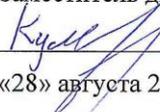


муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Школа №144 имени Маршала Советского Союза Д.Ф.Устинова»
городского округа Самара

РАССМОТРЕНО на заседании МО учителей гуманитарного цикла Протокол №1 от «27» августа 2021 г. Председатель МО  Куляева Е.О./	ПРОВЕРЕНО Заместитель директора по УВР  / Куляева Е.О. / «28» августа 2021 г.	УТВЕРЖДЕНО Директор МБОУ Школы № 144 г.о.Самара  Волохова Т.В./ «30» августа 2021 г. Приказ №90 от «30» августа 2021 г.
--	---	---

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ
«Волонтер – шаг навстречу»

уровень обучения: среднее общее образование
Программа составлена коллективом учителей МБОУ Школы №144
г.о.Самара

Пояснительная записка

Направление курса внеурочной деятельности: жизнь ученических сообществ.

Форма организации проведения курса внеурочной деятельности.

Сроки реализации курса внеурочной деятельности: 10-11 класс (2 год).

Стремительные политические, социально-экономические изменения, происходящие сегодня в обществе, диктуют новые требования как к организации самого учебно-воспитательного процесса в средней школе, так и к содержанию образования. В период стремительной глобализации и информатизации жизненного пространства, засилия рекламы и подмены ценностей, подросток каждый день должен делать выбор, противостоять соблазнам жизни, сохранить здоровье и отстаивать свою жизненную позицию, основанную на знании и собственном приобретённом опыте. В Общенациональной программе развития воспитания детей в РФ важнейшими проблемами воспитания названы размытость нравственных представлений и гражданских принципов детей и молодежи и асоциальное поведение подростков. Одной из задач гражданского и патриотического воспитания, согласно программе, является формирование у детей активной жизненной и гражданской позиции, основанной на готовности к участию в общественно-политической жизни страны и государственной деятельности. Целью развития системы профилактики асоциального поведения и детской безнадзорности является усиление сопротивляемости личности негативным влияниям среды. Важнейшей задачей названо формирование у подростков навыков социальной и личностной компетентности, позволяющих им противостоять приобщению к употреблению психоактивных веществ, алкоголизму, курению в условиях давления социального окружения: умения общаться, понимать других людей, а также собственного достоинства и уважения к другим, умения отстаивать свое мнение, считаться с мнением окружающих, противостоять внешнему давлению.

Социальные компетенции подразумевают овладение такими качествами как умение извлекать пользу из опыта и решать проблемы, умение противостоять неуверенности и сложности и оценивать социальные привычки, связанные со здоровьем, потреблением и окружающей средой,

умение сотрудничать и работать в группе, включаться в проект и организовывать свою работу. Быть социально активным значит не только понимать и осознавать свою ответственность за свою жизнь и здоровье, но защищать и пропагандировать свою социальную и политическую позицию, помогать другим и поддерживать в сложных жизненных ситуациях. Как и всякая иная компетенция, социальная компетенция базируется и основывается на опыте и деятельности самих обучающихся. Нельзя научиться быть социально активным, не участвуя в самой деятельности. Приобретение компетенций напрямую зависит от активности самих учащихся. А формирование компетенции связано с педагогическими новациями содержания, формы и технологии воспитания. В отечественной педагогике накоплен большой опыт социализации подростков. Ушедшие в прошлое старые формы организации досуга учащихся и изменившаяся социально-экономическая обстановка в стране, требовало появления новых подходов и методов активизации подростков. Именно поэтому появления новых форм вовлечения подростков в социальную активность, призвано способствовать формированию и совершенствованию политической и социальной компетентности подрастающего поколения. Волонтерское движение, на мой взгляд, может стать одной из таких форм работы.

Волонтеры (от англ. Volunteer - доброволец) – это люди, делающие что-либо по своей воле, по согласию, а не по принуждению.

Волонтерские или добровольческие организации - это свободные союзы людей, объединенных каким-либо общим специальным интересом. Их деятельность связана, как правило, с благотворительностью, милосердием. Волонтерское движение сейчас развивается довольно бурно. И одна из основных причин этого – добровольность и свобода выбора. Добровольно выбранная социально значимая деятельность неизмеримо выше для личности подростка навязанной извне. К тому же, формирование компетентности возможно только в единстве с ценностями человека, т.е. при глубокой личной заинтересованности человека в данном виде деятельности. Миссия

нашего волонтерского отряда – внести вклад в физическое и нравственное оздоровление общества, сделать жизнь окружающих светлее и ярче.

Цель: оказать позитивное влияние на сверстников при выборе ими жизненных ценностей.

Мы понимаем, что невозможно заставить человека жить здоровой и гармоничной жизнью, если он этого не хочет. Но мы можем помочь ему осознать ответственность за свою жизнь и поставить его в ситуацию свободного выбора. Иначе говоря, сформировать его социальную компетенцию.

Первые волонтеры отряда, те, которые начнут все с нуля, им необходимо пропустить идею волонтерства через себя и тогда узнают, что эта деятельность не просто развлечение и способ покрасоваться. Главное здесь – активная жизненная позиция, ответственность и высокая цель – желание изменить этот мир к лучшему.

Активная жизненная позиция, умение взаимодействовать и включаться в проект, умение получать и передавать информацию – это то, чем должен обладать волонтер для успешной работы. Все это будет формироваться в процессе подготовки волонтеров – на профилактических и обучающих занятиях, на тренинговых занятиях, учебах и сборах. Благо, что волонтеры просто вынуждены применять все свои умения на практике. По принципу «равный-равному» волонтеры будут передавать сверстникам информацию на днях профилактики, в выступлениях на сцене, на занятиях с элементами тренинга, в ролевых и интерактивных играх. Обучая других, будут обучаться сами. Работа в волонтерском отряде поможет ребятам поменяться внутренне, и даже внешне. Взгляд из равнодушного превратится в горящий и заинтересованный. Сам подросток обретет самоуважение, станет уверенным и привлекательным для окружающих. В дальнейшей жизни им проще будет общаться, взаимодействовать и включаться в любую деятельность, они будут уметь оказывать положительное влияние на людей, легко занимать лидерские позиции, проявлять в то же время толерантность и уважение к окружающим.

В процессе деятельности волонтеры будут взаимодействовать с внешним миром:

- во-первых, получая воздействие извне, получая информацию, знания, обучаясь и развивая личностные качества (подготовка волонтеров, психологическое сопровождение);
- во-вторых, взаимодействуя между собой в процессе деятельности, приобретают умения работать в команде, учатся разрешать конфликты, включаться в проект, несут ответственность (сама волонтерская деятельность (подготовка выступлений, проведение акций, игр, участие в конкурсах, проведение соц. опросов, анкетирования));
- в-третьих, передавая информацию вовне, своим сверстникам, по принципу «равный – равному», проводя Дни профилактики с тематическими информационными выходами в классы, профилактические занятия, занятия с элементами тренинга, агитационные выступления, интерактивные игры, акции, оформление информационных листовок, тематического уголка, написание статей в газету. Все это будет способствовать формированию социальной компетентности. Объединение «От сердца к сердцу» решает проблему пропаганды ЗОЖ, профилактики возникновения вредных зависимостей всеми доступными способами:

Обучающий модуль:

1. Беседы со специалистами.
2. Групповые занятия волонтеров для учащихся.
3. Изготовление плакатов.
4. Выпуск газеты.
5. Оформление информационного стенда.
6. Акции волонтеров.
7. Листовки.
8. Игры.
9. Викторины.

10. Лекции.
11. Опросы.
12. Анкетирование.
13. Дискуссии и т.д.

Развивающий модуль:

1. Развивающие занятия с волонтерами.
2. Мини-тренинги, тренинги.
3. Интерактивные игры.
4. Ролевые игры.
5. Мастер-классы и т.д.

Творческий модуль:

1. Игры, конкурсы.
2. Неделя «Только здоровые привычки».
3. Спортивные мероприятия.
4. Фотоконкурс.
5. Массовые игры и т.д.

Цели курса:

1. Оказать позитивное влияние на сверстников при выборе ими жизненных ценностей.
2. Апробация новых форм организации занятости детей для развития их самостоятельной познавательной деятельности, профилактики вредных привычек, воспитания здорового образа жизни.
3. Развитие волонтерского движения в школе, формирование позитивных установок учащихся на добровольческую деятельность.

Задачи курса:

1. Показать преимущества здорового образа жизни на личном примере.
2. Пропагандировать здоровый образ жизни (при помощи акций, тренинговых занятий, тематических выступлений, конкурсов и др.)
3. Сформировать сплоченный деятельный коллектив волонтеров.

4. Возродить идею шефства как средства распространения волонтерского движения.
5. Создать условия, позволяющие ученикам своими силами вести работу, направленную на снижение уровня потребления алкоголизма, табакокурения, ПАВ в подростковой среде. Предоставлять подросткам информации о здоровом образе жизни.

Формы реализации:

Программа предусматривает теоретические, практические и индивидуальные занятия.

Теоретические занятия – проводятся в виде групповых, развивающихся, профилактических, обучающих и тренинговых занятиях, учебах, сборах, бесед и т.д.

Практические занятия – проводятся в виде мини – тренингов, игр, конкурсов, опросников, акций, дискуссии и т.д. Оформление информационных стендов, плакатов, листовок и т.д.

Индивидуальные занятия – проводятся с одним или двумя учащимися в индивидуальном порядке.

Данная образовательная программа рассчитана для обучающихся 10 класса.

Основные требования к знаниям и умениям воспитанников.

К концу изучения курса обучающиеся должны знать:

- ✓ Цели, задачи и принципы волонтерского отряда;
- ✓ владеть знаниями о ЗОЖ;
- ✓ правила хорошего тона;
- ✓ возрастные особенности развития своего организма;
- ✓ режим дня школьника;
- ✓ вредные привычки и их воздействие на организм человека;
- ✓ вопросы гигиены и питания, закаливания, строения человека и др.;
- ✓ вопросы физического и духовного здоровья.

Уметь:

- ✓ Аргументировано отстаивать свою позицию, формирование здоровых

установок и навыков ответственного поведения, снижающих вероятность приобщения к ПАВ, курению, алкоголизму:

- увеличение количества детей и подростков, вовлеченных в волонтерские отряды и проведение альтернативных мероприятий;
- привлечение детей и подростков к общественно значимой деятельности и уменьшение количества несовершеннолетних состоящих на внутришкольном учете и учете в ПДН;
- уметь общаться с учащимися и взрослыми, владеть нормами и правилами уважительного отношения.

Применять на практике:

- ✓ Основной результат работы - формирование в ходе деятельности более ответственной, адаптированной, здоровой личности.
- ✓ Участвовать в акциях по здоровому образу жизни организуемых школой, районом, городом.
- ✓ Волонтер-это доброволец, разговаривающий на языке юной аудитории, вызывающий доверие и интерес к себе;
- ✓ Волонтерство (по пропаганде ЗОЖ) - это доступный, массовый способ профилактики вредных привычек и асоциального поведения в обществе.

Содержание программы

1. Вводное занятие.

Знакомство. Значение и место. Создание волонтерской команды.

2. Кто такой волонтер?

Ознакомление с волонтерским движением, деятельностью волонтерских организаций в мире и России. Функции волонтеров. Распределение функциональных обязанностей. Формирование навыков совместной работы. Знакомство с планом работы.

3. Профилактика и пропаганда ЗОЖ.

Обучение навыкам первичной профилактики и пропаганды ЗОЖ. Групповые занятия. Тренировочные занятия. Беседы. Составление методического, информационного и раздаточного материала.

4. «Вредные привычки и их влияние на здоровье»

Влияние алкоголя, табака на организм человека. Чем опасны наркотики? Наркотики: зависимость и последствия. Употребление ПАВ. Вирусная агрессия.

5. СПИД и его профилактика Профилактика

ВИЧ. Венерические заболевания.

6. Значение двигательной активности и физической культуры для здоровья

Здоровый образ жизни. Занятие спортом. Физическая активность и здоровье. Значение физических упражнений на формирование опорно – двигательной системы.

7. Инфекционные заболевания

Профилактика инфекционных заболеваний. «Что делать, чтобы не болеть?» Беседа «Грипп».

8. Я и мое здоровье

Санитарно – гигиенический режим. Экологи и проблемы XXI века. Польза и вред компьютера, сотовых телефонов, телевидения и видео.

9. Рационально питание

Регулярное питание. Витамины.

10. Эволюция волонтеров

Знакомство с планом работы. Формирование структуры кружка. Разработка и реализация социально – значимых проектов. Изучение физиологических и психических особенностей подросткового возраста. Владение различными методами ведения профилактической работы среди волонтеров.

11. Что такое стресс? Модели проблемно - разрешающего поведения.

Стрессовые ситуации и как их разрешить. Психологические особенности подростка. Психологическая зависимость. Понятия личности, и её структура. Я – концепция. Взаимоотношения со сверстниками, полов, в семье. Беседы, лектории.

12. Добро, милосердие и сострадание

Понятие «Милосердие». Воспитание потребности делать добро, сострадать. «Добро помни, а зло забывай». Долг, ответственность, милосердие, сострадание, любовь и милостыня. Позитивное отношение к трудным ситуациям. Быть честным перед собой и перед другими.

13. Физическая зависимость

Признаки физической зависимости. Физическая зависимость от наркотиков, алкоголя, табака. Синдром физической зависимости. Рискованное поведение. Виды наркотиков и их воздействие на организм. Вредные привычки: «Курить – здоровью вредить», «Алкоголь не щадит не одного органа», «Наркотик – «Белая смерть»», «СПИД».

14. «Витамины – наши друзья»

Витамины и их роль в организме. Значение витаминов. История открытия витаминов. Классификация витаминов. Значение витаминов в питании. Каких витаминов нам не хватает. Опасность передозировки. Витамины в аптеках. Витамины: друзья или враги?

15. Полезные привычки

Что такое привычки. При каких условиях успешно вырабатываются навыки. Как вырабатывать полезные привычки и бороться с вредными.

Виды привычек. Привычки человека.

16. Физиологические основы здорового образа жизни

Профилактика и пропаганда ЗОЖ. Занятия, беседы, лекции, дискуссии и т.д.

17. Итоговое занятие

Анализ работы, определение перспективы и её внедрение.

Тематическое планирование

№ п/п	Наименование тем	Всего часов	РПВ
1	Вводное занятие.	1	В.М.3.3.
2	Кто такой волонтер? Знакомство с планом работы.	1	В.М.3.3.
3	Профилактика и пропаганда ЗОЖ.	1	В.М.3.3.
4	«Вредные привычки и их влияние на здоровье». Влияние алкоголя, табака, наркотиков на организм человека.	1	В.М.3.3.
5	«СПИД и его профилактика».	1	В.М.3.3.
6	Значение двигательной активности и физической культуры для здоровья человека.	1	В.М.3.3.
7	Инфекционные заболевания.	1	В.М.3.3.
8	Я и мое здоровье.	1	В.М.3.3.
9	Рациональное питание.	1	В.М.3.3.
10	Эволюция волонтеров.	1	В.М.3.3.
11	Что такое стресс? Модели проблемно – разрешающего поведения.	1	В.М.3.3.
12	Добро, милосердие и сострадание.	1	В.М.3.3.
13	Физическая зависимость.	1	В.М.3.3.
14	«Витамины – наши друзья».	1	В.М.3.3.
15	Полезные привычки.	1	В.М.3.3.
16	Физиологические основы здорового образа жизни.	1	В.М.3.3.
17	Итоговое занятие.	1	В.М.3.3.
	Итого	17	

Используемая литература

1. Междисциплинарная программа: «Здоровье»
2. Модно быть здоровым. (Из опыта проведения Всероссийского урока здоровья).
3. Актуальные проблемы профилактики злоупотребления психоактивными веществами в региональной системе образования.
4. Предметные недели в школе: биология, экология, ЗОЖ. Составители:

- В.В. Балабанова, Т.А. Маживцева. Волгоград: Изд-во: учитель.
5. Классные часы и беседы по профилактике наркомании. Под ред. В.В. Аршиновой. Москва: Изд-во: Сфера.
 6. Социальная работа с молодежью / Учебное пособие / Под ред. Д.п.н. проф. Н. Ф. Басова – М.: Издательско – торговая корпорация «Дашков и К».
 7. Сборник методических материалов для проведения мероприятий по профилактике негативных явлений в молодежной среде.
 8. Евсеева А. Н. Привлечение добровольцев к работе учреждений социального обслуживания / А. Н. Евсеева // Работник социальной службы.
 9. Ершова Н. Н. Модель привлечения волонтеров к социально – профессиональной работе в подростковой и молодежной среде / Н. Н. Ершова // Беспризорник.
 10. Кобякова Т. Г., Смердов О. А. Первичная профилактика наркозависимости: концепция программы организации и развития подросткового добровольческого движения.
 11. Кобякова Т. Г., Смердов О. А. Первичная профилактика наркозависимости: концепция программы организации и развития подросткового добровольческого движения.
 12. Левдер И. А. Добровольческое движение как одна из форм социального обслуживания / Левдер И. А. // Социальная работа.
 13. Макеева А. Г. Не допустить беды: Пед. профилактика наркотизма школьников: Пособие для учителя: В помощь образоват. учреждению: «Профилактика злоупотребления психоактивными веществами» / А. Г. Макеева.
 14. Соколова О. Д. Памятка для волонтеров .
 15. Профилактика злоупотребления психоактивными веществами. / Сборник методических материалов по проблеме профилактики

злоупотребления психоактивными веществами среди
несовершеннолетних и молодежи .

16. Хулин А. А. Добровольчество как вид благотворительности / А. А. Хулин Социальная работа.
17. Циткилов П. Я. Информационно – методические материалы по организации работы с волонтерами / П. Я. Циткилов /.