

Муниципальное общеобразовательное учреждение
Красногуляевская средняя общеобразовательная школа
МО «Сенгилеевский район» Ульяновской области

Утверждаю
Директор школы
Т.Н.Брехова

**Образовательная программа
дополнительного образования детей**

**Авторская программа
работы волонтерского центра
«Сверстник-сверстнику»
на 2011 - 2012 учебный год.**

Рассчитана на детей 13-17 лет
Срок реализации 3 года

Программа разработана
Константиновой Н.В.
руководителем
волонтерского центра

Рассмотрена и одобрена
на заседании методического совета
Протокол № 1 от 07.09. 2011 г.

Цели программы :

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 учебных заведениях, формирование позитивных установок учащихся на добровольческую деятельность.

Задачи программы :

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;
6. Сформировать у педагогов школы и воспитателей детского сада, приюта мотивацию к работе по профилактическим программам.
7. Снизить количество учащихся, состоящих на внутришкольном учете и учете в ПДН.
8. Создать механизм работы школы с окружающим социумом, через создание социально-поддерживающих сетей сверстников и взрослых для детей и семей “группы риска”.

Пояснительная записка

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 отстоять 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.

“ Стратегия модернизации содержания общего образования ” определяют основную конечную цель образования – как приобретение учащимся определенного набора компетенций, владение которыми позволит выпускнику средней школы успешно социализироваться в будущей жизни и профессии. В Концепции модернизации российского образования на период до 2010 года указывается, что “ Общеобразовательная школа должна формировать целостную

систему универсальных знаний, умений и навыков, а также опыт самостоятельной деятельности и личной ответственности обучающихся, то есть ключевые компетенции, определяющее современное качество содержания образования ”. О каких же ключевых компетенциях идёт речь? Совет Европы определил пять групп ключевых компетенций. Именно этими компетенциями, по мнению ЮНЕСКО, и должны обладать выпускники средней школы. Именно первую группу и составляют политические и социальные компетенции. Компетенции, владение которыми позволит молодым людям брать на себя ответственность, участвовать в совместном принятии решений, регулировать конфликты ненасильственным путём, участвовать в функционировании и улучшении демократических институтов. Компетенция выходит за рамки знаний и умений, она включает мобилизацию знаний, умений, поведенческих отношений, ориентированных на условия конкретной деятельности. 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. Пионерские дружины и комсомольские активы, тимуровцы и юные следопыты – далеко не полный перечень разных форм, направленных на формирование и развитие социальных и, главным образом,

политических взглядов подростков. Вот только лишены они были одного, и самого главного - собственного желания и возможности выбора.

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. В России сегодня действует много молодежных волонтерских объединений, которые занимаются пропагандой здорового образа жизни. 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 горячий 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, профилактические сказки для младших, театрализованные конкурсы, агитационные выступления, интерактивные игры, акции, оформление информационных листовок, тематического уголка, написание статей в газету. Все это будет способствовать формированию социальной компетентности. Наша школа решает проблему пропаганды ЗОЖ, профилактики возникновения вредных зависимостей всеми доступными способами:

Информационный модуль

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

Тренинговый модуль

1. Обучающие занятия с волонтерам.
2. Мини-тренинги для учащихся.
3. Интерактивные игры.

Альтернативный модуль

1. КВНы.
2. Игры, конкурсы.
3. Встречи со спортсменами.
4. Неделя “Только здоровые привычки”.
5. Спортивные мероприятия.
6. Фотоконкурс.

Ожидаемые результаты:

Основной результат работы - формирование в ходе деятельности более ответственной, адаптированной, здоровой личности.

Владеть знаниями о ЗОЖ и 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;
- создание модели детского и родительского волонтерского движения внутри школы и вне ее; уметь общаться с учащимися и взрослыми, владеть нормами и правилами уважительного отношения.

Участвовать в акциях по здоровому образу жизни организуемых школой, районом.

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.

Условия для организации волонтерского движения

1. Взаимодействие специалистов различных областей при обучении волонтеров и подготовке мероприятий.
2. Использование разнообразных форм организации профилактической деятельности (акции, классные часы, концертные программы, театрализованные представления).
3. Информационное обеспечение опыта работы (школьная газета, фотоальбом, и т.п.). В дальнейшем находит место методическое обеспечение: организация выставок, выпуск методических пособий. И, конечно исходя из направлений деятельности, участие в диспутах, праздниках, встречах, соревнованиях.

Заповеди волонтеров школы

1. Найди того, кто нуждается в твоей поддержке, помоги, защити его.
2. Раскрой себя в любой полезной для окружающих и тебя самого деятельности.
3. Помни, что твоя сила и твоя ценность - в твоём здоровье.
4. Оценивай себя и своих товарищей не по словам, а по реальным отношениям и поступкам.

Правила деятельности волонтера:

1. Если ты волонтер, забудь лень и равнодушие к проблемам окружающих.
2. Будь генератором идей!
3. Уважай мнение других!
4. Критикуешь – предлагай, предлагаешь - выполняй!
5. Обещаешь – сделай!
6. Не умеешь – научись!

7. Будь настойчив в достижении целей!
8. Веди здоровый образ жизни! Твой образ жизни – пример для подражания.

Кодекс волонтеров:

1. Хотим, чтобы стало модным – Здоровым быть и свободным!
2. Знаем сами и малышам научим, Как сделать свое здоровье лучше! (Дни профилактики в начальной школе)
3. Акции – нужное дело и важное. Скажем вредным привычкам – НЕТ! Мы донести хотим до каждого: Глупо - самим причинять себе вред! (Акции против табакокурения алкоголизма, наркотиков и СПИДа)
4. Кто тренируется и обучается, У того всегда и все получается. Тренинг лидерства, тренинг творчества. Приятно общаться, действовать хочется! (Два в одном – обучение и общение. Тренинги “Я - лидер”, “Уверенность в себе”, “Успешное общение”, “Твоя цель – твой успех”, “Ты и команда”, “Я – творческая личность”)
5. Готовы доказать на деле: Здоровый дух – в здоровом теле! (Участие в районных конкурсах по пропаганде ЗОЖ)
6. Снова и снова скажем народу: “Зависимость может украсть свободу!” (Пропаганда ЗОЖ в школе и не только.)
7. Проблема. Цели. Ресурсы и срок. В работе первое дело – планирование! Волонтеры освоили новый подход – Социальное проектирование! (Пишем социальный проект “Будущее - это мы! ”)
8. День волонтера имел успех. Желаящих много – берем не всех! Ждет новичков перевоплощение – Испытание, клятва и посвящение! (После творческих испытаний – посвящение в волонтеры.)

Соблазнов опасных подальше держись. С нами веди интересную жизнь! Думай, когда отвечаешь “нет” и “да” И помни, что выбор есть всегда! Таким образом, опираясь на собственные традиции и используя инновационный подход, мы реализовываем данную программу в нашей школе.

Литература:

ВОЛОНТЕРСТВО: КОНЦЕПЦИЯ

Волонтерская деятельность как мировоззрение. – 5 с. – (статья). – Джойнт,

Концепция волонтерской деятельности в контексте еврейской мысли.

Причины волонтерской деятельности. Моральный долг, Торе. Идеи Рамбама.

Черты личности, присущие волонтеру.

Эллис Сьюзен Дж. Почему волонтеры? – Глава из книги: Эллис Сьюзен Дж. Сверху вниз: роль руководителя в успехе волонтерских программ. – Пер. с англ. – 18 с. РАБОТА С ВОЛОНТЕРАМИ: МЕТОДЫ ПРИВЛЕЧЕНИЯ, МОТИВАЦИЯ, ОБУЧЕНИЕ

Алесина Мария, Панеях Элла. Мотивация участия в волонтерском движении. – 6 с. – (Статья). – Отдел обучения в странах СНГ, С.-Петербург.

Алесина Мария. Резюме: Особенности кризисного периода в деятельности волонтеров. – 2 с. — (Социологический анализ). – Отдел обучения в странах СНГ, С.-Петербург.

Состояние кризиса. Проблемы коллектива, психологический климат.

Изменение мотивации.

Атеев Геннадий. Мотивация деятельности волонтеров. — Магнитогорск, 2001. – 20 с. – (дипломная работа выпускника Курса директоров Еврейских благотворительных организаций). – Магнитогорск.

Введение. Основы еврейской этики и волонтерство. Постановка задачи о реализации основ еврейской этики. Волонтерство – как действенный механизм. Мотивация деятельности волонтеров. Устойчивость системы волонтер – подопечный. Заключение.

В помощь волонтеру: Сборник методических материалов. – Екатеринбург: Уральский институт социальных и общинных работников, 2003. – 53 с.*

Волонтерство в еврейской традиции. Этические принципы в социальной работе. Советы психолога.

Волонтеры. – 5 с. – (Методические рекомендации). – ИСОП Сибири и Дальнего Востока, Красноярск.

Мотивация волонтеров. Методы привлечения волонтеров. Методы удержания волонтеров. Способы поощрения волонтеров. Обучение волонтеров.

Волонтеры: Мотивация, привлечение, поощрение...: (по материалам работы учебных групп). — Минск, 2002. – 10 с. – (рекомендации, анкета). – ИСОП, Минск.

Мотивация волонтеров. Методы привлечения волонтеров. Методы удержания волонтеров. Причины и способы поощрения волонтеров. Анкета для волонтера, сотрудника: особенности волонтерской работы в Дневном центре.

Вопросы для обсуждения в микрогруппах. – 1 с. – (анкета). – КИСОР, Киев.

1. Волонтер – кто он? Какой он? 2. Обмен мнениями, опытом волонтерской деятельности в различных хэсэдах.

Добровольцы: Как их найти. Как их удержать. – 25 с. – Интернет.

Содержание книги: Часть 1. Перед тем, как начать; Часть 2. Вы и ваш доброволец; Часть 3. Методы набора.

Заповеди работы с волонтерами. – 1 с. – (Методические рекомендации). — ДИСОР, Днепропетровск.

Ломако Елена (методист Минского ИСОП). Организация учебного процесса в работе с волонтерами. – 12 с. – (Методические разработки). – ИСОП, Минск.

Цель работы – показать роль ИСОРа в обучении волонтеров. Тематика и организация семинаров, формы обучения. Схема проведения семинара. Работа с групповодами. Поощрение волонтеров. Мотивация деятельности. Качества волонтеров, необходимые для работы. Семинар «Заключение договора о сотрудничестве». Новые формы в работе с волонтерами. Примерный план занятий на однодневных семинарах.

Методические материалы по теме «Волонтеры: мотивация. Результаты социологического исследования. — СПб., 2003. — 22 с. — (Сборник методических материалов). — Отдел обучения в странах СНГ, С.-Петербург.

Подборка методических материалов: 1. Основные результаты опроса штатных работников Хэсэдов в 2001 году. 2. Резюме отчета по материалам опроса волонтеров Хэсэдов в 2001 году. 3. Мотивация участия в волонтерском движении. 4. Резюме: Особенности кризисного периода в деятельности волонтеров.

Методические материалы по теме «Волонтеры: мотивация, методы набора, обучение». — 48 с. — (сборник методических материалов). — СПб. ИСОП, Минский ИСОП, ИСОП Сибири и Дальнего Востока, Красноярск, Феодосия Хэсэд.

Подборка методических материалов: 1. Добровольцы: Как их найти. Как их удержать. 2. Что необходимо знать для привлечения волонтеров. 3. Волонтеры: Мотивация, привлечение, поощрение... (по материалам работы учебных групп). 4. Мотивация волонтеров. 5. Работа с волонтерами в Феодосийском БОЕЦ «Хесед Атиква».

Методы мотивирования и работы с волонтерами: Материалы к лекции для координаторов по работе с добровольцами. — СПб. 2003. — 14 с. — Центр поддержки некоммерческих организаций, Школа управления НКО, Москва; Благотворительное общество «Невский ангел», Программа «Развитие добровольчества – обучение и методическая поддержка НКО, Санкт-Петербург.

Основные шаги в работе с добровольцами. Привлечение, планирование работ и вакансий, поиск и набор, выявление мотиваций и отбор, информирование и ориентирование. Мотивирование. Организация работы: определение прав и ответственности, обучение и делегирование полномочий, мониторинг и оценка работы, поддержка и удержание.

Мотивация волонтерской деятельности: Социологические исследования, проведенные Киевским Институтом социальных и общинных работников в 1999-

2000 гг./ Киевский Институт социальных и общинных работников. – Киев, 2001.*

Мотивация волонтеров. – 5 с. – (рекомендации). – ИСОП Сибири и Дальнего Востока, Красноярск.

Мотивация волонтеров. Методы привлечения волонтеров. Методы удержания волонтеров. Способы поощрения. Обучение волонтеров.

О волонтерах и для волонтеров: Учебные и методические материалы, касающиеся деятельности добровольцев в еврейских благотворительных организациях/ Киевский Институт социальных и общинных работников. – Киев, 1998.

Сборник 1. – 1998. – 44 с.: ил., табл.*

О волонтерах и для волонтеров: Учебные и методические материалы, касающиеся деятельности добровольцев в еврейских благотворительных организациях/ Киевский Институт социальных и общинных работников. – Киев, 1998.

Сборник 2: Учебные и методические материалы, касающиеся деятельности добровольцев в еврейских благотворительных организациях. – 2000. – 73 с.: ил., табл.*

Олчан М., Джордан П. Добровольцы – ценный источник. – Ун-т Джона Хопкинса, 1997.

Что такое волонтерство? Кто может стать волонтером? Что могут волонтеры? Мотивация волонтеров. Нужды организации. Набор волонтеров, собеседование. Поощрение. Ключевые моменты успешной работы с волонтерами.

Особенности мотивация волонтерской деятельности волонтеров программы «Бытовая помощь»: Социологическое исследование/ Киевский Институт социальных и общинных работников. – Киев, 2001.*

Проведение семинаров / Сост. О. М. Аркадьева – Минск: Минский Институт социальных и общинных работников, 1999.

Выпуск 1: Семинары волонтеров и сотрудников Хэсэдов. – 1999. – 56 с.: табл.*

Работа с добровольцами. – 6 с. – (Описание занятия).

Почему надо использовать добровольцев, почему стоит стать добровольцем. Возможные претензии руководства и добровольцев друг к другу и их причины. Деловые игры.

Что необходимо знать для привлечения волонтеров. – 2 с. – (методические рекомендации). — СПб. ИСОП.

Почему люди работают добровольно? Цель. Кто будет проводить собеседование? Что сказать о компенсации для волонтеров?

ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ ВОЛОНТЕРОВ: СОЦИОЛОГИЧЕСКИЙ АНАЛИЗ

Алесина Мария. Основные результаты опроса штатных работников хэсэдов в 2001 году. – 4 с. – (Социологический анализ). – Отдел обучения в странах СНГ, С.-Петербург.

Краткое изложение первых результатов исследования, проведенного в 8-ми еврейских организациях России, Украины, Белоруссии. Влияние хэсэда на еврейское самосознание и возрождение еврейской общины. Волонтерство и хэсэд. Обучение сотрудников.

Алесина Мария. Резюме отчета по материалам опроса волонтеров хэсэдов в 2001 году. – 9 с. — (Социологический анализ). – Отдел обучения в странах СНГ, С.-Петербург.

Краткое изложение первых результатов исследования, проведенного в 8-ми еврейских организациях России, Украины, Белоруссии. Характеристика

контингента волонтеров. Еврейская идентификация и влияние хэсэда.

Волонтеры в хэсэде.

Алесина Мария. Некоторые данные социологического исследования волонтеров хэсэдов. – 14 слайдов. – (Презентация). – Отдел обучения в странах СНГ, С.-Петербург.

Исследование развития хэсэдов. Социально-демографические характеристики волонтеров. Профессионально-трудовой статус волонтеров. Экономическое положение волонтеров. Мотивация включения в волонтеры. Поощрения волонтеров. Удовлетворение хэсэдом потребностей волонтеров в услугах. Оценка волонтерами различных параметров своей деятельности. Уровень удовлетворенности волонтеров. Факторы текучести волонтеров. Обучение волонтеров. Оценки волонтерами учебных курсов. Влияние хэсэда на социальную активность. Методические материалы (Алла Панеях)

Бедность в Украине (формы, критерии, показатели, статистика):

Информационный бюллетень по материалам прессы и социологических исследований. — Вып. 1. — Днепропетровск, 1998. – 23 с. – (брошюра). – ДИСОР, Днепропетровск.

Бедность: сущность, критерии и показатели. Краткая характеристика уровня бедности в Украине.

ОБЩИННОЕ ЛИДЕРСТВО

Совет центра «Хэсэд»: Методический сборник. – Одесса: Одесский институт социальных и общинных работников, 2002. – 21 с.

Что представляет собой Совет центра «Хэсэд». Структура Совета. Процесс работы Совета Хэсэд. Схема процесса создания Совета.

Фридман Ицхак. Общинное руководство и зрелость общины. – 11 с. – Библиогр. (11 назв.). – (Статья). – Джойнт, Израиль.

Основные положения реализации общинных программ. Видение общины как системы. Учет уровня зрелости составляющих элементов системы.

Теоретические основы модели: общинное руководство. Взаимосвязь между

уровнем зрелости общины и стилем руководства общиной. Соображения по практической реализации модели (изменения по инициативе извне, изменения по инициативе официального руководства общины, изменения по инициативе неформальных лидеров. Процесс развития общины согласно модели стиля общинного руководства. Практические рекомендации по применению модели (в том числе лидерство в общине). Библиография.

Шевиц Дина (социальный работник. Центр усовершенствования и переподготовки кадров «Эшель»). Из-за той войны: Пожилые люди, пережившие Катастрофу, в ситуации утраты и потери независимости особо уязвимы. – 6 с., библиогр. – (статья). – Израиль.

Сегодня в Израиле живет 300 000 людей, переживших Катастрофу. В статье дан краткий обзор некоторых состояний, связанных с нормальным процессом старения, но порождающих особые проблемы и уязвимые черты у людей, переживших Катастрофу. Рассмотрены факторы ухода с работы, физиологические процессы старения, решения о перемещении в дом престарелых, смерть супруга.

Шапиро Б. Ю. Реализация «концепции независимой жизни» в социальной работе с людьми старшего возраста. – 5 с., библиогр.

Этапы психосоциального развития по Эриксону. – 1 с. – (таблица). – СПб. ИСОП.

Возрастные стадии развития человека. Психосоциальная стадия. Предмет конфликта развития. Социальные условия. Психосоциальный исход.

«Эмоциональное выгорание» и стресс в профессиональном общении

Аверченко А. Психологические этюды о стрессе. – 3 с. – СПб. ИСОП.

Пять «не» для избавления от агрессивности. Пять правил психотерапевта
А. В. Алексеева. Как быстро отдохнуть. Методика суперсна.

Азон, Бернар. Стресс излечим/ Б. Азон. – М.: Крон-Пресс, 1994. – 190 с. – Пер. с франц.*

Французский врач Бернар Азон обобщил многолетний опыт своей медицинской практики и научного исследования одного из самых

распространенных заболеваний XX века – стресса. Стрессу, тревоге, страху, упадку сил подвержены все. Множество причин вызывают стресс, но в то же время и он является причиной многих заболеваний. Научившись распознавать стресс, мы сможем найти возможность избавиться от многих недугов, быть здоровыми и счастливыми.

Алиев Х. Ключ к себе: (Этюды о саморегуляции). – 1 с. – СПб. ИСОП.

Метод управляемой саморегуляции (т. е. метод сознательно-волевого управления внутренними процессами собственной психики). Приведены упражнения.

Бойко В. В. Синдром «эмоционального выгорания». – 15 с. – (статья). – СПб. ИСОП.

1. «Эмоциональное выгорание» – механизм психологической защиты.
2. Факторы, провоцирующие «эмоциональное выгорание».
3. Фаза «напряжения».
4. Фаза «резистенции».
5. Фаза «истощения».
6. Опросник для выявления степени «эмоционального выгорания».

Брэй Р. Как жить в ладу с собой и миром? – 3 с. – СПб. ИСОП.

Культура укрепления духа: (несколько правил, помогающих одержать верх над «подарками» судьбы). Как реагировать на мелкие неприятности (по пути на работу, в транспорте, на работе). Один из приемов быстрого снятия напряжения после тяжелой работы.

Брей Р. Культура укрепления духа и другие советы. (По материалам книги: Брей Р. Как жить в ладу с собой и миром? М.: Школа-пресс, 1992). – 3 с. – СПб. ИСОП.

Несколько правил, помогающих одержать верх над подарками судьбы.

Василюк Ф. Е. Психология переживаний: Анализ преодоления критических переживаний/ Ф. Е. Василюк. – М.: Изд-во Моск. ун-та, 1984. – 200 с. – Библиогр.: с.187-199 (251 назв.)*

Монография посвящена исследованию критических жизненных ситуаций и процессов их преодоления. Проанализированы ситуации стресса, фрустрации, внутреннего конфликта и жизненного кризиса. Установление и

систематизация основных закономерностей процесса переживания – то новое, что вносит книга в психологию преодоления критических ситуаций. Книга рассчитана на психологов, психотерапевтов, педагогов, работников служб социально-психологической помощи населению.

Дейтс Б. Жизнь после потери/ Б. Дейтс. – М.: Изд. торг. дом Гранд; М.: Фаир Пресс, 1999. – 300 с. — Пер. с англ.*

Эта книга представляет собой пособие по психологическому восстановлению после потери. Под потерей автор подразумевает утрату близкого человека, смену работы, переезд на новое место жительства, уход на пенсию и т. д.

Книга поможет всем, кому требуется психологическая и духовная поддержка.

Ждекинс Х. Формирование дистресса и восстановительный процесс (по материалам книги: Ждекинс Х. Человеческое в человеке. Минск: Харвест, 1999). – 4 с. – СПб. ИСОП.

Нарушение механизма заболевания. Негативные последствия дистрессовой записи. Восстановительный процесс.

Карандашев В. Н. Как жить в условиях стресса/ В. Н. Карандашев. – СПб.: Рос. пед. ин-т им. А. И. Герцена, 1993. – 112 с.*

В книге предлагаются доступные методы саморегуляции: дыхательная гимнастика, концентрация и релаксация, а также ряд оригинальных приемов психической саморегуляции. Еще большее внимание уделяется возможностям предотвращения стрессов. Как преодолеть в себе нерешительность? Как мобилизоваться в напряженной ситуации и не потерять самоконтроль? Как пережить неудачи? Как избежать конфликта? Отвечая на все эти вопросы, автор помогает ответить на главный вопрос: «Как жить в условиях стресса?» В книге также приведены психологические тесты.

Китаев-Смык Л. А. Общение при стрессе. (По материалам книги: Китаев-Смык Л. А. Психология стресса. М.: Наука, 1983). – 2 с. – СПб. ИСОП.

Стадии развития общения при стрессе.

Корсунская Алла. Как справляться с отрицательными эмоциями. – 2 с. – СПб. ИСОП.

Методика самостоятельной работы с отрицательными эмоциями.

Литвак М. Е. Как преодолеть острое горе/ М. Е. Литвак, М. О. Мирович. – Ростов-на-Дону: Феникс, 2000. – 316 с. — (Психологические этюды).*

Представляем вам необычную, художественно-психотерапевтическую книгу о способах наиболее безболезненного выхода из стрессовых ситуаций (смерти родного человека, развода, болезни и др.). Психологически неподготовленные люди часто впадают в тяжелое состояние, которое может привести к психическому расстройству. Авторы предлагают разные способы, помогающие смягчить острое горе и побороть депрессию.

Лэйк, Дэвид Как преодолеть стресс/ Д. Лэйк. – СПб.: Норинт, 2000. – 80 с.: ил. – (Советы врача).*

Ода врагам. – 4 с. – СПб. ИСОП.

Методики работы с человеком, негативно к вам настроенным.

Опросник для выявления степени «эмоционального выгорания». – 6 с. – (опросник – 84 вопроса, методика обработки данных). – СПб. ИСОП.

Опросник позволяет профессионалам и волонтерам, постоянно работающим с подопечными, определить в какой степени у них сформировалась психологическая защита от «эмоционального выгорания». Приводится обработка данных в виде таблицы – «Симптомы и фазы эмоционального выгорания» и их интерпретация.

Профилактика профессионального выгорания сотрудников благотворительных организаций : Учебно-методическое пособие /Руководитель авторского коллектива: Марина Смутьсон. – Киев: Киевский институт социальных и общинных работников, 2003. – 71 с.*

Пособие посвящено остро актуальной проблеме предотвращения и устранения профессионального выгорания – синдрома, широко распространенного среди социальных работников. В первой части даны психологический анализ феноменологии выгорания, его природе, причинам, принципам диагностики

уровней выгорания. Вторая часть содержит описание индивидуальных и групповых профилактических приемов работы со стрессами, которые разработаны и апробированы психологами хэсэдов и общинных центров Центральной и Западной Украины.

Решетова Татьяна. Как настроить себя на профессиональный разговор (по материалам статьи: Решетова Т. Врач идет говорить // Врачебные ведомости. 2000. № 4.) – 3 с. – СПб. ИСОП.

Решетова Татьяна. Программа обучения пациентов навыкам самодиагностики и самопомощи в психологически трудных ситуациях. – 3 с. – (тезисы занятий). – СПб. ИСОП.

1. Способы уменьшения напряженности и тревоги, концентрационные техники. 2. Методы доступной самодиагностики психологического состояния. 3. Методы повышения тонуса, настроения и самооценки. 4. Ресурсы человека, которые можно мобилизовать (общие ресурсы и личные ресурсы).

Решетова Т., Мищенко Е. 1. Телефонные погрешности. 2. Что может меня порадовать? – 1 с. – СПб. ИСОП.

1. 8 рекомендаций, как не надо строить телефонные переговоры. 2. Список радостей, которыми должен наградить себя человек для снятия стресса.

Решетова Т. Фразы для выхода из конфликта. Корректный отбой. Фразы для усиления диалога. – 1 с. – СПб. ИСОП.

Психологи предлагают перечень вариантов ответов при беседе сотрудников всех категорий с подопечными.

Рутман Э. М. Как преодолеть стресс/ Э. М. Рутман. – М.: ТОО «ТП», 1998. – 156 с.*

Книга посвящена стрессам обыденной жизни: межличностным конфликтам, несбывшимся надеждам, неожиданным и резким изменениям, крушению планов и т. д. Автор с глубоким проникновением в психологию обычного человека исследует реакции и поведение людей в типичных стрессовых ситуациях и показывает, что причины высокой чувствительности к стрессам кроются в детских травмах и особенностях нашего характера.

Селье Г. Стресс и дистресс (по материалам книги: Селье Г. Стресс без дистресса. М.: Прогресс, 1982). – 4 с. – СПб. ИСОП.

Что такое стресс? Чем не является стресс? Человек должен работать. Стресс и старение. Жить полной жизнью.

«Эмоциональное выгорание» в профессиональном общении. – 2 с. – СПб. ИСОП. Факторы, провоцирующие «эмоциональное выгорание» (внешние и внутренние).

ИНФОРМАЦИОННЫЕ РЕСУРСЫ

Тукшер Ольга. Волонтерское движение в СНГ: Обзор статистических и информационных ресурсов. Апрель 2003. – 16 слайдов. – (презентация). — Джойнт, Иерусалим.

Источники информации о волонтерском движении в еврейских общинах и в Интернете.

Панях Алла, сост. Библиографический указатель литературы по геронтологии. – 9 с. (35 назв.) – (библиография). – Отдел обучения в странах СНГ, С.-Петербург. Рекомендательный библиографический указатель книг по проблемам геронтологии и гериатрии, охраны здоровья в пожилом возрасте, психологии пожилого возраста, по преодолению стрессов и утрат.

Панях Алла, сост. Социальная работа в еврейской общине (библиографический указатель литературы). — 19 стр. (72 назв.) – Отдел обучения в странах СНГ, С.-Петербург.

Аннотированная библиография. Включает разделы: 1. Деятельность благотворительных организаций. Фандрейзинг. 2. История благотворительной и социальной работы. 3. Социальная работа: законодательные и нормативные акты. 4. Теория социальной работы. 5. Методы социальной работы. 6. Обучение и повышение квалификации социальных работников. 7. Социальная геронтология. 8. Патронаж. 9. Реабилитация и социальная адаптация.

Ульяновский областной центр по профилактике и борьбе со СПИДОМ и инфекционными заболеваниями. Департамент образования Ульяновской

области. **Программы Профилактики ВИЧ- инфекции в школах и других учебных заведениях.** В методическом пособии использованы материалы и опыт Новосибирской общественной организации «Гуманитарный проект».

Смотри по жизни вперёд. Латышев Г.В., Орлова М.В. Яцышин С.М.
Руководство по работе с подростками Руководство состоит из 2 частей- теоретической и практической. Описаны основные факты и представлены теории и модели , которые лежат в основе программы «Ровесник-ровеснику.» содержится описание технологии, использованной авторами при организации программы на базе Центра профилактики наркомании г.Сант-Петербурга.

Школа без наркотиков. Сборник методических материалов по итогам 2 го Регионального конкурса по профилактике негативных проявлений среди обучающихся « Школа без наркотиков» Ульяновск 2007 г

Новости Фандрайзинга Фонд социального развития и охраны здоровья Фокус-медиа. Фонд поддержки гражданских инициатив Фокус Москва 2003.
Рекомендации по проведению кампаний по сбору средств населения.

Клиники, дружественные к молодёжи (пособие для организатора)
Новосибирск 2004 г Это уникальные учреждения, важный и необходимый шаг к созданию эффективного и комфортного социального сервиса, направленного на сохранение здоровья, поддержание благополучия и облегчение социальной адаптации подростков и молодёжи. Пособие предназначено для желающих организовать эффективную работу по сохранению здоровья подростков

Молодёжное движение за здоровую счастливую семью. Методическое пособие для волонтеров, работающих по методу «Равный –равному »

Представлены технологии работы для подростков и молодёжи по формированию условий для создания крепких и счастливых семей.

Паспорт программы

Наименование Программы	Программа волонтерской работы в Красногуляевской СОШ на 2011 - 2012 учебный год.
Основание для разработки Программы	-Закон РФ «Об общественных организациях» от 19.05.1995; -Устав МОУ Красногуляевской СОШ

и
задачи
Программы

Цель:

-оказать позитивное влияние на сверстников при выборе ими жизненных ценностей.

-апробация новых форм организации занятости детей для развития их самостоятельной познавательной деятельности, профилактики вредных привычек, воспитания здорового образа жизни.

-развитие волонтерского движения в учебных заведениях, формирование позитивных установок учащихся на добровольческую деятельность.

Задачи:

-показать преимущества здорового образа жизни на личном примере.

-пропагандировать здоровый образ жизни (при помощи акций, тренинговых занятий, тематических выступлений, конкурсов и др.)

-сформировать сплоченный деятельный коллектив волонтеров.

-возродить идею шефства как средства распространения волонтерского движения.

- 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;

- сформировать у педагогов школы и воспитателей детского сада, приюта мотивацию к работе по профилактическим программам.

-снизить количество учащихся, состоящих на внутришкольном учете и учете в ПДН. -создать механизм работы школы с окружающим социумом, через создание социально-поддерживающих сетей сверстников и взрослых для детей и семей "группы риска".

<p>Сроки и этапы реализации Программы</p>	<p>Программа реализуется три года по этапам:</p> <ul style="list-style-type: none">-1-й этап стартовый: сентябрь - октябрь - Формирование и становление волонтерского движения;-2-й этап активный: ноябрь - апрель - Работа по развитию волонтерского движения;-3-й этап аналитический: май - Совершенствование волонтерского движения.

<p>Перечень основных мероприятий</p>	<p>-Создание волонтерской группы;</p> <p>-Разработка нормативно-правового, организационно-методического обеспечения;</p> <p>-Разработка программ, сценариев по организации и проведению волонтерской работы в ее различных формах (с учетом возрастных и социальных особенностей той или иной категории учащихся);</p>
<p>Объемы и источники финансирования программы</p>	<p>Вклад заявителя и средства от грантовых проектов.</p>
<p>Ожидаемые результаты программы</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Повышение уровня пропаганды здорового образа жизни как компонента профилактической работы по предупреждению употребления психоактивных веществ. 2. Привлекли внимание общественности и органы власти к данной проблеме; 3. Выработка у сверстников сознательного отношения к здоровому образу жизни; 4. Вовлечение подростков школы и молодежи поселения в альтернативные виды организации досуга 5. Значительное число молодежи, ведущей здоровый образ жизни, сплотятся благодаря нашему проекту, и вместе будут общаться, проводить досуговые, спортивные и общественные акции. 6. Проведение «Марафона Здоровья», с агитацией здорового образа жизни, в которой примут участие все школы района. 7. Активная работа волонтерской группы в школе 8. Овладение эффективными формами общения, информационными технологиями, развитие коммуникативных умений; развитие организаторских навыков; 9. Создание печатной агитационной продукции по проблеме.

Данная программа составлена в соответствии с: Законом РФ «Об общественных организациях» от 19.05.1995; Уставом МОУ Красногуляевской СОШ.

Программа ориентирована на учащихся школы. Она определяет основные пути развития системы волонтерской работы среди учащихся школы, ее основные компоненты, позволяющие формировать мотивацию здорового образа жизни у субъектов образовательного пространства.

План мероприятий волонтерского центра «Сверстник-сверстнику» на 2011-2012 учебный год

№ п/п	Название мероприятия	Дата проведения	Место проведения
1.	Обучение волонтеров по программе « Я, здоров!»	В течение года	МОУ Красногуляевская СОШ,
2.	Работа волонтерской группы Соц. опрос «Семейные ценности»	11.10.2011г	11 класс МОУ Красногуляевская СОШ
3.	Форум социально-активных школ	12.10 2011г	Волонтеры
4.	Мобильная школа р.п.Кузоватово	3.11.11- 5.11.11	Волонтеры (тренеры)
5.	Областной агитпоезд «За здоровую счастливую семью»	11.11.11 г	Сенгилеевский район
6.	Тренинг «Как достичь успеха »	1 3.11.2011г	МОУ Красногуляевская СОШ
7.	Областная акция «Начни с себя!» по профилактике курения	1.11.2011г – 25.11.2011г	Школы Сенгилеевского района
8.	Тренинг здоровья	11.11.2011г –	Средние, средне-специальные, образовательные учреждения района
9.	Агтипоезд районный		П.Силикатный , СОШ
10.	Всемирный день борьбы со СПИДом Ток –шоу «Толерантность – путь к миру»	1.12.2011	Школы Сенгилеевского района
11.	VII областной слет волонтеров	11 -	Оздоровительный

	молодёжного движения «Равный-равному»	30.11.2011г	лагерь « Юность»
12.	Флеш-моб «Письмо от друга (ЗОЖ)- лучший подарок на Новый год» детям из приюта	16.12.2011	Красногуляевское городское поселение
13.	Губернский волонтерский бал	17.12.2011 г.	«Ленинский мемориал»
14.	Празднование Нового Года	26. 12.2011 27.12.2011	Областной районный, волонтерский центр
15.	Соревнование хоккея с мячом МД «Равный-равному» и МД «Сверстник-сверстнику»	06.01.2011	Красногуляевская хоккейная площадка
16.	Игра «Путешествие по островам» на коммунарских сборах волонтеров района	06 .01.2012	МОУ СОШ Красногуляевская СОШ
17.	Проведение уличных акций на проводах зимы	23.02.11 26.02.11	Р.п.Красный Гуляй Г.Сенгилей
18.	Тренинг здоровья	09.01.2012	Приют «Ручеёк» п.красный Гуляй
19.	Сетевая акция «Твоё будущее в твоих руках» по профилактике туберкулёза	24.03.2012г.	Образовательные учреждения района
20.	Юбилейный районный слёт волонтеров « Волонтерство – не увлечение, а смысл моей жизни!» с участием областных волонтеров	25 03. 2012	Средние образовательные учреждения, дополнительное образование
21.	Родительский всеобуч по ВИЧ-инфекции (игры, информационная палатка, тренинги).	В течение учебного года	Родительские собрания
22.	Собрание ассоциации волонтерских центров (руководители).	10.02.2012г	Дом учителя
23.	Тренинг « Танго одиноких сердец» для одиноких пенсионеров	13.02.2012	п. Красный Гуляй
24.	Марафон здоровья	07.04.12	Все школы района
25.	Областной конкурс творческих работ «Скажи жизни ДА!» совместно с ОГОУ ДОД областным Дворцом детского творчества.	Февраль-апрель, 2012	Средние образовательные учреждения, дополнительное образование
26.	День памяти погибших от СПИДа,	3 воскресенье мая, 2012	Сквер Гончарова

27.	Авторская акция « Я не курю,присодиняйтесь!» Уличная акция, приуроченная к Международному дню отказа от курения.	31.05.2012г.	Парк п.Силикатный, Площадь п. Красный Гуляй!
28.	Авторская акция «Ты подарила жизнь?» посвящённая дню защиты детей!	1.06.2012г	Парк п.Силикатный, Площадь п. Красный Гуляй
29.	День защиты детей. Ток-шоу «Незапланированная беременность. Что делать?»	1.06.2012г.	Средние образовательные учреждения района
30.	Выезды с профилактическими акциями в детские оздоровительные лагеря с дневным пребыванием	Июнь 2012г.	Средние образовательные учреждения района
31.	Интерактивные площадки на День города	12.06.2012г.	Эспланада между площадями
32.	Интерактивные площадки на День молодёжи, проведение авторских акций в Сенгилее	30.06.2012г.	Эспланада между площадями Молодёжная площадка г.Сенгилея.

VI. Ожидаемые результаты

- 10.Повышение уровня пропаганды здорового образа жизни как компонента профилактической работы по предупреждению употребления психоактивных веществ.
- 11.Привлекли внимание общественности и органы власти к данной проблеме;
- 12.Выработка у сверстников сознательного отношения к здоровому образу жизни;
- 13.Вовлечение подростков школы и молодёжи поселения в альтернативные виды организации досуга
- 14.Значительное число молодёжи, ведущей здоровый образ жизни, сплотятся благодаря нашему проекту, и вместе будут общаться, проводить досуговые, спортивные и общественные акции.
- 15.Проведение «Марафона Здоровья», с агитацией здорового образа жизни, в которой примут участие все школы района.
- 16.Активная работа волонтерской группы в школе
- 17.Овладение эффективными формами общения, информационными технологиями, развитие коммуникативных умений; развитие организаторских навыков;
- 18.Создание печатной агитационной продукции по проблеме.

Проект рассчитан на год:

1. Формирование и становление волонтерского движения;
2. Работа по реализации программы действий;
3. Совершенствование волонтерского движения и подведение итогов.

VII. Механизм оценки результатов

Оценка эффективности программы будет осуществляться инициаторами и всеми участниками проекта по конкретным результатам деятельности (появление проектов, структур, привлечение к деятельности новых субъектов, появление нормативно-правовых документов и др.) в форме проведения анкет, социологических опросов

Для подведения итогов деятельности выделены следующие **критерии**:

1. Задействованность учащихся в волонтерском движении;
2. Владение знаниями о здоровом образе жизни и навыков проведения профилактических мероприятий;
3. Количество классов, охваченных работой волонтеров.

Школа волонтеров.

1 занятие

Знакомство с программой (умение знакомиться с людьми, вещами...) Понятия «польза», «вред».

2 занятие

Здоровье – мой выбор. (От чего зависит здоровье? Умение сберечь здоровье. Понятие здорового образа жизни)

3 занятие

Причины употребления психоактивных веществ

4 занятие

Привычки (Умение оценить свои привычки. Понятие «покупка», «привычка», «характер»)

5 занятие

С чего начинается характер? (понятие темперамента)

6 занятие

Вижу - чувствую – понимаю. (Умение осознать свои эмоции, умение адекватно контролировать свои эмоции)

7 занятие

Общение. С чего начинается дружба? (Умение обрести и сберечь друга)

8 занятие

Умение противостоять давлению (сверстников, рекламы, общества). Поведение.

9 занятие

Умение принимать решение (Алгоритм построения решения)

10 занятие

Табакокурение – привычка или болезнь. Пиво – алкогольный напиток.

11 занятия

Видеоурок – «Особенности подросткового возраста»

12 занятие

«Ценностные ориентации»

13 занятие

Игровые методики, используемые в занятиях программы с детьми младшего и подросткового возраста.

14 занятие

Анкетирование (подведение итогов)