**ПРОГРАММА**

**НАСТАВНИЧЕСТВА**

**(конкурс «Большая перемена»)**

г. Самара, 2024

**Составитель (наставник):**

Безрукова Татьяна Юрьевна, преподаватель русского языка и литературы государственного бюджетного профессионального образовательного учреждения Самарской области «Самарский торгово-экономический колледж».

**Наставляемый:** Горбачёва Дарья Сергеевна, ученица 7 класса общеобразовательной школы.

В статье приводится пример индивидуальной программы наставничества для Всероссийского конкурса «Большая перемена», реализованной в 2022 году. Программу можно признать успешной, так как цели её достигнуты. Данную разработку можно использовать в качестве примера для создания собственной программы наставничества для участия наставляемых в любых конкурсах.

**1. Актуальность программы наставничества как компонента образовательной деятельности**  **в образовательной организации.**

Программа наставничества отражает комплекс мероприятий и формирующих их действий, направленный на организацию взаимоотношений наставника и наставляемого в конкретных формах для получения ожидаемых результатов.

В современной интерпретации наставничество – это технология интенсивного личностного развития, передачи опыта и знаний, формирования навыков, компетенций, и общечеловеческих ценностей гуманизма, долга, уважения, сострадания. Наставник способен стать для подопечного человеком, который окажет полную поддержку на пути социализации, взросления, поиска индивидуальных жизненных целей и способов их достижения, раскрытия возможностей личного развития и профориентации.

В процессе формирования личности наставник играет ведущую роль, так как наставнические отношения строятся на принципах доверия, диалога, конструктивного партнерства и взаимного обогащения, а также прямой передачи личного и практического опыта от человека к человеку.

Универсальность технологии наставничества позволяет применять ее для решения проблем, возникающих практически у любого обучающегося:

– подростка, который оказался перед ситуацией сложного выбора своей дальнейшей образовательной траектории или профессии, недостаточно мотивирован к учебе, испытывает трудности с адаптацией в школьном коллективе;

– одаренного ребенка, которому сложно раскрыть свой потенциал в рамках стандартной образовательной программы либо который испытывает трудности коммуникации;

– ребенка/подростка с ограниченными возможностями здоровья, которому приходится преодолевать психологические барьеры.

 Моя наставляемая - Дарья Горбачёва, 13 лет, ученица 7 класса. Девочка сообразительная, пытливая, добрая и целеустремлённая, одарённая. Ей тесно находится только в рамках общеобразовательной организации, в системе "учёба в школе-дом". Кроме того, она застенчивая, что иногда ей мешает реализовать все свои возможности. Над решением этих проблем необходимо работать.

Наше взаимодействие осуществляется через неформальное общение и эмоциональную связь. Учитывая возраст и интересы моей наставляемой, а также характер нашего общения на настоящий момент (дистанционный), основными формами нашего взаимодействия становятся общение в соцсетях, мессенджерах, онлайн-чатах, совместное создание онлайн-проектов.

**2. Цель и задачи программы наставничества.**

Цель программы наставничества - создание эффективной системы поддержки и сопровождения становления наставляемого как достойного члена общества, помощи в раскрытии личностного потенциала через участие в акциях волонтёрского движения.

 Программа наставничества обеспечивает решение следующих задач:

– раскрытие потенциала наставляемого;

– преодоление подросткового кризиса, самоидентификация подростка, формирование жизненных ориентиров;

– повышение мотивации к учебе и улучшение образовательных результатов;

– создание условий для осознанного выбора оптимальной образовательной траектории;

– формирование жизненных ценностей и активной гражданской позиции наставляемого;

– развитие гибких навыков, лидерских качеств, метакомпетенций как основы успешной самостоятельной и ответственной деятельности в современном мире (в том числе готовность учиться в течение всей жизни, адаптироваться к изменениям на рынке труда, менять сферу деятельности и т. д.);

– формирование предпринимательского потенциала наставляемого (проактивное мышление, практико-ориентированность, способность решать нестандартные задачи и др.);

– создание условий для осознанного выбора профессии и формирования потенциала для построения успешной карьеры.

Измеримыми результатами реализации программы наставничества являются:

– численный рост успешно реализованных и представленных результатов проектной деятельности, волонтёрской деятельности (совместно с наставником).

**3. Индивидуальный план развития ребенка (план конкретных мероприятий, направленных на решение задач)**

|  |  |
| --- | --- |
| **Ваша долгосрочная цель****(3–5 лет)**Опишите долгосрочную цель.Что хотите создать? Кем стать?Какое влияние оказать? | Наставляемый: творческая, ответственная, гуманная личность с развитыми волевыми, нравственными чертами, широкими интересами.Наставник: приобщение наставляемого к участию в волонтёрском движении, расширение круга наставляемых из числа студентов СПО |
| **Мотивация долгосрочной****цели**Почему это важно для вас? | Возможность получить хорошее образование, отличную работу - для наставляемого, возможность передать свой опыт волонтёрства -для наставника |
|  |
| **Цель 1****Цель развития на программу наставничества?**Над чем ребенок может поработатьс наставником? Убедитесь, что цель развития подразумевает работу ребенка над собой, а не только достижение внешнихрезультатов. | Формулировка цели: увлечь волонтёрским движением, чтобы через участие в нём преодолеть какие-то свои комплексы, излишнюю застенчивость. |
| Индикаторы достижения цели: |
| 1) желание наставляемого участвовать в волонтёрских мероприятиях |
| 2) расширение социальных связей |
| 3) создание собственных проектов |
| 4) получение волонтёрской книжки |
| **Действия по достижению цели**Что планируете делать (конкретные шаги) для достижения цели ребенка. | 1) рассказать о своём собственном опыте участия в качестве волонтёра на Олимпийских играх -2014, на Чемпионате мира по футболу-2018 и друих. |
| 2) подарить сувениры, мерчи с крупных волонтёрских мероприятий (русско-английский разговорник для мотивации к изучению иностранного языка). |
| 3) регистрация самого ребёнка для участия в конкурсах (БП и других), на волонтёрских сайтах (Добро.ру, Добровольцы России и т.п.) |
| 4) рассказать о местном центре добровольчества с целью дальнейшей регистрации там и получения волонтёрской книжки |
| **Цель 2****Цель развития на программу наставничества?**Над чем ребенок может поработатьс наставником? Убедитесь, что цель развития подразумевает работу над ребенка собой, а не только достижение внешнихрезультатов. | Формулировка цели: научиться проявлять инициативу |
|  | Индикаторы: как поймете, что цельдостигнута? |
|  | 1) наставляемый сам ищет проекты, в которых он может участвовать |
|  | 2) наставляемый сам налаживает социальные контакты для продвижения своего проекта |
| **Действия по достижению цели**Что планируете делать (конкретные шаги) для достижения цели ребенка. | 1) познакомить с ресурсами в сети Интернет, где можно найти информацию о волонтёрских мероприятиях в своём городе, предложить найти мероприятие по душе, зарегистрироваться в нём и наладить контакт с организаторами |
|  | 2) предложить придумать свой волонтёрский проект и найти ресурсы (контакты, мотивацию для участников) для его воплощения |
| **Цель 3****Цель развития на программу наставничества?**Над чем ребенок может поработатьс наставником? Убедитесь, что цель развития подразумевает работу над ребенка собой, а не только достижение внешнихрезультатов. | Формулировка цели: совместное изучение английского языка (в перспективе - свободное общение с иностранцами на крупных спортивных мероприятиях, что тоже способствует преодолению робости, стеснительности) |
|  | Индикаторы: как поймете, что цельдостигнута? |
|  | 1) наставляемый сам проявляет инициативу в изучении английского языка |
|  | 2) наставляемый сдаёт международные экзамены по английскому языку |
|  | 3) наставляемый может свободно общаться на английском языке |
| **Действия по достижению цели**Что планируете делать (конкретные шаги) для достижения цели ребенка. | 1) рекомендовать сайты, программы для изучения языка |
|  | 2) рекомендовать чередовать виды занятий (просмотры фильмов, переводы художественной литературы, слушание песен на английском языке и т.д.) |
|  | 3) во время общения использовать английский язык (устно и письменно) |

**4. Диагностика сильных и слабых сторон ребенка.**

1. Ведение дневника. Я предлагаю ребёнку вести дневник, в который записывать свои мысли, чувства, переживания, отмечать свои успехи и анализировать неудачи. Это не является обязательным, не подлежит проверке, является личным делом наставляемого, но некоторые моменты можно акцентировать и обсудить вместе с ребёнком.

В частности, можно предложить записать: 1. Какие цели ты ставишь в этом учебном году? 2. Что нужно тебе сделать, чтобы цель была достигнута? 3. Проанализируй результаты по четвертям. Сделай выводы. Наметь пути собственного самосовершенствования.

Или: раздели страницу на 2 части, в одной запиши свои сильные стороны, в другой - слабые. Проанализируй свои сильные и слабые стороны. В каких ситуациях тебе помогают сильные стороны, чего ты сможешь достичь с помощью них? Как ты сам можешь сделать свои слабые стороны сильными? Чем я тебе могу помочь?

2. Колесо баланса. Этот инструмент предполагает выявление значимых для человека областей жизни. Оценку удовлетворённости или успешности в каждой из них. Моя задача — помочь наставляемому осознать, какая сфера его жизни может стать драйвером роста удовлетворённости и в других направлениях. Эту методику можно использвать и для осознания своих черт характера, если рисовать в качестве векторов названия черт характера (скромность, смелость и т.д.)

3. Тест Айзенка для подростков. Предложить ответить на вопросы теста, дать его расшифровку и обсудить сильные и слабые стороны характера.

В результате выяснились сильные и слабые стороны наставляемого. Сильные стороны:

1. Учится в полную силу, проявляет интерес к знаниям.

2. Понимает общественную ценность труда, добросовестно относится к труду.

3. С желанием и ответственностью выполняет общественные поручения.

4. Старается примерно вести себя, соблюдать правила поведения в школе, на улице, дома.

5. Общительна и отзывчива. Считается с интересами коллектива, отзывается на просьбы товарищей, может организовать полезные дела.

6. Заботлива, добра, отзывчива.

7. Честна.

8. Проявляет интерес к творчеству.

Слабые стороны:

1. Сомневается в своих силах, не уверен при ответах.

2. Не всегда проявляет инициативу, не всегда является зачинателем новых дел.

3. Не всегда решительный, иногда колеблется перед ответственным решением.

4. Быстро теряет интерес, не хватает усидчивости.

**5. Программа психологической поддержки ребенка на разных этапах конкурса (дистанционный и очный)**

Психологическая поддержка — это процесс, в котором взрослый сосредоточивается на позитивных сторонах и преимуществах ребенка с целью укрепления его самооценки; который помогает ребенку поверить в себя и свои способности; который помогает ребенку избежать ошибок; который поддерживает ребенка при неудачах.

При участии в конкурсе необходимо научить достойно выигрывать и проигрывать, помнить про лозунг "Мы не оцениваем, мы ценим". И мы конкурируем и соревнуемся не столько с другими, сколько с собой, со своими недостатками и слабостями.

Чтобы поддержать ребенка, необходимо:

1.Опираться на сильные стороны ребенка.

2.Избегать подчеркивания промахов ребенка.

3.Показывать удовлетворённость ребенком.

4.Уметь и хотеть демонстрировать любовь и уважение к ребенку.

5.Уметь помочь ребенку разбить большие задания на более мелкие, такие, с которыми он может справиться.

6.Проводить больше времени с ребенком.

7.Внести юмор во взаимоотношения с ребенком.

8.Знать обо всех попытках ребенка справиться с заданием.

9.Уметь взаимодействовать с ребенком.

10.Позволить ребенку самому решать проблемы там, где это возможно.

11. Проявлять веру в ребенка, эмпатию к нему.

12.Демонстрировать оптимизм.

 Нужно научить ребенка не терять оптимистического подхода к жизни ни при каких обстоятельствах. «Прорвемся!», «Нет худа без добра!», «Ну разве это такая большая проблема?» – такие фразы должны прочно войти в лексику ребенка, стать его жизненным кредо. Юмор и вера в свои силы – один из лучших способов профилактики и снятия стрессового напряжения в любом возрасте и у любых людей.

Можно научить ребенка смотреть на трудности в жизни с разных позиций: как бы отреагировал на это любимый герой книги или кино. Ребенок должен понять и всегда помнить о том, что встречающиеся в его жизни трудности и проблемы преходящи и обязательно разрешатся, каждая проблема имеет несколько вариантов разрешения, а с ним рядом постоянно есть близкие люди, в любой момент готовые помочь и поддержать его.

Важно, чтобы в жизни подростка присутствовала оптимальная физическая нагрузка. В сочетании со сменой обстановки движение гармонизирует психику, нейтрализует действие стресса, помогает успокоиться. Выезды за город, пикники, экскурсии, подвижные игры, спортивные секции не только снимут стресс, но и помогут найти новых друзей.

Обучение навыкам мышечного расслабления, приемам ауторелаксации, дыхательным упражнениям, вызыванию позитивных зрительных образов и др. Их можно найти в популярной литературе. Расслабление мышц вызывает снижение эмоционального напряжения и приводит к успокоению, восстановлению дыхания.

Конкретные приёмы психологической поддержки:

дистанционный этап:

- мотивационные беседы;

- знакомство с онлайн-тренингами личностного роста;

- проведение психологических тестов для лучшего понимания ребёнком самого себя, своих потребностей;

- рекомендация мотивационных фильмов ("Всегда говори Да" и др.), книг (Шон Кови “7 навыков высокоэффективных тинейджеров", Дэн Вальдшмидт "Будь лучшей версией себя", Д. Аллен «Как привести дела в порядок – в школе и не только» и др.);

очный этап:

- посоветовать расставлять приоритеты, найти "большие камни", самое важное и уделять этому внимание каждый день;

- освоить приёмы самовнушения, настраивать себя на лучшее каждый день;

- посоветовать заниматься спортом каждый день (заниматься вместе);

- посоветовать не делать победу в конкурсе самоцелью и не расстраиваться в случае неудачи (поддержать словом).

**6. Результаты (имеющиеся и предполагаемые)**

**Планируемые результаты программы наставничества:**

1. Внешние: победа в конкурсе БП, создание своих волонтёрских проектов, участие в добровольческих акциях, интерес к дальнейшему участию в различных конкурсах и волонтёрских мероприятиях ( и совместно со мной).

2. Внутренние: победа над собой, своей неуверенностью, излишней застенчивостью, расширение социальных связей.

 В итоге наставляемая является победителем в конкурсе БП-2021 среди учащихся 5-7 классов в направлении "Делай добро", имеет ярко выраженный интерес к дальнейшему участию в волонтёрском движении, намерена получить волонтёрскую книжку для фиксации своих достижений. Приобрела много друзей во время подготовки к конкурсу, во время него, в "Артеке", получила навык организатора, проявляет инициативу в поиске новых мероприятий.

В дальнейшем планируем уделить большее внимание изучению английского языка и вместе участвовать в волонтёрских мероприятиях по интересам. Больше всего интересны спортивные и экологические мероприятия.

* **Список используемой литературы**

1. Методология (целевая модель) наставничества обучающихся для организаций, осуществляющих образовательную деятельность по общеобразовательным, дополнительным общеобразовательным и программам среднего профессионального образования, в том числе с применением лучших практик обмена опытом между обучающимися.

2. Методические рекомендации по внедрению методологии (целевой модели) наставничества обучающихся для организаций, осуществляющих образовательную деятельность по общеобразовательным, дополнительным общеобразовательным и программам среднего профессионального образования, в том числе с применением лучших практик обмена опытом между обучающимися.

3. Чалдини Р. Психология влияния. 2016.