Государственное учреждение образования

«Сковшинский учебно-педагогический комплекс

детский сад-средняя школа Солигорского района»

**Тренинг**

**«Что значит быть волонтером»**



Подготовила:

руководитель волонтерского отряда «Пламя»

Бунос Инна Александровна

Сковшин 2021

**Цель:**

•Развитие волонтерского движения в школе, формирование личностных и коммуникативных качеств.

•Дать возможность подросткам, вовлеченным в реализацию проекта, участвовать в программе сопровождения и поддержки, дать взрослым, окружающим ребенка необходимые знания о проблеме и навыки поведения, обеспечивающие поддержку со стороны взрослых в реализации программы.

**Задачи:**

- популяризация волонтёрского движения;

- развитие гражданско-патриотической позиции у детей и молодёжи;

- содействие в выборе социально-активной жизненной позиции;

- развитие морального сознания личности.

**Разминка упражнение «Связующая нить».** Ведущий перекидывает одному из участников клубок ниток, оставляя себе конец клубка, и какие добрые поступки он совершал. Другой участник ловит клубок, наматывает нитку на палец и продолжает игру дальше. Когда все участники проделают это упражнение, всех членов группы связывают нити клубка. Спросить участников, что на их взгляд, напоминает эта связывающая нить, какие ассоциации вызывает. Затем предложить участникам закрыть глаза и удерживая свой конец нити, думать о том, что эта группа – единое целое, и каждый в группе ценен и важен.

Рефлексия. Сравните своё состояние до начала занятия и после, что изменилось, что вы чувствуете?

**Притча о мальчике и морских звездах.** Ведущий читает притчу.

Человек шел по берегу и вдруг увидел мальчика, который поднимал что-то с песка и бросал в море. Человек подошел ближе и увидел, что мальчик поднимает с песка морские звезды. Они окружали его со всех сторон. Казалось, на песке — миллионы морских звезд, берег был буквально усеян ими на много километров.

— Зачем ты бросаешь эти морские звезды в воду? — спросил человек, подходя ближе.

— Если они останутся на берегу до завтрашнего утра, когда начнется отлив, то погибнут, — ответил мальчик, не прекращая своего занятия.

— Но это просто глупо! — закричал человек. — Оглянись! Здесь миллионы морских звезд, берег просто усеян ими. Твои попытки ничего не изменят!

Мальчик поднял следующую морскую звезду, на мгновение задумался, бросил ее в море и сказал:

— Нет, мои попытки изменят очень много... для этой звезды.

Рефлексия.

- Кого или что можно назвать «морской звездой», которую вы хотели бы спасти?

- Как много значит для того, кого Вы «пытаетесь спасти» то, что Вы делаете?

- К какой цели вы сейчас стремитесь?

- На какие небольшие задачи ее можно разбить?

- Что Вы намерены делать каждый день, чтобы достичь цели?

- Что случиться, если Вы опустите руки хотя бы на день? Сколько «звёзд» вы не успеете за это время спасти?

- Как вы собираетесь поддерживать свою решимость, чтобы двинуться в путь — и завершить его?

**Эпилог.** Тот, кто ждет возможности сделать сразу много хорошего, никогда ничего не сделает. Жизнь состоит из мелочей. Очень редко появляется возможность сделать сразу очень многое. Истинное величие состоит в том, чтобы быть великим в мелочах (Сэмюэль Джонсон, 1709-1784, английский писатель и мыслитель).

**Беседа о волонтерах**

В настоящее время начало развиваться такое движение как волонтерство. Оно зародилось в первые века существования христианства и дошло до наших времен.

Волонтерство – это добровольный благотворительный труд людей на благо нуждающихся в помощи. Основными характеристиками волонтерской деятельности является отсутствие материального вознаграждения, наличие доброй воли ее участников. Волонтеры могут участвовать в трудовой, творческой деятельности, помогать в сборе средств, создавать общественное мнение о волонтерском движении.

Эта тема приобретает актуальность, так как огромное количество людей нуждается в помощи и поддержке. У многих людей помощь со стороны близких родственников не оказывается, и поэтому они нуждаются в посторонней помощи, которую им могут оказать волонтеры. Волонтеры по собственному желанию делятся своим временем, энергией, навыками и знаниями для того, чтобы помочь другим людям или окружающей среде без какой - либо материальной выгоды. Каждому хочется верить в то, что работа, которую он выполняет, является очень важной, даже если она очень простая. Таким образом, волонтерская деятельность носит гражданский характер. Опыт деятельности показывает благотворительную направленность работы. Волонтерская деятельность выполняет функцию нравственного воспитания, возрождение в молодежной среде фундаментальных ценностей, таких как, гражданственность, милосердие, справедливость, гуманность, отзывчивость и других важных ценностей.

**Упражнение «Если бы у Вас был миллион?!»**

Все участники образуют круг. Тренер объясняет задание: Участники по кругу говорят о своем настроении, и отвечают на вопрос «Что бы Вы сделали, если бы у Вас был миллион?!». Последним мяч отвечает тренер, подводит итог высказываний, настраивая группу на позитивный лад.

В ходе упражнения можно задавать дополнительные вопросы.

**Упражнение «Ум, чувства, тело»**

Участник выбирает из группы троих, кто будет его “умом”, кто – “чувствами”, кто – “телом”. Затем он придает каждому из них форму, выражающую типичное состояние данной части, а также составляет из них скульптурную группу, отражающую состояние этих частей. После того, как распределены роли между партнерами, и они стали “частями” участника, они должны поделиться с ним своими впечатлениями, рассказать, каково им быть его чувствами, телом и умом. Упражнение позволяет увидеть разницу в степени осознания своих частей. В дальнейшем это может привести к их гармонизации.

**Упражнение «Шаги помощи»**

Участники должны разделиться на группы. Каждая группа вытягивает наугад мудрые высказывания про волонтерство, добрые поступки. Потом зачитывает его вслух. После этого они должны придумать сценарий адресной помощи волонтеров в несколько шагов.

**Упражнение «Магическая свеча»**

В народе говорят «Добро творит чудеса». Сейчас я дам вам свечу, вы передадите ее по кругу и отныне все те, кто ее возьмет, превратиться в волшебников. Включите свою фантазию, представьте, что каждый из вас стал добрым волшебником. Чтобы вы сделали став добрым волшебником?

**Завершение. Рефлексия.**

Притча о характерах людей**:**Пришел Ученик к Учителю и начал жаловаться. Естественно, на свою тяжелую жизнь. Попросил у Учителя совета, что делать, когда и то навалилось, и другое, и третье, и вообще, просто руки опускаются!

Учитель молча поднялся и поставил перед собой четыре котелка с водой. В один он кинул деревянную чурку, в другой – морковку, в третий – яйцо, в четвёртый – раздавленные зёрна кофе. Через некоторое время он вынул то, что кинул, из воды.

«Что изменилось?» – спросил Учитель. «Ничего…» – ответил Ученик.

Учитель молча кивнул и поставил эти четыре котелка с водой на огонь. Когда вода закипела, он снова кинул в один деревянную чурку, в другой – морковку, в третий – яйцо, в четвёртый – раздавленные зёрна кофе. Через некоторое время он вынул деревяшку, морковь, яйцо и налил в чашку ароматный кофе. Ученик, естественно, снова ничего не понял.

«Что изменилось?» – опять спросил Учитель. «То, что должно было случиться. Морковка и яйцо сварились, деревяшка не изменилась, а зёрна кофе растворились в кипятке», – ответил Ученик.

«Это лишь поверхностный взгляд на вещи», – ответил Учитель. «Посмотри внимательнее. Морковка разварилась в воде и из твердой стала мягкой, легко разрушающейся. Даже внешне она стала выглядеть по-другому. Деревяшка ничуть не изменилась. Яйцо, не изменившись внешне, внутри стало твердым, и ему уже стали не страшны удары, от которых раньше оно… вытекало из своей скорлупы. Кофе окрасило воду, придало ей новый вкус и аромат».

«Вода – это наша жизнь. Огонь – это перемены и неблагоприятные обстоятельства. Морковка, дерево, яйцо и кофе – это типы людей. Они все в тяжелые моменты жизни меняются по-разному.

**1. Человек-морковь.** Таких большинство. Эти люди только в обычной жизни кажутся твердыми. В моменты жизненных передряг они становится мягкими и скользкими. Они опускают руки, винят во всем либо других, либо «непреодолимые внешние обстоятельства». Чуть «придавило» и… они уже в панике, психологически раздавлены. Такие «морковки», как правило, легко становятся «жертвам моды», хотят, чтобы «всё было у них, как у людей», именно на них делают свои состояния удачливые торговцы, политики и… предсказатели.

**2. Человек-дерево.** Таких мало. Эти люди не меняются, остаются самими собой в любых жизненных ситуациях. Они, как правило, хладнокровны, внутренне спокойны и цельны, что ли. Именно такие люди показывают всем, что и тяжелые жизненные обстоятельства – всего лишь жизнь, и за черной полосой всегда наступает белая.

**3. Человек-яйцо.** Это те, кого жизненные невзгоды закаляют, делают крепче! Таких людей очень-очень мало. Именно такие люди в обычной жизни – никто, а в тяжелые времена они вдруг «твердеют» и упорно преодолевают «внешние обстоятельства».

**4. «А как же кофе?»** – воскликнул Ученик. «О – это самое интересное! Зерна кофе под воздействием неблагоприятных жизненных обстоятельств растворяются в окружающей среде, превращая безвкусную воду во вкусный, ароматный и бодрящий напиток!» – ответил Учитель, с удовольствием прихлебывая ароматный кофе из чашки.

«Есть особые люди. Их единицы. Они не столько меняются под влиянием неблагоприятных обстоятельств, сколько трансформируют сами жизненные обстоятельства, превращая их в нечто прекрасное, извлекая пользу из каждой неблагоприятной ситуации и изменяя в лучшую сторону жизнь всех людей вокруг».

А к какому типу людей Вы отнесёте себя?