

## Здоровая инициатива. Молодые – молодым

Вниманию волонтеров!

Вы дарите людям добрые дела, тепло души и заботу. Взамен вы получаете благодарность и улыбки)))

Улыбка – очень приятный подарок! Она редко исчезает бесследно, она способна переходить с одного лица на другое и заражать хорошим настроением и здоровым оптимизмом.

Предлагаем вам 5 декабря, когда состоится Всемирный день Волонтера, запустить *эстафету улыбок*.

О, Великие Волонтеры! Организуйте же такую акцию, чтобы в вашей школе ребята и учителя улыбались! Для этого им нужна альтернатива. Предлагайте, организовывайте, увлекайте, вдохновляйте, заражайте своим азартом, радостью и Улыбками!

Только позитивное восприятие жизни помогает нам справляться с трудностями и замечать хорошее вокруг.

Просим вас осуществить акцию, посвященную радостному взгляду на мир.

Суть мероприятия:

Акция может продлиться не один день, а целую неделю. Она может быть наполнена различным содержанием.

- Игровые перемены для начальной школы и среднего звена.
- Игровой классный час для начальной школы и среднего звена.
- Выставка забавных постов, например: «Заболела хорошим настроением... больничный брать не буду! Пускай люди заражаются», «Ушёл за яркими красками, чтобы нарисовать себе новую жизнь» или «Научил попугая говорить «Спасибо», теперь он благодарен».
- Аллея жизнеутверждающих цитат, например: «Чтобы жить и радоваться, надо всего две вещи: жить и радоваться» или «В двух случаях не стоит злиться, когда дело можно поправить и когда дело уже нельзя поправить».
- Конкурс смешных рисунков.
- Песенный фейерверк - песенные соревнования между классами.
- Парад удивительных масок

В каждый из дней можно организовать различные действия, например:

первый день – объявляется конкурс смешных рисунков в разных номинациях – 1) нарисованных самими учащимися, 2) найденными в интернете. Работы принимаются в течение недели и размещаются в холе выбранного этажа. Одновременно, готовится ящик для голосования, с которым волонтеры могут пройти по классам или поместить его в оговоренном месте. В этот же день можно оповестить о готовящейся «Перемене Удивительных Масок», которая будет проходить на большой

перемене в субботу. Туда приглашаются все смастерившие любую маску и желающие посмотреть на необычный парад масок.

Второй день – игровой (можно использовать игры, которые нравятся самим волонтерам или предложенные ниже.)

Третий – Песенный Фейерверк на большой перемене, где соревнуются несколько классов. Задача: перепеть соперников, вспомнив и спев большее количество песен (или один куплет) со словом заданным ведущими-волонтерами. (*О темах лучше оповестить заранее*)

Четвёртый – Парад удивительных масок, изготовленных самими ребятами.

Размещённые в коридорах «Аллея жизнеутверждающих цитат» и «Выставка забавных постов» могут так понравиться детям и взрослым, что, возможно, вы решите оставить их более, чем на неделю и регулярно обновлять.

Возможна любая другая идея или тема, в зависимости от ваших предпочтений и интересов.

Вы можете воспользоваться нашей разработкой игрового классного часа «**Я и Мы**», проведя его полностью или взяв из него отдельные игры и использовав их в начальных классах.

### **Классный час для 5-6 классов «Я и Мы»**

*Проводят волонтеры старших классов в присутствии педагога*

#### **Ход занятия**

##### **1. Вводный этап.**

После приветствия ведущий предлагает участникам немного поиграть.

##### **Упражнение «Ладонь – палец»**

Участники встают в круг, ставят палец правой руки под ладонь левой руки соседа справа. Таким образом, палец правой руки каждого участника стоит под ладонью соседа справа, а палец соседа слева – под его ладонью. По команде ведущего «раз-два-три» надо одновременно поймать чужой палец и не дать поймать свой. Упражнение можно выполнять в парах.

##### **2. Основной этап.**

Ведущий говорит, что у каждого, абсолютно у любого человека в мире случаются неприятности или трудности, и часто ему самому очень тяжело их преодолеть. Для таких людей существуют службы доверия, куда можно обратиться, не называя себя, и получить помощь и поддержку.

Далее ведущий предлагает ребятам поучаствовать в следующем упражнении.

##### **Упражнение «Чат доверия»**

Инструкция: «Представьте, что вы вошли в чат службы доверия. Подумайте, о чем вы хотели бы спросить консультанта, и запишите ваши мысли на бумаге». Ведущий отмечает, что письма в чат поддержки отправляются анонимно.

Листочки складываются таким образом, чтобы не было видно написанного, и перемешиваются в шляпе/мешке/др. Затем ведущий по одному достаёт листочки и зачитывает, никому не показывая. Группе предлагается представить себя консультантами чата доверия и дать ответ на записку.

По завершении упражнения проводится рефлексивная беседа:

- получили ли вы ответ на свой запрос?
- помогло ли вам участие всей группы в работе?
- как вам кажется, легче справляться с трудностями в одиночку или всем вместе?

После обсуждения ведущий подводит итог.

### ***3. Завершающий этап.***

Ведущий проговаривает, что, поделившись своими трудностями друг с другом, ребята стали ближе, стали почти как единый организм, и предлагает им следующее упражнение.

Упражнение «Доброе животное»

Ведущий тихим, таинственным голосом говорит: Встаньте, пожалуйста, в круг и возьмитесь за руки. Мы – одно большое, доброе животное. Давайте послушаем, как оно дышит! А теперь подышим вместе! На вдох – делаем шаг вперед, на выдох – шаг назад. А теперь на вдох делаем 2 шага вперед, на выдох – 2 шага назад. Вдох – 2 шага вперед. Выдох – 2 шага назад.

Так не только дышит животное, так же четко и ровно бьется его большое доброе сердце. Стук – шаг вперед, стук – шаг назад и т.д. Мы все берем дыхание и стук сердца этого животного себе.

### ***Игры для игровых перемен с младшими классами***

#### **Игра «Загадки»**

Ведущий собирает детей в круг и предлагает отгадать несколько загадок про Новый год

- Кто снег белый разбросал,  
Речку крепким льдом сковал?  
С вьюгой, холодом пришла...  
Как зовут её?.. (зима)
- Скатерть бела  
Весь свет одела. (снег)
- Он щиплет за щёки,  
Кусает за нос.  
Конечно... (мороз)
- Красавица какая,  
Как пышно убрана...  
Скажите, кто она... (новогодняя ёлка)
- Растёт она вниз головой  
Не летом, а зимой.

Но солнце её припечёт,  
Заплачет она и умрёт. (сосулька)  
• Бел, да не сахар,  
Нет ног, а идёт. (снег)  
• Без досок, без топоров,  
Через реку мост готов.  
Мост как синее стекло!  
Скользко, весело, светло! (лёд)  
• Что за звёзды ледяные  
На пальто и на платке?  
Все сквозные, вырезные,  
А возьмёшь – вода в руке. (снежинка)  
• Он в берлоге спит зимой  
Под большущею сосной.  
А когда придёт весна  
Просыпается от сна. (медведь)

### **Игра «Новогодняя елка»**

*Материалы: скрепки, прищепки или зажимы*

Ведущий объявляет, что сейчас дети будут наряжать новогодние елки. Нескольким участникам (2-3 человека) завязывают глаза, из оставшихся выбирается столько же детей – они будут «новогодними елками». Остальные дети цепляют на их одежду скрепки/прищепки/зажимы (необходимо следить за тем, чтобы дети цепляли прищепки только на одежду, не на кожу!). Затем дети должны, не снимая повязок с глаз, как можно быстрее снять с «елок» все «украшения». Побеждает тот, кто справился быстрее остальных.

### **Игра «Спой Новый год»**

*Материалы: шляпа/мешок, листочки со строчками из новогодних песен.*

Дети по очереди достают из шляпы по одному листочку со строчкой из новогодней песни и исполняют фрагмент песни, где встречается эта строчка. Можно поделить детей на 2 команды – победит команда, которая узнала и спела больше песен. Если ребенок испытывает затруднения, можно обратиться к команде за помощью.

### **Игра «Ловишка»**

Дети немного отходят от ведущего и произносят текст: «Раз, два три! Раз, два, три! А ну, скорее нас лови!», после чего разбегаются. Ведущий догоняет детей. Пойманный ребенок становится на место ведущего и игра начинается сначала.

### **Конкурс «Смешинка»**

Ведущий (лучше, если это будет кто-то из взрослых) раздает всем игрокам забавные прозвища, каким-либо образом связанные с Новым годом:

фонарик, снеговик, гирлянда, снежинка, хлопушка, игрушка, ёлочка и т. п. Дети становятся в круг, а ведущий внутри круга переходит от одного игрока к другому и задает каждому из них различные вопросы. Загвоздка в том, что игроки должны отвечать на любой вопрос данными им прозвищами. Можно склонять слово и добавлять к нему предлоги, если нужно.

Диалоги игроков и ведущих могут выглядеть примерно так:

— Как тебя зовут?

— Снежинка.

— Какой праздник мы сегодня отмечаем?

— Снеговик.

— Где ты учишься?

— В сугробе!

— Чем мы украшаем новогоднюю елку?

— Сосульками.

- Что у тебя на носу?

- Ёлочка

- А во рту?

- Хлопушка

Задача ведущего — подобрать вопросы таким образом, чтобы ответы были максимально неожиданными и смешными. Задача игроков — не засмеяться, отвечая на вопросы или слушая ответы других. Тот, кто засмеялся, выбывает из игры и отдает ведущему фант. Побеждают самые «стойкие и серьезные».

### **Игра «Хоровод»**

Ведущий дает команду: "Объединиться по двое". Все игроки мгновенно должны найти себе пару и схватиться за руки. Не давая игрокам опомниться, ведущий командует: "Объединиться по трое". Команды ведущего следуют одна за другой: "По четыре человека, по пять, по шесть...".

"Все в общий круг", - командует ведущий, и все игроки образуют большой хоровод.

Затем ведущий предлагает детям поводить хоровод и спеть новогоднюю песню (на свое усмотрение).

### **Игра «Мышеловка»**

Дети делятся на 2 группы. Одна группа назначается мышами, остальные, включая ведущих, становятся в круг и держатся за руки. По команде «мыши» бегают и должны пробежать внутри круга, при этом взрослые время от времени опускают руки, тем самым закрывая «мышеловку». Те «мыши», которые «попались», также встают в круг, расширяя его. Постепенно круг становится большим, и все мышки попадают в мышеловку.

### **Конкурс «Герой Нового года»**

Всех детей делят на две команды, от которых приглашается по одному представителю. Каждому участнику загадывают известного новогоднего или просто зимнего персонажа (Деда Мороза, Снегурочку, снеговика, зайчика, лису, ёлочку и т. д.). Получивший задание участник должен отвечать на вопросы своей команды, пытающейся догадаться, кто был загадан. Но отвечать он может только односложно: «да» и «нет». Та команда, которая быстрее отгадает своего героя, и становится победительницей.

В 2018 году мы предложили вам достаточно большой список игр, который до сих пор находится в методической копилке нашего сайта: «Арам-шим-шим», «Эволюция», «Змейка в квадрате», «Животные», «Найди цвет», «Ха-ха-ха», «Рисунок на ладошках», «Турнир "крестики-нолики"». ([Главная](#)→[«Виртуальный Диалог»](#)→[«Единые дни профилактики»](#)- 5 декабря). Их можно использовать и в этом году.

Интересных идей вам, волонтеры, и радостных заразительных улыбок!

педагоги-психологи Центра «Диалог»  
Пришедько Светлана Владимировна, Сайдулин Владислав  
Вячеславович и Гордеева Ольга Игоревна.