

# **Тренинг для волонтеров «Дети с ограниченными возможностями»**

*Автор: Камеш Ольга Дмитриевна,  
заведующий отделом государственного учреждения образования  
«Мостовский районный центр творчества детей и молодежи»*

**Цель:** информирование волонтеров о социально-психологических особенностях людей с ограниченными возможностями здоровья. Обучение волонтеров правилам оказания помощи людям с ограниченными возможностями здоровья.

## **Задачи:**

1. Раскрыть психологические особенности детей с ограниченными возможностями здоровья;
2. Познакомить потенциальных волонтеров с основными принципами волонтерской деятельности;
3. Расширить представления волонтеров о способах и правилах общения с детьми с ограниченными возможностями здоровья; снизить тревожные состояния при данных контактах.

## **ХОД ТРЕНИНГА**

### ***Миксер: «Мы с тобой похожи...»***

- Мы так похожи и в то же время мы – разные. Но существует группа людей/детей, имеющая особенности развития и ограниченные возможности здоровья. Они живут рядом с нами. Но многие понятия не имеют, кто такие эти люди, какие у них потребности. Давайте поближе познакомимся с ними.

Участники образуют 2 круга – внутренний и внешний, лицом друг к другу. Участники внешнего круга говорят фразу – «мы с тобой похожи тем, что...». Участники внутреннего круга отвечают – «мы с тобой отличаемся тем, что...». По команде ведущего участники внутреннего круга перемещаются по часовой стрелке, меняя партнера. Повторяется до тех пор, пока каждый участник внутреннего круга не сможет повстречаться с каждым участником внешнего круга.

### **1 часть – вводная**

Тренер задает вопрос – Кто считается человеком с ограниченными возможностями здоровья?

#### ***1. Упражнение «Мозговой штурм»***

люди плохо представляют себе кто такие люди с ограниченными возможностями здоровья, как они живут, какие у них потребности, о них складывается неправильное мнение. До сих пор многие думают, что это несчастный, убогий, всегда грустный, просящий человек... Обобщение:

человек с ОПФР – это человек, имеющий недостатки в физическом и психологическом развитии.

## 2. Упражнение «Кластер»

- Существует несколько видов классификации людей с ограниченными возможностями здоровья. Я предлагаю вам обобщенный вариант по Егоровой, в основе которой нарушения локализуются в той или иной области развития человека.



## 2 часть - информационная

- Любое нарушение здоровья ставит человека в особые жизненные обстоятельства, создает барьеры... Предлагаю конкретно увидеть какие это барьеры.

### 1. Упражнение «Ленты»

Часть тела (завязывается лентами)	Символическое значение
Глаза	Сложно видеть жалость к себе, быть на виду
Рот	Страх рассказывать о трудностях и желаниях
Уши	Боязнь общественного осуждения
Руки	Чувство связанности, многое недоступно и руки опускаются
Сердце	Боль, болит душа, сердце разрывается
Живот	Область дыхания, центр жизненной силы человека... живет вполсилы.
Ноги	Сложно идти дальше по жизни, боязнь шагать самостоятельно.

- В такой изоляции, «коконе» оказывается человек с ограниченными возможностями здоровья. Он испытывает ложное чувство собственной неполноценности.

## **2. Упражнение «Жизнь в темноте»**

- Давайте мы немного подвигаемся. Сейчас я попрошу вас встать, завязать повязкой глаза и представить себя в темной незнакомой комнате. А теперь будьте предельно внимательны и осторожны, выполняя команды. Не открывая глаз, ответьте, пожалуйста, где находитесь, куда вы пришли? А прийти вы должны были туда, откуда начали движение.

Откройте глаза. Получилось ли прийти в нужную точку? Что вы чувствовали, двигаясь с закрытыми глазами? Согласны ли вы, что с дружеской помощью вам было бы намного комфортнее?

Вот так чувствуют себя в нашей жизни люди с проблемами зрения.

***Существует специальная азбука - азбука Брайля, чтобы эти люди тоже могли читать, обучаться, общаться.***

***В основе ее стоит выпуклое шеститочие: комбинациями точек обозначаются и буквы, и цифры, и нотные знаки.***

## **3. Упражнение «Подарок».**

Встаем в круг. Представим, что у нас нет речи... мы пришли на праздник и дарим подарки друг другу подарки. С помощью жестовых сигналов руками обозначаем действия. «Подарок» каждый придумывает сам и дарит рядом стоящему.

А как живут люди с проблемами слуха? Ведь на улице они не слышат гудков автомобилей, их не окликнешь, не предупредишь об опасности издали.

***А они общаются жестами, это - жестовая речь. Поэтому таким людям необходимо видеть руки и лицо собеседника.***

## **4. Упражнение «Снеговик» / Рассогласование тела и интеллекта/.**

Упражнение выполняется в положении альбом на голове, придерживать не ведущей рукой, взять фломастер и четко выполнять инструкции. Не разговаривать.

Начните с того, что:

Нарисуйте в верхней части планшета маленький ровный круг – это будет голова снеговика.

Теперь в нижней части планшета нарисуйте большой круг – основание снеговика.

Теперь вернитесь к голове снеговика и нарисуйте на ней черный цилиндр.

Между маленьким и большим кругами нарисуйте круг среднего размера – это будет туловище снеговика.

Теперь снова вернитесь к голове и в правой её части нарисуйте глаз снеговика.

С левой стороны туловища нарисуйте ветку-руку снеговика, чтобы она заканчивалась в виде пальцев, держащих метлу.

Ровно в том месте, где соприкасаются маленький и средний круги, нарисуйте шарф, обмотанный вокруг шеи снеговика, чтобы концы развевались по ветру вправо.

С правой стороны туловища нарисуйте одну ветку-руку, так же нарисуйте ветку-руку с левой стороны снеговика.

Теперь нарисуйте маленькую ёлочку, стоящую слева от снеговика. Прекратите рисовать.

Теперь можете взглянуть на своё художественное произведение.

***Какие чувства, испытывали при работе? Что мешало? Примерно так чувствуют себя люди, имеющие интеллектуальные нарушения, они с трудом справляются с простыми для нас действиями.***

Вывод:

Люди с ограниченными возможностями имеют:

трудности в развитии эмоционально-волевой сферы (не может управлять эмоциями, не может управлять своим поведением, не может регулировать свою деятельность в соответствии с общими требованиями);

интеллектуальные трудности – снижение познавательных процессов (память, внимание, речевые нарушения, мышление, восприятие);

трудности в мотивационной сфере – осознание своего Я, нарушение отношения к себе и окружающим, снижение активности. Нарушения коммуникации. Сужение и ограничение круга общения. Чувство неполноценности.

### **3 часть – практическая**

#### ***1. Упражнение «Котенок»***

Участники встают в круг. Тренер просит передавать по кругу газету. Затем представить, что на газете спит котенок... и теперь газету друг другу нужно передавать очень бережно, что бы не разбудить котенка...

***Точно такое же бережное отношение важно сохранять для общения с особенными детьми.***

#### ***2. Принципы волонтерской деятельности с категорией людей с ОПФР:***

Смотреть не на проблему, а в глаза человека. Не акцентировать внимание на его несовершенстве, принимать таким, какой есть.

Больше общаться в совместной деятельности. Общение на темы, близкие для них, о происходящих событиях.

Показывать свой мир, не бояться того, что ты – другой. Являться положительным примером. Говорить на своём языке, но дать понять человеку с ОПФР, что его слышат и понимают.

Быть искренним, не жалеть, проявлять теплоту и участие.

Помнить, что вы уйдете, а человек останется. На мероприятиях не выделять «любимчиков», не обещать, что часто будете приходить...

#### ***3. Упражнение «Рука помощи»***

Участники делятся на 2 группы. Раздаются чистые листы бумаги и фломастеры.

Задание для 1 группы:

Обвести свою «руку помощи». На каждом из пальцев написать

качества волонтера (внимательность, спокойствие, доброжелательность, компетентность и др.). Общее обсуждение. Прикрепить «руки помощи» на доску.

Задание для 2 группы:

Обвести свою «руку помощи». На каждом из пальчиков написать возможные направления помощи юных добровольцев (помощь по хозяйству, перевести через дорогу, проводить к месту назначения, провести экскурсию, помочь за столом, почитать книгу и др.).

Общее обсуждение.

#### **4. Упражнение «Правила общения с людьми с ОПФР»:**

Поздороваться, приветливая улыбка. Прикоснуться при необходимости (чтобы человеку было понятно, что обращаются именно к нему).

Представиться (чтобы человек знал, как к вам обратиться).

Представить свои намерения (т.е. обозначить, какую помощь вы хотите предложить).

Помочь.

Попрощаться.

**Вопрос аудитории** - А что делать, если человек отказался от помощи? (Извиниться и попрощаться).

#### **5. Упражнение «Цепочка»**

Участники тренинга по очереди называют примеры в поведении человека с ограниченными возможностями, которые могут помешать им в общении с ним.

#### **Рефлексия.**

Продолжите фразы:

Я узнал(а), кто такие ... (люди с ОВЗ).

Я узнал(а) о потребностях.... (людей с ОВЗ).

Я научился(ась) ... (правилам общения и сопровождения)

Я принял(а) решение, что...

Приложение

## **РАЗРАБОТКА**

### **мероприятия объединения по интересам «Школа юного волонтера «ДобраДЕЛ»**

**ТЕМА:** «Социально значимая деятельность».

**Форма проведения:** игра-путешествие «Добро сильнее зла» для учащихся коррекционного центра для детей с особенностями развития.

**Цель:** развитие социально-эмоциональных компетенций учащихся в процессе добровольческой деятельности.

**Задачи:**

Образовательные:

Формировать у учащихся представление о доброте как о неотъемлемом качестве человека, учить анализировать и проявлять свои эмоции.

**Развивающие:**

Развивать эмоциональные процессы: память, внимание, мышление, творческое воображение; монологическую речь, умение отвечать на вопросы.

Развивать чувство товарищества, взаимопомощи.

**Воспитательные:**

Воспитывать уважительное отношение к людям, животным.

**Оборудование и материалы:** аудиозапись песни «Что такое доброта» (исп. Барбарики), цветы, шкатулка, сюжетные картинки, кружочки, солнышки–смайлики, дерево доброты, клей-карандаш, тихая, спокойная музыка.

**Структура занятия:**

Вводная часть.

Вступительное слово.

Игровая разминка «Улыбнись всем».

Сообщение темы и цели занятия.

II. Основная часть.

Беседа по теме занятия.

Дидактические игры «Все наоборот», «Кричалка», «Доскажи слово», Пирамида Добра».

Физкультминутка «Тропинка доброты».

Работа с сюжетными картинками «Долина Сказок».

III. Заключительная часть.

**Ход занятия:**

**Педагог:** Ребята, мы рады видеть ваши добрые глазки, лучистые улыбки!

Давайте поздороваемся друг с другом,

Тому, кто справа – улыбнись,

Тому, кто слева – улыбнись,

Тому, кто справа – руку дай.

Тому, кто слева – руку дай.

И в центр круга ты шагай,

С друзьями вместе ты шагай.

Вернись обратно – улыбнись,

Теплом сердечка поделись!

**Педагог:** Я желаю вам доброго дня и бережного отношения друг к другу.

– Сегодня мы с вами поговорим о важном, нужном качестве для человека – о доброте. Узнаем, что дает человеку доброта, и в чем она проявляется.

– Ребята, как вы думаете, что такое доброта?

Примерные ответы учащихся: Доброта – это тепло, внимание, забота, ласка, вежливость, улыбка, помощь, сочувствие, радость, нежность.

**Педагог:** Верно. Доброта – это желание человека сделать что-то хорошее для окружающих, улыбка, подаренная людям, любовь к своим близким, забота о них. Доброта – это заботливое отношение ко всему живому на земле. Доброта проявляется в ласке к кошке или щенку, в уходе за цветами.

– Кто такой добрый человек?

Примерные ответы учащихся: Кто придет на помощь, делает добрые дела, заботится о других, помогает взрослым, не обижает младших, защищает слабых, вежлив и внимателен ко всем, говорит только добрые, хорошие слова.

**Педагог:** С чем всегда борется добро?

Примерные ответы учащихся: Со злом.

**Педагог:** А какого человека называют злым?

Примерные ответы учащихся: *Обижает слабых, говорит плохие слова, не заботится о животных.*

**Звучит песня** «Что такое доброта».

**Организационный момент.**

Ребята, вы послушали песню. Как вы думаете, чему будет посвящен наш сегодняшний день? (*Учащиеся делают предположения*).

- Это качество

В сердце у многих живет.

И о боли других

Позабыть не дает.

И оно поважнее,

Чем лица красота.

Догадались, что это?

Сердцец ДОБРОТА!

- Мы собрались для того, крепче подружиться друг с другом, показать, что каждый из вас умеет. И неважно, кто станет победителем в этом соревновании, а главное – чтобы все мы почувствовали атмосферу сердечности и доброжелательности, взаимного уважения и понимания. Давайте помнить о том, что преодолевать жизненные трудности нам с вами будет легче, если мы будем вместе. Предлагаю вашему вниманию правила нашей игры-путешествия:

**Правила для играющих:**

1. Соблюдай правила игры, не старайся выиграть и добиться первенства нечестным путем.

2. Не радуйся, когда другие проигрывают.

3. Обидно, когда проигрываешь, но не падай духом и не злись на того, кто выиграл, главное не победа, а участие.

4. Будь доброжелательным к своим соперникам.

5. Помни, в командной игре действует правило: «Один за всех, и все за одного».

**Ведущий:** Сегодня мы с вами отправимся в увлекательное путешествие Игра «Кричалка».

- Если хмурится с утра, нам поможет (*хором*) доброта.

- Если дождик льёт с утра, нам поможет (*хором*) доброта.

- Если нам чуть- чуть взгрустнулось, нам поможет (*хором*) доброта.

- И сегодня мы друг другу улыбнулись и желаем всем (*хором*) добра.

**Педагог:** Что такое добро? Это все хорошее, доброе, красивое.

Например, весна, солнце, улыбка, мама, учитель... (*дети продолжают*)

- Что такое зло? Это нечто противоположное добру: злое, плохое, беда, ненастье.

- Мы живем с вами на планете Земля. Раз существуют на нашей планете добро и зло, значит, люди могут творить и добрые и злые дела. Какие чувства вызывают у вас добрые поступки? А злые? Вам трудно быть добрым? Надо ли учиться доброте? (*Ответы учащихся*)

- Да, непросто, быть добрым человеком. Этому необходимо учиться всю жизнь. А помогают нам в этом не только наши родители, педагоги и учителя, но и старые, добрые сказки. Ведь именно в сказках Добро всегда побеждает зло.

- Вот и мы сейчас с вами отправляемся в необычное путешествие... В Сказочную страну. Именно оттуда нам прислали письмо ...

### 1. Письмо из Сказочной страны.

**«Дорогие друзья, у нас беда! В нашей стране власть захватила страшная Злюка Колюка со своими помощниками. Они замуровали в стену все добрые слова, весёлый смех, музыкальные звуки. Наше солнце заволочили грозные тучи, теперь у нас хмуро даже днём. Все цветы завяли, повсюду растут ужасные сорняки. Жители страны обижают друг друга, обзываются, всё докладывают Злюке... Помогите нам!!!». Жители Сказочной страны.**

### Педагог:

- Нас ожидают серьёзные испытания, преодолев которые, мы поможем нашим друзьям победить зло в Сказочной стране!

- Мы пойдем с вами дорогой добра.

- А поможет нам её найти и не сбиться с пути вот эта карта (*дети подходят к карте*).

### 3. Начало пути.

Педагог: Чтобы отправиться в путешествие, нам нужно отгадать, что лежит в этом сундучке?

(*В сундучке лежат бумажные цветы и игрушка - сердечко*)

- Вы это узнаете, если отгадаете загадки. (*дети отгадывают загадки*)

- Что приносит счастье в любое ненастье?

- Рос на ножке бокал, нектаром он бабочек всех угощал.

- А зачем нам цветы? Правильно, мы посадим их в Сказочной стране.

- День и ночь оно стучит. Будет плохо, если вдруг прекратится этот стук.

- Да, это сердце? Может поменять его на золото? Почему нет!?

- Правильно, только человек с добрым сердцем способен творить добро!

- Давайте, и мы с вами, наши сердца наполним добротой, а для этого встаньте в круг и коснитесь руками сначала волшебного сердечка, а потом своего.

(*учащиеся протягивают руки к игрушке – сердечку, а затем кладут руки на своё сердце*)

- А теперь, в добрый путь! (*Физкультминутка «Тропинка доброты»*)

*Звучит куплет песни «Дорогой добра». Дети идут-танцуют, потом возвращаются к доске с картой и встают полукругом.*



Дидактическая игра «Все наоборот».

**Педагог:** - Вот мы и пришли. Но что это? (*сорняки*)

*Педагог открывает доску, на которой прикреплены картинки-«сорняки» с названиями:*

- Видите, как заросла тропинка в страну Доброты? Нужно срочно прополоть сорняки и посадить добрые цветы-слова. Давайте дружно поработаем. На место сорняка посадит цветок с противоположным по значению значением.

(Плохо – хорошо. Зло – добро. Война – мир. Жадность- щедрость. Грубость – вежливость. Жестокость – ласка. Ложь – правда.)

*(дети снимают «сорняки», прикрепляют на их место цветы)*

**Педагог:**

- Первое доброе дело вы уже совершили: посадили цветы, открыли путь в Сказочную страну Добра, вспомнили добрые слова. Значит, отправляемся дальше! Впереди нас ждет Долина Сказок!

- Помогите нам разобраться, кто из сказочных персонажей добрый герой, а кто злой и охарактеризовать некоторых из них.

- Я буду называть сказочного героя, а вы отвечайте. Если добрый, вы радостно хлопайте в ладоши, если злой – закрываете лицо ладошками

- Готовы!? (*Презентация «Сказочный герой: добрый или злой?»*)

- Идём дальше... но что это? На нашем пути широкая река! Как же нам её перейти? Давайте мы немного поиграем. Я прочту стихотворение, а ваша задача - досказать подходящее по смыслу доброе слово, а за каждое доброе слово у нас будет появляться одна дощечка, и мы сможем построить мост и перейти речку.

Я вам буду читать начало стихотворение, а вы его закончите.

Я, признаться, удивлен,

Расскажу вам вот о чем.

Встретил шустрю Настенку

Я на улице сейчас,

Настя добрая девчонка –

Она ходит в третий класс.

Но давно уже от Насти

Я не слышу слово... (*здравствуйте*).

Дед на внучку осерчал –

Экая досада:

Он портфель ей подарил,

Думал, будет рада,

Но зачем молчать как рыба,

Ну сказала бы...(*спасибо*).

Встретил Витю, я соседа,

Встреча грустная была:

На меня он, как торпеда,

Налетел из-за угла!

Но напрасно я от Вити

Ждал лишь слова... (*извините*)  
Придуманно кем-то просто и мудро -  
При встрече здороваться ... (*“Доброе утро!”*)  
Зазеленеет старый пенёк,  
Когда услышит: ... (*“Добрый день!”*)  
Мальчик вежливый и развитый,  
Говорит, встречаясь: ... (*“Здравствуйте!”*)  
Растает ледяная глыба  
От слова доброго ... (*“Спасибо!”*)  
Когда бранят за шалости, Мы говорим: ... (*“Прости, пожалуйста!”*)  
И во Франции, и в Дании Говорят, прощаясь: ... (*“До свидания!”*)  
Всем вам с добром я и любовью  
Желаю крепкого ... (*«Здоровья»*)

**Педагог:**

- Много тёплых добрых слов в нашей речи. Доброе слово может нас приободрить. Вселить в нас уверенность, согреть душу.

- Молодцы! Вот вам, волшебный мост «дружбы», сложив его, вы сможете перейти на другой берег реки и продолжить свой путь.

- Давайте еще раз вспомним добрые слова, которые мы сегодня вспомнили.

*(Щедрость, красота, нежность, радость, ласка, любовь, дружба.)*

- Ребята, посмотрите: слова превратились в солнечные лучи (*педагог раздаёт детям «солнечные лучи» и открывает спрятанное солнышко*)

- Солнце дарит всему живому свет, тепло, радость. А люди, как лучики этого солнца, добротой согревают всех вокруг. Солнце вернулось в Сказочную страну. Верните ему его лучики. (*Дети прикрепляют солнцу лучи*)

**Заключительная часть.**

**Игра «Пирамида Добра»**

**Педагог:**

- Путь наш был не из лёгких. Сказочная страна свободна. Рассеялись злодеяния грубых слов, остались только добрые. Ожили с ними песни и смех. Ваша доброта и дружба победили зло. Предлагаю всем встать в круг и взяться за руки. Вы чувствуете, как тепло переходит от одной ладошки к другой? Становится хорошо и спокойно на душе. Давайте построим в Сказочной стране Доброты пирамиду Добра. (*Дети цепляются ладошками за большой палец друг друга.*) Смотрите, какая высокая получилась пирамида. Я верю, что впереди у вас много славных дел, и наша пирамида добра будет всегда расти и крепнуть. Не случайно народная мудрость гласит: «Добро сильнее зла». Покажите, какое у вас сейчас настроение? А, почему? (*Мы сделали доброе дело*)

## ФОТОПРИЛОЖЕНИЕ



Фото 1. Участники тренинга «Дети с ограниченными возможностями»



Фото 2. Игра-путешествие «Добро сильнее зла» в ЦКРОиР