для кураторов проводятся по тем же темам (смотри тематический план семинаров для волонтеров)

Мероприятия, проводимые волонтерами.

- ✓ По теме, которую волонтеры получаю на семинарах, в течение месяца команды должны придумать, написать сценарий, подготовить все необходимые материалы, распределить роли и провести минимум два мероприятия (по одному на класс). На организацию мероприятия в расписании школьников выделяются классные часы (1-2 часа в месяц).
- ✓ В проведении мероприятий желательно задействовать разных учащихся, чтобы они от учебного процесса не сильно отвлекались, и чтобы опыт все получили.
- ✓ Сразу после мероприятия куратор обсуждает с волонтерами, проводившими мероприятие, вопросы, которые необходимо отразить в отчете, а именно: что получилось, что можно было сделать по-другому, впечатления проводивших мероприятие, что заносится в отчет.
- ✓ Отчет о проведении мероприятий: отчет куратора, отчет волонтеров, анкета классных руководителей «младших», фото-отчет. Папка с полным отчетом отправляется на электронный ящик отдела профилактики (подробное описание отчета смотри в приложении).
- ✓ В течение года куратором из этих отчетов создается портфолио. Портфолио хранится в папке для документов. В конце года полное портфолио проделанной работы сдается в центр, ведущие изучают, и определяют самых активных, самых добросовестных участников и награждают их на итоговом мероприятии.

Варианты работы с младшими школьниками:

1) Классный час.

Без заданий или с заданиями: волонтерами дается заранее тема и задание для младших школьников и их классного руководителя. Например, дети неделю готовятся, потом волонтеры проводят классный час.

2) Станционная игра

3) Конкурсы (рисунков, плакатов, и т.д.)

4) Сценка, сказка, представление,

5) Тематическая игра со всем классом

6) Просмотр мультфильма с обсуждением.

7) Проведение акций

IV этап: Финал.

Кураторы классов сдают в центр портфолио в двух вариантах (электронный и печатный) и презентацию. Ведущие (они же жюри) оценивают проведенную за год работу и выделяют лучшие классы (самые активные, добросовестные), а так же лично выделяют самых активных старших. Проводится финальное мероприятие, куда приглашаются старшие, участвующие в программе и их кураторы. Подводятся итоги, награждаются лучшие.

Требования к портфолио: сдается в печатном виде в конце года

1. Портфолио команды сдается в папке для документов форматом А4, в ней разложены по месяцам описание мероприятия, план, фото и другие приложения (если они есть).
2. На обложке папки наклеена визитка команды: № школы, № класса, ФИО классного руководителя.

3. Первой страницей в папке является «табель активности» (список команды и ежемесячные отметки активности ребят по десяти бальной шкале :10 баллов – очень активный участник, участвовал в организации и в проведении мероприятия, подключал других ребят, выдвигал свои идеи. 0 баллов – совсем не участвовал, отказывался участвовать.

Критерии оценки

- Донесена ли информация по теме
- Отработаны ли навыки соответственно заданиям
- Интерактивность
- Необычность
- Подвижность
- Регламент времени (не затягивать)
- Должен быть методический элемент (самостоятельной проработки материала, написания своего сценария) Учитывается со второго месяца.
- Творческий элемент (упражнения по теме, которые не давались на семинаре, найдены и подготовлены самими волонтерами) Учитывается со второго месяца.
- Наглядность (использованы ли картинки, другие визуальные эффекты и сколько)
- Образность (игрушки, переодевание в различных персонажей, чтение сказок)
- Доступность (простой и понятный, но не примитивный язык и задания)

V. Поддерживающие мероприятия:

Волонтеры приглашаются для участия в районных профилактических акциях (8 акций по плану ЦПМСС) в течение учебного года.

Для волонтеров и кураторов проводятся консультации по вопросам.

Помимо семинара, сотрудники отдела профилактики готовы отвечать на вопросы по программе on-line (по электронной почте), по телефону и лично, если кто-то придет в центр.

Группа в контакте.

Для «старших» (волонтеров) организуется группа или публичная страница на сайте VK.COM, возможности которого позволяют создать виртуальное сообщество по интересам, где можно проводить обсуждения, обмениваться фотографиями, видео, файлами и просто общаться.

Цель создания такой группы:

1. поддержание контакта с целевой аудиторией (со «старшими»)
2. реализация принципа «равный равному» - общаемся в рамках интересного подросткам пространства – социальной сети интернет Vkontakte
3. создание информационных поводов для обсуждения тем, фильмов, событий, касающихся профилактики зависимого поведения и пропаганды здорового образа жизни
4. решение организационных вопросов
5. единая информационная поддержка всех классов-участников программы
6. повышение престижности самой программы/

Таким образом, данный интернет ресурс выступает в качестве вспомогательного нетрадиционного инструмента программы для общения участников и обмена информацией.

Литература:

1. Кулинич Г.Г. Вредные привычки: профилактика зависимостей: 1-4 классы. – М.:ВАКО, 2009 – 224 с.
2. И.Н. Агафонова Социально-психологическое обучение детей 6-10 лет, программа «Я и Мы», СПб., 2001
3. РОО «Взгляд в будущее» PRO здоровый выбор, СПб., 2009
4. Практическая психология образования / Под ред. И.В. Дубровиной: Учебник для студентов высших и средних специальных учебных заведений. – М.: ТЦ «Сфера», 1997 – 528 с.
5. Моница Г.Б., Лютова-Робертс Е.К. Коммуникативный тренинг (педагоги, психологи, родители). – СПб.: Издательство «Речь», 2005. – 224 с.
6. Фонд «Здоровье и развитие» Программа по формированию навыков здорового образа жизни у подростков «Всё, что тебя касается», 2010
7. Дубровина И.В., Прихожан А.М. Возрастная и педагогическая психология СНМ Академия, 2003. - 368 с.
8. Ильин Е.П. Эмоции и чувства СПб.: 2001 - 752 с.

Занятие № 1. Вводное занятие: знакомство с программой и ведущим, ввод в тему.

Цель: знакомство группы с программой, с ведущим, организация процесса комфортной работы.

Задачи: познакомиться с командой, рассказать про программу, принять правила работы в группе, обсудить особенности организации обучающих занятий.

Время, мин.	Суть	Описание	Материалы
10	Знакомство	Снежный ком с усложнением.	-
15	Начало	Ведущий представляется, рассказывает о себе и о программе. Рассказывает цель и задачи обучающих занятий, особенности организации.	Презентация
25	Групповая работа	Показать важность групповой работы. Проводится упражнение «Пизанская башня» (упражнение 1). Ведущему необходимо вывести обсуждение на важность работы в группе по правилам.	Бумага (подойдут черновики, газеты, любая макулатура), скотч, клей-карандаш
20	Принятие правил.	Мозговой штурм: правила, полезные для эффективной работы в группе. Обсуждение и принятие правил группы (упражнение 2).	Флипчарт или доска, Ватман, маркер
10	Завершение	Вывод и обратная связь. (Упражнение 3)	Листочки для обратной связи

Занятие №2. Навыки публичного выступления. Правильная подача информации.

Цель: тренировка навыков публичного выступления.

Задачи: рассказать теорию невербальной и вербальной подачи информации, тренировать навыки публичного выступления в условиях, приближенных к реальным.

Время, мин.	Суть	Описание	Материалы
15	Бейджи	Ведущий дает задание группе: каждый должен написать свое имя на листочках и нарисовать символ, отражающий вашу натуру (что вы за человек). Ведущий участвует со всеми. Готовые листочки повесить на шею при помощи нити (или приклеить к одежде при помощи скотча). Когда все готовы, каждый по очереди демонстрирует и рассказывает про свой символ. Выступление не обязательно для группы, но ведущий должен начать с себя и показать пример.	Листочки (бейджи), нить толстая, скотч, ножницы
10	Теория	Ведущий рассказывает об особенностях передачи информации. (Упражнение 4).	Флипчарт или доска
15	Практика 1	Часть 1. Попытка снятия напряжения в ситуации, приближенной к реальной: перед публикой. Группа садится в несколько рядов, как позволяет помещение. Перед ними организуется пространство подобное сцене. Каждый по очереди выходит и стоит перед всеми. Задача молча показать свое расположение к слушателям (не засмеяться, серьезный, приятная улыбка, стойка). Продержаться так в течение 15 секунд.	-
30	Практика 2	Часть 2. Каждый по мини-лекции своими словами по правилам. Лекция на тему здоровье (Упражнение 5)	Тексты (упражнение 5)
5	Домашнее задание	Мини-лекция на тему здоровья по правилам с выходом в класс	Тексты (упражнение 5)
5	Завершение	Обратная связь (Упражнение 3)	

Занятие № 3. Организация игры. Правильная подача информации.

Цель: Познакомить участников с правилами проведения игры.

Задачи: тренировать навык коротко, четко и понятно давать инструкции, корректировать грамотность речи, улучшить психологический климат в группе. Объяснить роль ведущего в организации и проведении игры.

Время, мин.	Суть	Описание	Материалы
5	Вводная	Приветствие, настрой на работу. Объявление темы: «Сегодня мы будем говорить о том, на что необходимо обращать внимание при проведении игры».	-
15	«Особое задание»	Ведущий группы просит двух самых смелых вызваться для выполнения «особого задания». Все остальные остаются в кругу. Тем, кто выполняет «особое задание», предлагается внимательно изучить инструкцию игры «пересядьте те, кто» (Упражнение 6). Как только они будут готовы, им необходимо будет провести эту игру в своей группе. Пока смелые готовятся. Все остальные вместе с ведущим приветствуют друг друга «комплиментами». Каждый по кругу говорит комплимент своему соседу. На это дается не больше 20 секунд, если человек не успевает, за него это делает ведущий. Пример «тебе очень идет эта рубашка», «мне приятно с тобой общаться» и т.д.	Описание игры «Пересядьте те, кто» (Приложение 1)
10	Обсуждение игры	Необходимо собрать впечатления от игры у ведущих. Как им было в роли ведущего? Какие сложности возникали, как они преодолевали эти сложности. Спросить у остальных участников, комфортно ли им было, понятна ли была инструкция. Обратная связь от ведущих. Самое важное – инструкция и безопасность. Инструкция должна быть короткой, лаконичной, понятной. Так же, необходимо использовать навыки выступления, о которых мы говорили на прошлой встрече.	
25	Практика	«Геометрические фигуры» (Смотри упражнение 7)	Веревка, карточки с названиями геометрических фигур (Приложение 1)
10	Завершение	Обратная связь (Упражнение 3) и Аплодисменты (Упражнение 8)	

Занятие № 4. Умение выделять главное, задавать вопрос.

Цель: Познакомить участников с правилами проведения фильмогруппы

Задачи: рассказать особенности реализации метода фильмогруппы, тренировать навык задавать вопросы для обсуждения по заданной теме, тренировать навык ведения обсуждения.

Время, мин.	Суть	Описание	Материалы
5	Вводная	Приветствие, настрой на работу, объявление темы, описание фильмогруппы, как метода работы с группой.	
20	Мультфильм	Демонстрация фильмогруппы: просмотр и обсуждение мультфильма «Ёжик должен быть колючим» (Упражнение 9)	Ноутбук, проектор, мультфильм
20	Практика 1	Ведущий демонстрирует рекламный ролик 1. После	Ноутбук,

		просмотра, каждый участник должен задать вопрос к просмотренному ролику, опираясь на рекомендации (смотри Упражнение 9). Обратная связь каждому от ведущего.	проектор, рекламный ролик 1.
20	Практика 2	Двум добровольцам дается задание подготовить обсуждение социальной рекламы. Ведущий сажает добровольцев за компьютер, где они без звука смотрят рекламный ролик 2 и готовят вопросы для обсуждения. (Упражнение 10). По готовности, добровольцы показывают группе социальный ролик 2 и проводят обсуждение. После – обратная связь.	Ноутбук, проектор, рекламный ролик 2.
10	Танцы с фломастером	Игра происходит во время подготовки добровольцев. Смотри Упражнение 11.	Фломастеры (по количеству участников)
5	Завершение	Обратная связь (смотри упражнение 3)	

Занятие № 5. Завершение и вывод. От частного к общему.

Цель: Познакомить участников с правилами завершения упражнения и занятия.

Задачи: тренировать навык четкого произнесения команд, создать условия для развития навыка обобщения понятий, тренировать навык организации обсуждения, тренировать навык вывода по разным высказываниям.

Время, мин.	Суть	Описание	Материалы
5	Вводная	Приветствие, настрой на работу, объявление темы.	-
15	Окончание игры	Отработка навыка четкого и уверенного «Закончили», «Упражнение закончено», «Стоп» и так далее. Активная двигательная игра, в которой по очереди каждый участник сможет командовать всеми остальными. Внимание на четкость команды. Упражнение 12.	-
10	Вывод и обобщение Часть 1	Игра с мячом: ряд слов – обобщающее слово. По кругу ведущий называет ряд слов и бросает мяч одному из участников, чья задача назвать в ответ обобщающее слово и выбросить мяч назад. (Приложение 2)	Список слов, мяч
25	Вывод и обобщение Часть 2	Немного теории: цель задачи вывода после содержательного упражнения, вопросы в течение упражнения и на что надо обращать внимание, чтоб было проще сделать вывод в конце. Упражнение 13.	-
15	Подготовка отчета.	Описание отчета. Настрой на самостоятельную подготовку отчета. Упражнение 14.	Пример отчета Электронный вариант.
5	Завершение	Обратная связь (Упражнение 3). Завершение обучающих занятий.	-

Упражнения:

Упражнение 1. Пизанская башня.

Группе дается задание: построить устойчивую башню размерами в человеческий рост, используя бумагу, скотч, клей-карандаш.

Время на выполнение задания ограничено 15 минут. Во время выполнения задания, ведущий наблюдает за поведением членов команды, но не вмешивается в процесс.

Обсуждение (введение микрофона): почему получилось (не получилось)? Что помогало? Что мешало?

Упражнение 2. Обсуждение и принятие правил группы.

Принимается и записывается правило в том случае, если с ним согласен каждый.

Записать на ватмане принятые правила.

Каждый член команды (включая ведущего) должен оставить след на ватмане, в знак согласия выполнять правила.

Упражнение 3. Обратная связь.

Ведущий просит каждого члена группы продолжить предложения:

- Я сегодня молодец потому, что...

- Я могу лучше...

- Мне бы не хотелось больше...

Для тех, у кого нет желания говорить вслух, есть возможность записать обратную связь на листочках, которые ведущий подготовит

Упражнение 4. Теория «особенности передачи информации»

Существует много разных методов работы, самое простое и распространенное – это лекция. Но лекции бывают очень разные: монотонные и занудные и очень живые и интересные, которые собирают толпы людей.

- Как вы думаете, что важно для человека, который выступает перед кем-то?

Сейчас приведу пример.

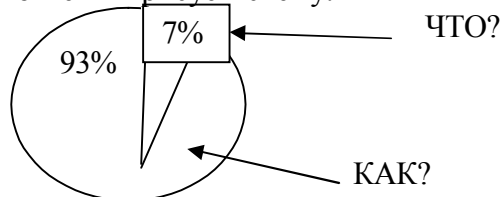
Демонстрация (мини-сценка): ведущий всем своим видом, невербальным поведением показывает неуверенное поведение, но говорит, что он очень уверенный в себе человек, на его выступления приходит много народу и что он – победитель в конкурсе на звание лучшего оратора.

(обычно детям очень нравится сценка, она их очень веселит)

Спрашиваем: Ну как, поверите вы такому человеку? Нет? Почему?

Обсуждаем, что выдавало выступающего – голос, поза, осанка, взгляд в пол, мнется на ногах, руки за спиной и т.д.

-собираем ответы и рисуем схему:



Поясняем:

На самом деле при восприятии информации, человек лишь 7% информации воспринимает из слов, то есть из того, ЧТО ему говорят и 93% из поведения человека, то есть из того, КАК нам говорят.

Тело не обманывает, оно всегда расскажет внимательному взгляду больше чем слова. Таким образом, чтобы максимально привлечь внимание и слушателю нас было приятно и интересно слушать необходимо обратить внимание на следующее: (пишем на доске)

-Внешний вид (одежда, прическа)

-Поза тела

-Осанка

-Жесты, мимика (улыбка, добожелательность)

-Зрительный контакт со слушателями

-Речь: громкость, четкость, интонация

Упражнение 5. Мини-лекция «Здоровье»

Людам в наше время куда важнее карьера, увлечения, друзья, любимые, все что угодно, только не здоровье, которое в списке приоритетов оказывается на последних местах. Все забывают, что без здоровья не будет ни карьеры, ни хорошей учебы, ни хорошего будущего в принципе.

По данным статистики, за последние 10-12 лет (с 2000 по 2010 г.г.) общее число зарегистрированных больных увеличилось на 18 %: со 191 миллиона до 226 миллионов за 10 лет, другими словами – на 25 миллионов заболевших стало больше. Тема здоровья сегодня весьма актуальна.

Страшная статистика говорит нам ещё и о том, что полностью здоровые младенцы уже почти не рождаются. «Коэффициент здоровья младенцев» - абгар. При рождении здоровье ребенка оценивается по 10 шкале. В настоящее время, 10 уже не ставят. Теперь здоровый – значит 8-9. 7 – ребенок уже с проблемами.

Быть здоровым – это не просто не болеть и не иметь вредных привычек, а сохранять свое здоровье. Среди факторов, влияющих на здоровье, можно выделить: питание, эмоции, экология, наследственность, поведение родителей.

К последнему относится поведение матери во время беременности: болезни, употребление алкоголя. Например, по цвету околоплодных вод можно узнать курила ли женщина когда-либо или нет. Проще говоря, если курила, то ребенок плавает в пепельнице.

Главные факторы, влияющие на наше здоровье говорят нам о том, что ответственность за наше здоровье лежит на нас самих: мы сами выбираем кушать на обед суп или булочку, одевать ли в мороз по дороге в школу шапку, чистить ли перед сном зубы, и т.п.

Западный и восточный подход к здоровью.

Западный. Есть проблема-нужно лечить. Большой акцент на лекарства – бизнес и лечение. Живи как хочешь, дадим таблетку от отдельного недуга – все ок.

Восточный – (профилактика) не допускать болезни, все действия направлены на сохранение здоровья. Более комплексный подход, организм целостный, нужно заниматься целым организмом и тогда никакой орган не даст сбой. Сюда относится: питание, йога и т. д.

Образ – модель жизни, то, как человек живет, во многом определяется привычками.

У каждого свои привычки, схемы поведения. Мы привыкли кушать в МакДоналдсе не мытыми руками и т.д. Как перейти на здоровый образ жизни, как избавиться от вредных привычек? Специалисты советуют создать новые! Постепенно заменять вредные привычки положительными.

Кушать в МакДоналдсе 1 раз в месяц, остальные дни ходить на обед в гости к друзьям. Или, вместо 3-4 часов игры на компьютере, выйти с друзьями на улицу, сходить в гости и т.д. В данном подходе изменения жизни важна постепенность, добавлять новое и хвалить себя. Например, в этом месяце я в МакДоналдс иду 3 раза, в следующий – 2 раза и т.д. Продержаться 21 день.

С интенсивностью жизни, работоспособностью человека, устойчивостью организма к внешней среде и к инфекционным заболеваниям прямо связано питание. Доказана его связь с настроением человека. Правильное питание снижает усталость, улучшат самочувствие, уменьшает раздражительность и возбужденность.

Для хорошего здоровья пищевой рацион каждого человека должен быть ограниченным по объему и полноценным по набору продуктов. Рекомендации по рациональному питанию очень индивидуальны, но существуют принципы, придерживаться которых должны все.

Доказано, что нормальная желудочная секреция может поддерживаться только при наличии четко установленных промежутков между приемами пищи. Соблюдение ритма приема пищи во многом является залогом хорошего аппетита.

Специалисты считают, что основной прием пищи должен быть принят днем, а меньшая часть после 18 часов. Вечером не стоит есть мясо, не полезны вечером острые блюда, также крепкий чай и кофе.

Если насыщаться пищей до предела происходит стойкое растяжение желудка и бороться с этим трудно. Нужно вставать из-за стола вовремя, чтобы еще осталось желание поесть.

На сегодня твердо установлено, что для живых существ необходимы, по крайней мере, 10 металлов. Это железо, медь, магний, кобальт, цинк, марганец, молибден, натрий, калий, кальций. Их называют металлами жизни. Человек может получить их, употребляя в пищу сырые растительные продукты питания.

Упражнение 6. Игра «пересядьте те, кто».

Группа сидит в кругу. Стульев должно быть на одного меньше. Тот у кого, нет стула встает в круг – он вода (ведущие игры тоже могут участвовать в игре, тогда один из них будет первым водой).

Вода называет любой признак (это может быть качество или внешний признак), который обязательно есть в нем самом. Он начинает фразой «пересядьте те, кто... (признак)». После чего

все, в ком так же, как и в ведущем присутствует этот признак встают со своих мест и ищут себе другой стул – на свой и соседние стулья садиться нельзя. Тот, кому не досталось стула – следующий вода.

Примечание: игра продолжается до тех пор, пока группа активна. Цель – познакомить группу друг с другом.

Упражнение 7. «Геометрические фигуры»

Ведущий каждому выдает листочек с названием геометрической фигуры: квадрат, треугольник, круг, отрезок, овал (но не круг), прямоугольник (но не квадрат), пятиугольник, звезда, шестиугольник. Каждому необходимо запомнить название геометрической фигуры.

Вся команда берется за замкнутую веревку, каждый внимательно смотрит друг на друга и закрывает глаза. Теперь по очереди, каждому необходимо дать инструкцию команде, чтобы она сложила фигуру, которая попала у нее на листочке. После того, как лидеру группы кажется, что фигура сложена, команда открывает глаза.

Обратная связь. Ведущий в ходе практики внимательно следит за всем происходящим и старается запомнить особенности подачи инструкции каждого участника. После практики ведущий обсуждает то, что происходило с каждым по очереди. Участники высказывают свои впечатления, а ведущему необходимо поделиться своими наблюдениями по возможности с каждым участником в формате: что было хорошо, на что стоит обратить внимание.

Упражнение 8. Аплодисменты.

Все встают и образуют круг. После чего каждый входит в круг и ему все аплодируют до тех пор, пока тот, кто стоит в центре не посчитает, что аплодисментов достаточно.

Упражнение 9. Обсуждение мультфильма «Ёжик должен быть колючим»

Просмотр мультфильма. После ведущий рассказывает, на что надо обращать внимание, при подготовке обсуждения мультфильма. В качестве примеров, ведущий задает вопросы по мультфильму.

Опорные пункты: Рекомендации к построению обсуждения:

1. Эмоции и чувства:

- Какие чувства у вас возникли при просмотре?
- Какие эмоции вызывает этот ролик/герой?
- Какие чувства по отношению к герою в разных ситуациях?

2. Мысли:

- Оценка поведения героев: почему герои ведут себя так или иначе?
- Выделение главной идеи: о чем фильм/ролик?

3. Поведение:

- Что бы Вы сделали в данной ситуации?
- Бывают ли в жизни похожие ситуации?

Упражнение 10. Социальная реклама, отработка навыка задавать вопросы по теме.

Цель: закрепление навыка проведения фильмогруппы как одной из форм мероприятий, отработка навыков публичных выступлений и организации работы в упражнении, создание ситуаций для выбора и проявления инициативной активности учащихся

Содержание: два добровольца показывают группе социальную рекламу о толерантности (1 минута 39 секунд) и организуют краткое обсуждение по схеме, используя те рекомендации, которые давались ранее. В этот момент ведущий является просто участником группы, он не вмешивается в процесс за исключением случаев, если обсуждение затягивается по времени.

Обратная связь: Далее, добровольцы возвращаются в круг. Сначала добровольцы высказываются о своих впечатлениях (как им было в роли ведущего) и оценивают свою работу (что было хорошо, что можно сделать лучше). Далее, группа дает им обратную связь о проведенном обсуждении по критериям. Последним дает обратную связь ведущий.

Упражнение 11. Танцы с фломастером.

Участники объединяются в пары. Каждой паре выдается по два фломастера, которые они удерживают указательными пальцами (оба фломастера удерживают вместе). Задача: двигаться – танцевать, не уронив при этом фломастеры. Упражнение направлено на улучшение взаимодействия между участниками команды.

Упражнение 12.

Как показывает практика, далеко не все волонтеры способны четко и ясно произнести команду, что выдает их тревожность и неуверенность. Предлагается тренировать навык подачи твердой четкой команды. «Начали», «Стоп» или «Закончили».

1. Задача участников по очереди четко и уверенно давать команды начала и окончания движений. По команде «Начали», остальные участники начинают движение (изображают зомби, например). По команде «Стоп» Участники останавливаются и стараются не двигаться. Если за 30 секунд никто так и не двинулся, командующий снова командует «Начали», и все повторяется. Кто первый двинулся – встает на место командующего. Задача ведущего (взрослого): проследить, что бы все побывали командующим. Если команды не звучат положенным образом, ведущий обращает на это внимание.
2. Игра «Молекулы»
3. Игра «Мельницы»

Упражнение 13.

Содержательный вывод по упражнению. Обращать внимание на то, что говорят дети, отвечая на вопросы ведущего, на то, что происходит в процессе, запоминать особенности. В конце упражнения сделать небольшой анализ в качестве вывода:

1. похвалить за игру (особенно, если получилось не очень хорошо),
2. сказать, что получилось хорошо (вспомнить пару подробностей про конкретных людей),
3. что возможно могло быть лучше.
4. Последним делается содержательный вывод по темам: если обсуждается конкретная тема (например, дружба).

Команда разделяется на тройки. В тройке каждый по очереди исполняет одну из ролей: выступающий, руководящий, ведущий. Выступающий – просто участвует в обсуждении. Руководящий – следит за последовательностью выступлений, отслеживает время, останавливает выступающего. Ведущий – задает уточняющие вопросы, если необходимо, запоминает ответы. По окончании, ведущий обобщает и делает вывод. Каждый в тройке высказывается по теме.

На каждую тему по сигналу ведущего начинается обсуждение, в котором принимают участие все. При этом, руководящий и ведущий выполняют еще и свои задачи. После каждой темы, ведущие, по очереди, делают свои выводы.

Темы для обсуждения:

Тема 1. Твой друг (подруга) хочет сделать тату втайне от родителей и выбрал для этого недорогой салон. Ты не уверен в качестве предоставляемых там услуг (стерильность иглы). Твои мысли? твои действия? Почему?

Тема 2. Играли компанией в мяч, разбили окно (лампочку). Грозятся наказать всех, потому, что виновный (тот, кто пинал злополучный мяч) не признается. Действия виновного? Почему?

Тема 3. Твои друзья зовут тебя забраться на крышу и сделать там «оригинальное селфи». Твои действия? Почему?

Упражнение 14.

Впереди первое практическое задание. Станционная игра на тему «Здоровье». Вам пригодятся навыки, полученные на занятиях. Постарайтесь использовать их с умом.

На первом семинаре вы получите первое задание. Вам предстоит много работы:

- обсудить сценарий и утвердить его,
- подготовить по сценарию необходимые материалы,
- распределить роли,
- Подготовить свою роль (выучить слова, знать и понимать суть),
- Договориться и провести мероприятие,
- Собрать обратную связь по горячим следам:
 - 1) ОС классного руководителя
 - 2) ОС волонтеров

Обратная связь волонтеров:

1. Табличка регистрации проведения: дата, время, класс, Фамилия И.О.
2. Тема.
3. Сценарий мероприятия. Названия этапов, краткое описание каждого этапа. Каждый человек может описать лишь тот этап, который он готовил и проводил. Это удобно делать, когда готовитесь к мероприятию.
4. Обратная связь как в конце каждого занятия содержательно каждый по своей проделанной работе: что у меня получилось хорошо (в чем я молодец), что я сделаю лучше в следующий раз. Эту часть удобно делать сразу после проведения мероприятия. Провели, собрались в классе, написали аккуратно на листочках свою обратную связь. Можно выделить одного, кто потом перенесет все это в электронный вид.
5. В идеале, обсудить результаты по той же форме (сделать разбор и работу над ошибками).
6. Дождаться ОС от куратора. Добавить фотографии. Принести все на следующий семинар.

Пункты 3, 4 и 5, если позволяет время, желательно попробовать прописать здесь и сейчас, взяв за основу упражнение 13.

Дополнительные материалы для занятия № 3.

Игра «пересядьте те, кто».

Цель игры – познакомить группу друг с другом.

Группа сидит в кругу. Стульев должно быть на одного меньше. Тот у кого нет стула встает в круг – он вода (ведущие игры тоже могут участвовать в игре, тогда один из них будет первым водой). Вода называет любой признак (это может быть качество или внешний признак), который обязательно есть в нем самом. Он начинает фразой «пересядьте те, кто... (признак)». После чего, все, в ком так же присутствует этот признак, встают со своих мест и ищут себе другой стул. На свой и соседние стулья садиться нельзя. Тот, кому не досталось стула – следующий вода.

Примечание: игра продолжается до тех пор, пока группа активна.

квадрат	треугольник	круг
отрезок	овал (но не круг)	прямоугольник (но не квадрат)
пятиугольник	звезда	шестиугольник
квадрат	треугольник	круг

Приложение 2.

Собака, верблюд, кошка, лошадь.

Поезд, самолет, пароход, велосипед.

Снег, дождь, ветер, туман.

Портрет, натюрморт, пейзаж, жанровая живопись

Приставка; суффикс; окончание; корень.

Ромб; прямоугольник; квадрат; треугольник.

Барометр, флюгер; термометр; часы;

Раб; крестьянин; рабочий; ремесленник.

Стихотворение; поэма; рассказ; повесть.

Питание; рост; раздражимость; размножение.

Дождь; снег; иней; град.

Треугольник; отрезок; квадрат; круг.

Мозаика; икона; фреска; кисть.

Роман; рассказ; сюжет; повесть.

Параллель; меридиан; экватор; полюс.

Литература; наука; живопись; зодчество.

Длина; масса; объем; скорость.

Углекислый газ; вода; крахмал; хлорофилл.

Пролог; кульминация; развязка; эпилог.

Скорость; сила; вес; плотность.

Куба; Япония; Великобритания; Исландия.

Товар; город; натуральное хозяйство; деньги.

Описание; сравнение; характеристика; иносказание.

Аорта; вена; артерия; капилляр.