**Муниципальное казенное общеобразовательное учреждение
Усть-Нейская средняя общеобразовательная школа
Макарьевского муниципального района
Костромской области**

Рассмотрено
на заседании
педагогического совета
протокол № 1
от 30 августа 2023

Утверждаю
директор школы
Торопова И.Н.
Приказ № 61
от 01 сентября 2023

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ
«Школа волонтера»
для обучающихся 7-9 классов**

Рабочая программа внеурочной деятельности «Школа волонтера» для учащихся 7-9 классов рассчитана на 3 года обучения (102 часов). Рабочая программа составлена в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования и является приложением Основной образовательной программы основного общего образования МКОУ Усть-Нейской средней школы

Данная программа направлена на формирование сплоченной команды волонтеров лидеров школьного подросткового волонтерского отряда, а также развитие у них навыков уверенного поведения и общения для осуществления просветительско-профилактической работы по формированию и закреплению в школьной среде ценностей молодежной культуры, ориентированных на здоровый жизненный стиль, направленных на неприятие социально опасных привычек. Программа предназначена для проведения занятий с волонтерами подростками в возрасте 11-15 лет. Если заглянуть в словарь, то волонтер (от лат. voluntarius – «добровольно») – человек, добровольно занимающийся безвозмездной общественной деятельностью. Добровольческие инициативы распространяются почти на любую сферу человеческой деятельности, в том числе и в образовании. Все обучение волонтеров должно проходить в тренинговом режиме. Интерактивные методы обучения (т.е. живое общение) позволяют более глубоко осознать истинные мотивы обращения к волонтерской деятельности, развить уже существующие навыки общения, уверенности, саморегуляции, стрессоустойчивости, а так же навыки работы в разновозрастных группах. Таким образом, **целью программы** является – формирование сплоченной команды волонтеров-лидеров школьного подросткового волонтерского отряда, развитие у них навыков уверенного поведения и общения, снятие тревожности в коммуникативной сфере, формирование адекватной самооценки, для осуществления просветительско-профилактической работы по формированию и закреплению в школьной среде ценностей молодежной культуры, ориентированных на здоровый жизненный стиль, направленных на неприятие социально опасных привычек.

В ходе достижения заявленной цели решаются следующие задачи: о формирование у

- подростков активной жизненной позиции, здорового жизненного стиля;
- обучение методам, приемам формам осуществления профилактической деятельности среди детей и подростков по пропаганде здорового образа жизни;
- развитие у волонтеров компетентности, направленные на социализацию, психическое и физическое здоровье: о развитие навыков самооценки и понимания других, навыков управления собственными эмоциями и эмоциональными состояниями;
- развитие навыков конструктивного общения, навыков продуктивного взаимодействия и сотрудничества, навыков самостоятельного принятия решений и решения проблемных ситуаций и др.;
- психолого-педагогическая подготовка волонтеров для проведения городских, районных и школьных мероприятий, направленных на пропаганду здорового образа жизни.

Основной формой проведения занятий является групповая работа, которая включает в себя выполнение индивидуальных и коллективных практических работ, презентацию результатов групповой работы, решение ситуационных задач, психологические упражнения, дискуссии, игры, анкетирование, быстрый круг, итоговый круг, рефлексию и др. Вместе с тем в программу включены занятия по подготовке волонтеров к проведению общешкольных, районных, городских просветительско-профилактических мероприятий со сверстниками и младшими школьниками, направленных на развитие и поддержание мотивации детей и подростков на здоровый образ жизни, отказ от вредных привычек.

В структуру занятий входят:

1. Теоретическая часть.
2. Практическая часть:
 - игры или упражнения, способствующие включению в групповую работу;
 - упражнения-активаторы, используемые для создания доброжелательной рабочей обстановки и снятия психологических барьеров в общении;
 - упражнения, способствующие развитию навыков группового взаимодействия, сплочению коллектива;
 - упражнения, создающих условия для достижения целей каждого конкретного занятия;
3. Рефлексия (подведение итогов занятия, получение обратной связи от участников).

Личностные, метапредметные результаты освоения программы «Школа волонтера» личностные результаты — готовность и способность обучающихся к саморазвитию, сформированность мотивации к познанию, к ценностно-смысловым установкам обучающихся, отражающие их индивидуально-личностные позиции, социальные компетентности, личностные качества; **метапредметные результаты** :

- *иметь* представление о вербальном и невербальном общении, признаках уверенного поведения, природе лидерства, стрессе и методах борьбы с ним.
- *знать* техники общения, способы просьбы, убеждения и отказа собеседнику, алгоритм эффективной самопрезентации и публичных выступлений, методы саморегуляции;
- *уметь* осознавать свой личностный потенциал, сотрудничать и принимать коллективные решения, находить приемлемые средства для достижения поставленных задач;
- *владеть* навыками самонаблюдения и рефлексии, навыками уверенного общения и поведения, навыками самопрезентации, техниками расслабления и снятия стресса
- *делать выводы* в результате совместной работы обучающихся;
- *преобразовывать* информацию из одной формы в другую;
- *уметь* донести свою позицию до других, слушать и понимать других, совместно *договариваться* о правилах общения и поведения и следовать им;
- *учиться выполнять* различные роли в группе (лидера, исполнителя, критика).

А также приобретает навыки организации и проведения мероприятий по пропаганде здорового образа жизни среди детей и подростков, используя разные методы, приемы, формы.

По завершению курса образовательной программы обучающимся предлагается по выбору написать сценарий, проект, методическую разработку просветительско-профилактического мероприятия, направленного на пропаганду здорового образа жизни среди сверстников и младших школьников.

Успешное выполнение предложенного задания будет являться промежуточной аттестацией обучающихся.

Содержание курса внеурочной деятельности с указанием форм организации и видов деятельности

7 класс

№ п/п	Тема раздела	Количество часов	Характеристика основных видов внеурочной деятельности учащихся
1	Из истории волонтерского движения в мире и России. Создание волонтерского отряда	9	Учащиеся узнают об истории волонтерского движения в России и за рубежом. Познакомятся с правами и обязанностями волонтеров. России. Разработают проект положения о волонтерском отряде, определяют миссию волонтерского отряда, продумают направления работы и наметят план работы на год. Составят банк организаций, которые нуждаются в волонтерской помощи. Анкетирование поможет обучающимся осмыслить требования, предъявляемые к личным качествам волонтера
2	Познаю себя и других (психологическая подготовка волонтеров)	10	Учащиеся познакомятся с психологическими особенностями людей с ограниченными возможностями и пожилых людей. Тренинги, как интерактивные методы обучения позволяют более глубоко осознать истинные мотивы обращения к волонтерской деятельности, развить уже существующие навыки работы с людьми и такие важные для общения качества, как эмпатия (сопереживание другому), конгруэнтность (искренность). Участие в тренингах поможет обучающимся осознать свою готовность к участию в волонтерской деятельности, подготовиться к её осуществлению. Психологическая подготовка способствует развитию личностного потенциала школьников, помогает разрешить собственные психологические проблемы, закрепить полученные теоретические знания, формирует коммуникативные способности и готовность терпимо относиться к окружающим людям
3	Пропаганда ЗОЖ	11	Обучающиеся участвуют в спортивных соревнованиях, проводят игры на переменах, зарядки-пятиминутки для учащихся начальной школы (зарядка для осанки, глаз), организуют школьные Недели Здоровья, презентации о правильном питании, готовят выступления на акциях, тем самым пропагандируют ЗОЖ среди сверстников

4	Учимся работать с документами	4	Обучающиеся познакомятся с основными правовыми актами и документами, регламентирующими волонтерскую деятельность. Они научатся вести документацию волонтера, создавать различную печатную и видеопродукцию для проведения мероприятий в рамках волонтерской деятельности. Волонтеры научатся оформлять личное портфолио.
	ИТОГО	34	

8 – 9 классы

№ п/п	Тема раздела	Количество часов	Характеристика основных видов внеурочной деятельности учащихся
1	Знакомство и командообразование	3	Знакомство участников группы и руководителя, определение целей, задач работы волонтерского отряда. Выработка правил работы в отряде, снятие эмоционального напряжения, самопознание, самораскрытие, сплочение участников отряда, развитие группового взаимодействия
2	Секреты эффективного общения	9	Познакомить участников с понятием «общение», «сеть контактов», рассмотреть виды общения. Выработка навыков взаимодействия участников, сплочение, развитие коммуникативных навыков
3	Лидер и команда	4	Знакомство участников с понятием «лидер», основными теориями лидерства, умениями и функциями лидера в группе; выработка 5 навыков взаимодействия участников, сплочение, развитие коммуникативных навыков. Определение уровня развития организаторских и коммуникативных способностей (опросник КОС).
4	Навыки уверенного поведения	8	Познакомить участников с понятием «уверенность» и «ассертивность», их сходствами и отличиями; оценить уровень развития данных качества каждого участника; отработать навыки уверенности в себе. Знакомство участников с понятием «уверенное поведение», компонентами уверенного поведения; выработка навыков уверенного поведения
5	Искусство самопрезентации	9	Познакомить участников с понятием «самопрезентация», ее формами и алгоритмом; развитие коммуникативных навыков. Познакомить участников с понятием «имидж», его видами, отработать полученные знания на практике; развитие коммуникативных навыков и навыков взаимодействия участников

6	Стресс и саморегуляция	3	Познакомить участников с понятие «стресс», его стадиями и признаками; развитие коммуникативных навыков и навыков взаимодействия участников. Знакомство участников с методами предупреждения и преодоления стресса, отработка некоторых техник на практике; развитие навыков саморегуляции.
6	Итоговое занятие	1	Оценка качества теоретических знаний, полученных подростками в ходе реализации программы «Я волонтер». Повторение всех тем, которые были пройдены, обсуждение вопросов. Заслушивание мнения каждого участника: что понравилось, что хотелось бы улучшить в работе отряда, какие темы расширить, что не понравилось вовсе. Представление разработок профилактических мероприятий, направленных на пропаганду здорового образа жизни среди сверстников и младших школьников
	ИТОГО	34	

Тематическое планирование

7 класс

№ п/п	Наименование разделов, тем	Количество часов
1. Из истории волонтерского движения в мире и России. Создание волонтерского отряда		9
1.1	История волонтерского движения в мире	1
1.2	История волонтерства в России	1
1.3	Первый сбор «Эстафета добрых дел»: составление плана работы	1
1.4	Организационное заседание волонтерской команды. Распределение поручений	1
1.5	Разработка Законов отряда, эмблемы отряда	1
1.6	Права и обязанности волонтера	1
1.7	Анкетирование «Ты хочешь стать волонтером?»	1
1.8	Разрешите представиться	1
1.9	Мы – команда	1
2. Познаю себя и других (психологическая подготовка волонтеров)		10
2.1	Общение и сеть контактов	1
2.2	Вербальное общение. Техника запоминания имен	1
2.3	Вербальное общение. Техника «Я-высказывания» и Техника постановки вопросов	1
2.4	Невербальное общение	1

2.5	Пространственные условия общения	1
2.6	Барьеры общения	1
2.7	Правила говорения. Техники активного слушания	1
2.8	Каналы восприятия. Репрезентативные системы	1
2.9	Стратегии эффективной коммуникации	1
2.10	Стили и стратегии поведения в конфликтных ситуациях	1
3. Пропаганда ЗОЖ		11
3.1	Организация и проведение игры «Полезные и вредные привычки»	1
3.2	Участие в антинаркотической акции «Классный час»	1
3.3	Акция, посвященная Международному дню отказа от курения	
3.4	Акция «Всемирный день борьбы со СПИДом»	1
3.5	Организация школьной олимпиады «Здоровое поколение»	1
3.6	Организация работы волонтеров по проведению антинаркотической 1 акции «Родительский урок»	1
3.7	Участие в акции «Всемирный день борьбы с туберкулезом»	1
3.8	7 апреля – Всеузбасский день здоровья	1
3.9	Акция «СТОП ВИЧ/СПИД», посвященная Дню памяти умерших от СПИДа	1
3.10	Всемирный день без табака	1
3.11	Антинаркотическая акция «Летний лагерь – территория здоровья»	1
4. Учимся работать с документами		4
4.1	Знакомство с нормативными документами, регламентирующие волонтерскую деятельность	1
4.2	Дневник волонтера. Могу ли я быть волонтером? (анкетирование)	1
4.3	Ведение Летописи волонтерского отряда	1
4.4	Итоговое занятие «Эстафета добрых дел»	1
Итого		34

8-9 класс

№ п/п	Наименование разделов, тем	Количество часов
1. Знакомство и командообразование		3
1.1	Разрешите представиться	1
1.2	Мы команда	1
1.3	Вместе мы сила	1
2. Секреты эффективного общения		9
2.1	Общение и сеть контактов	1
2.2	Вербальное общение. Техника запоминания имен	1
2.3	Вербальное общение. Техника «Я-высказывания» и Техника постановки вопросов	1
2.4	Невербальное общение	1
2.5	Пространственные условия общения	1
2.6	Барьеры общения.	1
2.7	Правила говорения. Техники активного слушания	1

2.8	Каналы восприятия. Репрезентативные системы	1
2.9	Стратегии эффективной коммуникации	1
3. Лидер и команда		4
3.1	Лидер. Функции и умения	1
3.2	Лидерство и руководство в малой группе. Модель развития группы	1
3.3	Команда. Командные роли	1
3.4	Метод взаимодействия	1
4. Навыки уверенного поведения		8
4.1	Уверенность и асертивность	1
4.2	Уверенное поведение	1
4.3	Бесконфликтное общение. Правила и техники	1
4.4	Стили и стратегии поведения в конфликтных ситуациях	1
4.5	Техники просьбы	1
4.6	Техники убеждения	1
4.7	Техники отказа собеседнику	1
4.8	Искусство комплиментов	1
5. Искусство самопрезентации		6
5.1	Навыки самопрезентации	1
5.2	Имидж волонтера	1
5.3	Структура публичного выступления	1
5.4	Ошибки публичных выступлений	1
5.5	Эффективная деловая коммуникация	1
6. Стресс и саморегуляция		3
6.1	Психофизиология стресса	1
6.2	Методы борьбы со стрессом	2
	7. Итоговое занятие	1
ИТОГО		34