

**МИНИСТЕРСТВО СОЦИАЛЬНОЙ ПОЛИТИКИ КРАСНОЯРСКОГО КРАЯ  
КРАЕВОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ СОЦИАЛЬНОГО  
ОБСЛУЖИВАНИЯ**

**«Социально-реабилитационный центр «Родничок»**

**РЕКОМЕНДОВАНО:**  
на заседании  
методического объединения  
протокол № 1  
«14» января 2026г.



**УТВЕРЖДАЮ:**  
Директор КГБУ СО  
Социально-реабилитационный  
центр «Родничок»  
В.В. Запеченко

**АДАптированная дополнительная общеобразовательная  
общеразвивающая программа**

**«Команда равных»**

**Направленность:** волонтерское движение  
**Уровень программы:** стартовый, базовый  
**Целевая группа:** лица с нарушениями интеллекта в возрасте от 18 до 35 лет  
**Общий объём:** 136 академических часов  
**Срок реализации программы:** 2 года

**Составители:**

М.В.Заставская- педагог дополнительного образования  
Е.В.Авдиевская-учитель-дефектолог

## **СОДЕРЖАНИЕ**

1. Пояснительная записка
2. Цель и задачи программы
3. Учебно-тематический план
4. Планируемые результаты
5. Критерии оценки эффективности
6. Список литературы и практические руководства по инклюзивному волонтерству

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Программа разработана на основе нормативных правовых актов, регламентирующих деятельность организаций социального обслуживания и их структурных подразделений, предоставляющих социальные услуги в сфере социального обслуживания:

- Конвенция ООН о правах инвалидов (2006) - фундаментальный документ, определяющий права людей с инвалидностью.

- Федеральный закон "Об основах социального обслуживания граждан в Российской Федерации" от 19.07.2012 N 181-ФЗ

- Закон об образовании в РФ (Федеральный закон от 29.12.2012 N 273-ФЗ). (Особенно разделы, касающиеся инклюзивного образования).

### **Актуальность программы инклюзивного волонтерского отряда «Команда равных».**

Настоящая рабочая программа учебного плана предназначена для организации деятельности инклюзивного волонтерского отряда, объединяющего людей с различными возможностями, опытом и жизненными ситуациями.

В современном обществе все больше внимания уделяется вопросам инклюзии, признанию ценности каждого человека и его права на полноценное участие в жизни сообщества. Волонтерская деятельность является мощным инструментом для реализации этих принципов, позволяя участникам не только оказывать помощь другим, но и развивать собственные навыки, расширять круг общения и формировать активную гражданскую позицию.

Программа разработана с учетом потребностей и возможностей каждого участника, стремясь создать безопасную, поддерживающую и стимулирующую среду для совместной деятельности. Она ориентирована на развитие социальной компетентности, эмпатии, ответственности и формирование устойчивого интереса к добровольческой деятельности.

Создание инклюзивного волонтерского отряда отвечает запросам общества на формирование толерантной среды, разрушение стереотипов и барьеров, а также предоставление равных возможностей для самореализации всех категорий граждан.

### **Цель и задачи программы**

#### **Цель:**

Создание условий для формирования и эффективной деятельности инклюзивного волонтерского отряда, способствующего социальной адаптации, развитию личностных качеств его участников и оказанию адресной помощи нуждающимся.

#### **Задачи:**

##### 1. Формирование инклюзивной среды:

- Создать атмосферу взаимного уважения, понимания и принятия индивидуальных особенностей каждого участника.

##### 2. Развитие личностных качеств:

- Способствовать развитию эмпатии, ответственности, инициативности, коммуникативных навыков и уверенности в себе у всех членов отряда.

##### 3. Обучение и подготовка волонтеров:

Познакомить участников с принципами и этикой волонтерской деятельности, базовыми навыками взаимодействия с различными категориями населения и основами безопасности.

##### 4. Развитие командного взаимодействия:

-Научить участников эффективно работать в команде, учитывать возможности и сильные стороны друг друга для достижения общих целей.

#### 5. Организация и проведение волонтерских акций:

-Спланировать и реализовать ряд социально значимых проектов и мероприятий, направленных на помощь нуждающимся и улучшение окружающей среды.

#### 6. Содействие социальной интеграции:

-Обеспечить активное участие людей с ограниченными возможностями здоровья (ОВЗ) и других маломобильных групп в общественной жизни через волонтерскую деятельность.

#### 7. Популяризация инклюзивного волонтерства:

-Демонстрировать обществу положительный пример совместной деятельности людей с разными возможностями.

### **Принципы работы инклюзивного волонтерского отряда**

**Равенство:** Каждый участник ценен и имеет право на полноценное участие и самовыражение.

**Уважение:** Принятие и уважение к индивидуальным различиям, особенностям и выбору каждого.

**Доступность:** Обеспечение физической, информационной и коммуникативной доступности всех мероприятий.

**Безопасность:** Создание безопасной и поддерживающей среды для всех участников.

**Индивидуальный подход:** Учет индивидуальных потребностей, интересов и возможностей при распределении задач и организации деятельности.

**Взаимопомощь и поддержка:** Поощрение сотрудничества, взаимовыручки и помощи друг другу.

**Добровольность:** Участие в отряде является осознанным и добровольным выбором каждого.

**Открытость:** Открытое общение, честная обратная связь и готовность к диалогу.

### **Целевая аудитория**

Программа предназначена для совершеннолетних лиц с различными видами ментальных нарушений (интеллектуальные нарушения, расстройства аутистического спектра, психопатические расстройства в стадии ремиссии и др.) заинтересованных в волонтерской деятельности и развитии инклюзивной культуры.

### **Срок реализации программы**

**Краткосрочная:** например, 3-6 месяцев для формирования отряда и реализации первого проекта

**Долгосрочная:** постоянно действующий отряд с регулярными проектами и пополнением состава

**Предполагаемый режим занятий:** 1-2 раза в неделю (по 1,5 - 2 часа) для обучающих модулей и организационных встреч; гибкий график для реализации практических акций.

**Форма проведения занятий:** групповая, подгрупповая

**Ежегодная продолжительность обучения** - 133 часа

## **УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН**

### **МОДУЛЬ 1: Знакомство и основы волонтерства (6 часов)**

**Цель:** Сформировать команду, создать комфортную атмосферу, ознакомить с базовыми понятиями волонтерства.

п/п	Наименование темы	Количество часов		
		Практика	Теория	Всего
1	Знакомство и тимбилдинг	1	-	1
2	Что такое волонтерство?		2	2
3	Волонтерская этика и принципы	2	1	3
	<b>Всего</b>	<b>3</b>	<b>3</b>	<b>6</b>

### Содержание модуля 1 «Знакомство и основы волонтерства»

#### Знакомство и тимбилдинг:

- Упражнения на знакомство (имена, интересы, ожидания от отряда).
- Игры на сплочение, развитие доверия и командного духа.
- Создание правил группы и общего "кодекса" отряда.

#### Что такое волонтерство?

- Определение волонтерства, его цели и задачи.
- История волонтерского движения, примеры успешных проектов.
- Мотивация волонтеров: почему люди становятся волонтерами? (личная польза, помощь другим, самореализация).

#### Волонтерская этика и принципы:

- Принципы добровольности, безвозмездности, ответственности, законности.
- Правила поведения волонтера: конфиденциальность, уважение к чужому мнению, пунктуальность.

**Формы работы:** Игры, дискуссии, "мозговой штурм", презентации, создание коллажа "Мое волонтерство"

### МОДУЛЬ 2: «Инклюзия: мир вокруг нас» (7 часов)

**Цель:** Развить понимание разнообразия, сформировать толерантное отношение и этику взаимодействия.

п/п	Наименование темы	Количество часов		
		Практика	Теория	Всего
1	Виды особенностей и их восприятие.	1	1	2
2	Этика взаимодействия и общения.	2	1	3
3	Права людей.	1	1	2
	<b>Всего</b>	<b>4</b>	<b>3</b>	<b>7</b>

### Содержание модуля 2 «Инклюзия: мир вокруг нас»

### **Виды особенностей и их восприятие:**

- Обзор различных видов особенностей (физические, сенсорные, интеллектуальные, ментальные).
- Понятие "барьерная среда" (физическая, информационная, коммуникативная).

### **Этика взаимодействия и общения:**

- Правила этикета при общении с людьми с разными особенностями (как корректно предложить помощь, как не оскорбить).
- Особенности коммуникации (невербальное общение, простые формулировки, использование альтернативных средств связи).
- "Язык добра": использование корректной терминологии.

### **Права людей:**

- Краткий обзор основных прав и конвенций.
- Осмысление важности равных возможностей.

**Формы работы:** Дискуссии, просмотр социальных видеороликов, ролевые игры "Примерь на себя", решение кейсов.

## **МОДУЛЬ 3: «Навыки волонтера» (10 часов)**

**Цель:** Развить ключевые навыки, необходимые для эффективной волонтерской деятельности.

п/п	Наименование темы	Количество часов		
		Практика	Теория	Всего
1	Эффективная коммуникация.	2	1	3
2	Работа в команде.	2	2	4
3	Основы безопасности.	1	2	3
	<b>Всего</b>	<b>5</b>	<b>5</b>	<b>10</b>

### **Содержание модуля 3 «Навыки волонтера»**

#### **Эффективная коммуникация:**

- Активное слушание, обратная связь.
- Невербальное общение (поза, жесты, мимика).
- Разрешение конфликтных ситуаций.
- Особенности коммуникации с детьми, пожилыми людьми, людьми с различными видами особенностей

#### **Работа в команде:**

- Распределение ролей, делегирование задач.
- Поддержка и взаимопомощь.
- Коллективное принятие решений

#### **Основы безопасности:**

- Личная безопасность волонтера (в общественных местах, при контакте с незнакомыми людьми).
- Основы первой помощи (общие принципы, что делать до приезда скорой).
- Правила поведения в чрезвычайных ситуациях.

**Формы работы:** Тренинги, практические упражнения, ролевые игры, интерактивные викторины, приглашение специалиста по первой помощи.

#### **МОДУЛЬ 4: Практическая деятельность (гибкий график)**

**Цель:** Реализовать запланированные волонтерские акции, применить полученные знания и навыки на практике.

п/п	Наименование темы	Количество часов		
		Практика	Теория	Всего
1	Подготовка к акции	2	-	2
2	Проведение волонтерских акций:	3	-	3
3	Контроль и поддержка	3	-	3
	<b>Всего</b>	<b>8</b>	<b>0</b>	<b>8</b>

#### **Содержание модуля 4 " Практическая деятельность "**

##### **Подготовка к акции:**

- Окончательное утверждение плана, распределение задач.
- Подготовка необходимых материалов, оборудования.
- Инструктаж по безопасности и особенностям предстоящей работы.

##### **Проведение волонтерских акций:**

- Выездные мероприятия (помощь в приютах, домах престарелых, уборка территорий, проведение праздников).
- Организация мероприятий (мастер-классы, интерактивные игры для различных групп).
- Помощь на городских мероприятиях.

##### **Контроль и поддержка:**

- Куратор отряда обеспечивает поддержку и контроль за ходом акции.
- Возможность гибкой адаптации плана в ходе реализации.

**Формы работы:** Непосредственное участие в волонтерской деятельности, командная работа, взаимодействие с благополучателями.

#### **МОДУЛЬ 5: Рефлексия, анализ и празднование (3 часа после каждой крупной акции и итоговое)**

**Цель:** Проанализировать опыт, извлечь уроки, отметить достижения и поддержать мотивацию.

п/п	Наименование темы	Количество часов
-----	-------------------	------------------

		Практика	Теория	Всего
1	Обратная связь и анализ	1	-	1
2	Подведение итогов	1	-	1
3	Празднование достижений	1	-	1
	<b>Всего</b>	<b>3</b>	<b>0</b>	<b>3</b>

## Содержание модуля 5 Рефлексия, анализ и празднование

### Обратная связь и анализ:

- Обсуждение прошедших акций: что удалось, что можно улучшить.
- Индивидуальная и групповая рефлексия: "Мои впечатления", "Что я узнал/научился"
- Анализ успешных моментов и возникших трудностей

### Подведение итогов:

- Сбор фото- и видеоматериалов, отзывов.
- Создание отчетов, презентаций о проделанной работе.
- Планирование дальнейших шагов, перспектив развития отряда.

### Празднование достижений:

- Церемония благодарности и награждения (грамоты, сувениры).
- Праздничное чаепитие, неформальное общение.
- Выражение признательности всем участникам и партнерам.

**Формы работы:** Круглый стол, "открытый микрофон", создание стенгазеты/видеоотчета, торжественное мероприятие.

### Планируемые результаты.

- Будет создана атмосфера взаимного уважения, понимания и принятия индивидуальных особенностей каждого участника.
- Получат возможность развития эмпатии, ответственности, инициативности, коммуникативных навыков и уверенности в себе у всех членов отряда.
- Познакомятся с принципами и этикой волонтерской деятельности, базовыми навыками взаимодействия с различными категориями населения и основами безопасности.
- Научатся эффективно работать в команде, учитывать возможности и сильные стороны друг друга для достижения общих целей.
- Могут научиться планировать и реализовывать ряд социально значимых проектов и мероприятий, направленных на помощь нуждающимся и улучшение окружающей среды.
- Получат возможность для активного участия в общественной жизни через волонтерскую деятельность.
- Демонстрировать обществу положительный пример совместной деятельности людей с разными возможностями.

### Критерии оценки эффективности

Оценка проводится на разных этапах реализации программы:

**Наблюдение:** Куратором за активностью, взаимодействием, включенностью участников.

**Обратная связь:** Регулярный сбор отзывов от участников, благополучателей и партнеров (в устной и письменной форме, анонимные анкеты).

**Тестирование/анкетирование:** До и после программы для оценки динамики развития навыков и личностных качеств (например, уровень эмпатии, командных навыков).

**Анализ результатов проектной деятельности:** Качество и количество реализованных акций, достижение поставленных целей.

**Портфолио волонтера:** Каждый участник может вести свое портфолио с фотографиями, отзывами, грамотами.

**Фото- и видеоотчеты:** Фиксация деятельности отряда для демонстрации достижений.

## **Роль куратора/лидера инклюзивного волонтерского отряда**

**Куратор (руководитель) отряда играет ключевую роль в реализации программы. Его функции включают:**

- Организация и координация деятельности отряда.
- Разработка и адаптация учебных материалов.
- Обеспечение инклюзивной среды и индивидуального подхода.
- Обучение и поддержка волонтеров.
- Решение конфликтных ситуаций, медиация.
- Обеспечение безопасности всех участников.
- Взаимодействие с партнерами и внешними организациями.
- Мотивация и вдохновение участников.
- Ведение документации и отчетности.

Куратор должен обладать знаниями в области инклюзии, волонтерства, педагогики, психологии, быть эмпатичным, гибким, ответственным и иметь лидерские качества.

**Наблюдение:** Изменение в поведении, настроении, уровне социальной активности участников до, во время и после мероприятий (дневники наблюдений, видеозаписи).

**Обратная связь:** Опрос участников (доступными методами), сопровождающего персонала, родителей/законных представителей.

**Динамика развития:** Использование диагностических методик для оценки когнитивных, социальных и эмоциональных изменений (если применимо и целесообразно для конкретного участника).

**Посещаемость и вовлеченность:** Уровень интереса и активности участников.

**Фото- и видеоотчеты:** Фиксация моментов радости, обучения, взаимодействия.

## **Заключение.**

Рабочая программа учебного плана инклюзивного волонтерского отряда «Команда равных» призвана стать основой для создания сообщества, где каждый человек, независимо от своих особенностей, сможет найти свое место, реализовать свой потенциал и внести вклад в улучшение мира. Эта программа – не просто набор занятий, а философия взаимодействия, уважения и совместного развития, открывающая новые горизонты для всех участников.

## Список литературы.

Теоретические основы инклюзии и волонтерства:

Общие работы по инклюзии:

Авербух А.Я. Инклюзивное образование: от теории к практике. – М.: Просвещение, 2018. (Обзор принципов и практик инклюзивного образования, полезен для понимания общей философии инклюзии).

Григорьева, Е. С. Инклюзия в образовании: возможности и ограничения / Е. С. Григорьева // Педагогическое образование в России. – 2013. – № 2. – С. 38–46. (Статья, рассматривающая различные аспекты инклюзии в образовании).

Шишкова, Е. В. Инклюзивное образование: проблемы и перспективы / Е. В. Шишкова // Вестник Московского государственного областного университета. Серия: Педагогика. – 2014. – № 2. – С. 103–109. (Анализ проблем и перспектив развития инклюзивного образования).

Волонтерство и социальная ответственность:

Ильин, В. А. Волонтерство как форма социальной активности молодежи / В. А. Ильин // Молодежь и право. – 2012. – № 4. – С. 28–33 (Рассматривает волонтерство как важную форму социальной активности).

Соколова, Е. Н. Волонтерская деятельность как фактор социальной интеграции / Е. Н. Соколова // Вестник Санкт-Петербургского государственного университета. Серия 16. Психология. Педагогика. – 2013. – Вып. 4. – С. 118–125. (Анализ волонтерства как инструмента социальной интеграции).

Практические руководства по инклюзивному волонтерству:

Руководства по работе с различными группами людей с инвалидностью:

Руководство по инклюзивному волонтерству для работы с детьми с аутизмом. (Поиските специализированные руководства, разработанные организациями, работающими с аутизмом, например, фондом "Выход Есть").

Руководство по волонтерству для работы с людьми с нарушениями зрения. (Обучает навыкам сопровождения, чтения и оказания помощи людям с нарушениями зрения).

Руководство по волонтерству для работы с людьми с нарушениями опорно-двигательного аппарата. (Обучает навыкам оказания помощи в передвижении, использовании вспомогательных средств и т.д.).

Руководство по волонтерству для работы с людьми с ментальными особенностями (Содержит информацию о понимании особенностей развития, коммуникации и оказания поддержки).

Материалы от организаций, занимающихся инклюзией: (Например, "Перспектива", "Волонтеры-Содействие", "Благосфера").

Как адаптировать волонтерские задачи для людей с разными потребностями (Статьи и руководства, описывающие, как модифицировать задачи, чтобы они были доступны для всех волонтеров).