

МИНИСТЕРСТВО  
ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ  
РЕСПУБЛИКИ ТАТАРСТАН



ТАТАРСТАН РЕСПУБЛИКАСЫ  
МӘГАРИФ ҺӘМ ФӘН  
МИНИСТРЛЫГЫ

ул.Кремлевская, д. 9, г. Казань,  
420111

Кремль ур., 9 нчы йорт, Казан шәһәре,  
420111

Телефон: (843) 294-95-90, факс 292-93-51. E-mail: Minobr.Priemnaya@tatar.ru. www.mon.tatarstan.ru

№ \_\_\_\_\_

На № \_\_\_\_\_ от \_\_\_\_\_

**Начальникам  
отделов (управлений)  
образования  
исполнительных комитетов  
муниципальных образований  
Республики Татарстан**

**Руководителям  
образовательных организаций,  
подведомственных  
Министерству  
образования и науки  
Республики Татарстан**

О проведении уроков «Время доверять»,  
посвященных 5-летию работы Всероссийского  
детского телефона доверия

Ежегодно Фонд поддержки детей, находящихся в трудной жизненной ситуации, проводит Всероссийскую акцию «Время доверять», в рамках которой с 1 по 30 сентября школьники нашей страны знакомятся с возможностями детского телефона доверия.

Министерство образования и науки Республики Татарстан информирует о проведении с 1 по 30 сентября 2015 года уроков «Время доверять», посвященных 5-летию работы Всероссийского детского телефона доверия: 8-800-2000-122 (Приложение №1).

Одновременно с этим после проведения урока необходимо организовать анкетирование ведущих и участников урока «Время доверять» (Приложение №2).

Все методические материалы для использования в работе с обучающимися, (ролики, презентация для урока, сборник методических рекомендаций), информация об акции будет размещена на сайте министерства на вкладке «Воспитание, дополнительное образование детей» в разделе «Профилактика жестокости и насилия по отношению к несовершеннолетним».

На основании вышеизложенного Министерство образования и науки Республики Татарстан просит вас в срок до 1 октября 2015 года в отдел дополнительного образования детей на электронный адрес: [Guzel.Notfullina@tatar.ru](mailto:Guzel.Notfullina@tatar.ru) направить отчет о результатах проведения акции «Время доверять» по форме (таблица №1 Приложения №3), приложив фотоотчет, а также результаты тестирования (таблица №2 Приложения №3).

Данная информация будет обобщена по республике и направлена в адрес Национального фонда защиты детей от жестокого обращения.

Всю информацию о ходе акции «Время доверять» необходимо размещать на сайтах образовательных организаций и муниципальных образований.

Одновременно с этим необходимо в срок до 1 сентября 2015 года представить информацию о лицах, ответственных за проведение акции и анкетирования по форме, представленной в Приложении №4.

Приложения:

1. Методические рекомендации и презентация к уроку на 30 л. в 1 экз.;
2. Анкеты на 2 л. в 1 экз.;
3. Форма отчета на 2 л. в 1 экз.;
4. Информация об ответственном лице на 1 л. в 1 экз.

**Заместитель министра**

**Л.О. Сулима**

Г.Р. Нотфуллина,  
8(843)294-95-70

**Методические рекомендации  
ко Всероссийскому уроку «Время доверять»  
в рамках всероссийской PR-акции, направленной на повышение узнаваемости  
Детского телефона доверия 8-800-2000-122 среди детей и подростков**

**Цели урока:** повышение узнаваемости номера телефона доверия 8-800-2000-122, а также повышение уровня доверия среди детей и подростков к детскому телефону доверия как услуге экстренной психологической помощи.

**Задачи:**

1. Актуализация вопроса существования Детского телефона доверия и возможности получения экстренной психологической помощи в случае необходимости для детей, участников Всероссийского урока «Время доверять».
2. Формирование представлений детей о жизненных ситуациях, которые требуют обязательного обращения за помощью.
3. Информирование детей о работе телефона доверия. Формирование положительного образа службы Детского телефона доверия.

**Форма проведения:** классный час с элементами тренинговой, игровой и проектной работы.

**Ведущий:** Психолог, методист, классный руководитель

**Место проведения:** тренинговый зал или учебный класс.

**Требования к организации пространства:**

1. Если занятие проходит в тренинговом зале.  
В зале должно быть 3 зоны:  
1-я зона – это тренинговый круг из стульев по количеству участников.  
2-я зона – пространство для двигательных упражнений  
*Если зал небольшой, то на время двигательных упражнений стулья могут быть расставлены вдоль стен.*  
3-я зона – для проектной работы в мини-группах. Данная зона должна быть оборудована 3-4 партами (предполагается, что участники будут разделены на 3-4 подгруппы, в зависимости от общего числа участников)  
*Если использование парт не возможно, то работа в мини группах может проходить на полу, но это менее комфортно.*
2. Если занятие проходит в учебном классе.  
Наличие парт делает пространство класса менее мобильным, поэтому важно заранее подготовить класс для занятия и определить место для проведения двигательных упражнений, например, у доски или в дальнем конце класса.

**Необходимое оборудование:**

- Классная доска/флипчарт с блокнотом
- Мел/маркеры
- Ноутбук/компьютер
- Проектор и экран
- Аудиоколонки

**Демонстрационные материалы:**

- Презентация «Время доверять» (Приложение № 1)
- Карточки для оформления доски или стен (Приложение №2)
- Видеоролики для сценария 1 для детей 7-11 лет (видеоролики необходимо заранее скачать из Интернета):



1. «Даже супергероям нужна помощь»:
  - «Рейджер» <http://youtu.be/JZGbwifq4nQ>
  - «Принцесса» [http://youtu.be/8Hm\\_waR4\\_h0](http://youtu.be/8Hm_waR4_h0)
  - «Воин» <http://youtu.be/Z5xzLmsZy7Q>
  - «Пиратка» <http://youtu.be/hPPu7RXjNLY>
2. Видеоролик “Пункт приема детских страхов”:
  - <http://www.youtube.com/watch?v=oDwy2wOkMVg>
  - Видеоролики для сценария 2 для детей 12-15 лет (видеоролики необходимо заранее скачать из Интернета):
    1. «Скажи, о чем молчишь»: <http://www.youtube.com/watch?v=AwhosYUT3YY>
    2. «Подростки»:
      - [https://cloud.mail.ru/public/aba871542c6e/%D0%94%D0%B5%D1%82%D1%81%D0%BA%D0%B8%D0%B9%20%D1%82%D0%B5%D0%BB%D0%B5%D1%84%D0%BE%D0%BD%20%D0%B4%D0%BE%D0%B2%D0%B5%D1%80%D0%B8%D1%8F!%20%D0%9F%D0%BE%D0%B4%D1%80%D0%BE%D1%81%D1%82%D0%BA%D0%B8%20\(2010\).avi](https://cloud.mail.ru/public/aba871542c6e/%D0%94%D0%B5%D1%82%D1%81%D0%BA%D0%B8%D0%B9%20%D1%82%D0%B5%D0%BB%D0%B5%D1%84%D0%BE%D0%BD%20%D0%B4%D0%BE%D0%B2%D0%B5%D1%80%D0%B8%D1%8F!%20%D0%9F%D0%BE%D0%B4%D1%80%D0%BE%D1%81%D1%82%D0%BA%D0%B8%20(2010).avi)
    3. «Право на звонок»:
      - [https://cloud.mail.ru/public/aba871542c6e/%D0%94%D0%B5%D1%82%D1%81%D0%BA%D0%B8%D0%B9%20%D1%82%D0%B5%D0%BB%D0%B5%D1%84%D0%BE%D0%BD%20%D0%B4%D0%BE%D0%B2%D0%B5%D1%80%D0%B8%D1%8F!%D0%9F%D1%80%D0%B0%D0%B2%D0%BE\\_%D0%BD%D0%B0\\_1\\_%D0%B7%D0%B2%D0%BE%D0%BD%D0%BE%D0%BA\\_4%D1%853\\_1%20%D0%BC%D0%B8%D0%BD.avi](https://cloud.mail.ru/public/aba871542c6e/%D0%94%D0%B5%D1%82%D1%81%D0%BA%D0%B8%D0%B9%20%D1%82%D0%B5%D0%BB%D0%B5%D1%84%D0%BE%D0%BD%20%D0%B4%D0%BE%D0%B2%D0%B5%D1%80%D0%B8%D1%8F!%D0%9F%D1%80%D0%B0%D0%B2%D0%BE_%D0%BD%D0%B0_1_%D0%B7%D0%B2%D0%BE%D0%BD%D0%BE%D0%BA_4%D1%853_1%20%D0%BC%D0%B8%D0%BD.avi)
    4. Видеоролик из проекта квадрокоптеры - Тверь
      - <https://www.youtube.com/watch?v=2lIIDYjQz1o&list=PLRS5X87LNtBLAmwJXo4rgXnqyZQufm0nD&index=3>
    5. Видеоролик из проекта квадрокоптеры - Ярославль
      - <https://www.youtube.com/watch?v=UEhoXhOLpRU&list=PLRS5X87LNtBLa1RESqYQfh4dJVXcpR22z&index=1>

**Раздаточные материалы.**

Необходимые раздаточные материалы указаны в сценарии урока отдельно для каждого упражнения.

**Время проведения занятия:** 45 минут

**Участники:** школьники 7-11 лет и 12-15 лет

**Примечание:**

Структура и наполнение занятия для обеих возрастных групп одинакова.

В некоторых упражнениях есть различия по подаче материала ведущим, количеству и содержанию вопросов. Также дается различный видеоматериал для анализа.

Для проведения занятий подготовлено два варианта сценариев для группы детей 7-11 лет и 12-15 лет.



### Сценарий урока «Время доверять»

Тематический блок. Время проведения	Содержание занятия	Оборудование, демонстрационные и раздаточные материалы
Приветствие 1 мин.	<p><i>Дети сидят в кругу или за партами.</i>  <i>На экране отражается слайд с названием занятия «Время доверять».</i>  <i>На стенах развешаны плакаты о доверии.</i>  <i>Ведущий находится в кругу с детьми/у учительского стола, приветствует детей и обозначает тему и цели занятия.</i></p> <p><i>Ведущий:</i>          - Добрый день, рада вас видеть на нашем занятии «Время доверять»!          Сегодня мы с вами собрались, чтобы поговорить о Детском телефоне доверия.          17 мая отмечается Международный день Детского телефона доверия. В эти дни во всем мире проходят мероприятия, посвященные этой службе.</p>	Проектор, экран, презентация занятия «Время доверять» (Приложение № 1, Слайд 1)

Прежде чем переходить к содержательной части занятия необходимо провести разогрев. То есть, настроить детей на работу, помочь им переключиться с предыдущего урока на новое занятие, снять психологическое напряжение, активизировать их мыслительные процессы, тем самым, повысить их работоспособность.

Для разогрева предлагаем использовать упражнение «Ассоциации».

**Инструкция к упражнению «Ассоциации»:**

Если участники сидят за партами, то эстафета названия слов переходит от передних парт последовательно по рядам к последним – и так ряд за рядом. То есть, начинает ученик за первой партой первого ряда, далее его сосед по парте, за ним ученик с первой парты второго ряда и так далее. Последний ученик первой линии парт дает слово для одноклассника, сидящего за его спиной, и далее цепочка идет в противоположную сторону по направлению к первому ряду. На втором круге ассоциаций начинаем с того, кто замыкал первый круг.

Если участники сидят в кругу, то выполнение идет следующим образом:

Ведущий называет слово, задача 1-го участника быстро дать слово-ассоциацию на слово предложенное ведущим. Далее его левый сосед называет свою ассоциацию на его слово-ассоциацию, и так далее все участники по цепочке называют свои ассоциации на слово соседа.

В конце громко произносится итоговое слово.

Если группа небольшая и процесс идет динамично, то можно провести эксперимент и запустить процесс в противоположную сторону. Ведущий снова называет слово, которое он задавал в начале упражнения, но уже цепочка пойдет в правую сторону. В конце можно записать и сравнить две, получившиеся пары слов.

**Рекомендации по проведению:**

- Рекомендуем уточнить у младших подростков, знают ли они значение слова ассоциации.
- В рамках данного урока рекомендуем сразу задать слово, исходя из темы урока, и предложить первому участнику дать ассоциацию на слово «Доверие»
- Если у кого-то из участников возникают сложности с подбором ассоциации, то его необходимо поддержать, дать понять, что в этой игре нет «правильных» и «неправильных» ответов, что он может говорить первое, что приходит ему в голову.
- Важно поддерживать и сохранять интенсивную динамику упражнения. Поддерживать ребят, вставлять слова поддержки, закрывать паузы: «Так, отлично, здорово, следующий, скорей -

	<p>скорей».</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Определение очередности: если дети сидят в кругу, то цепочка идет по кругу в левую сторону, во втором круге в правую сторону от ведущего.</li> </ul> <p>Если за партами, то организовать игру можно следующим образом: начинает ученик за первой партой первого ряда, далее его сосед по парте, за ним ученик с первой парты второго ряда и так далее. Последний ученик первой линии парт дает слово для одноклассника, сидящего за его спиной, и далее цепочка идет в противоположную сторону по направлению к первому ряду. На втором круге ассоциаций начинаем с того, кто замыкал первый круг. <ul style="list-style-type: none"> <li>• Повторяющиеся слова. Можно сразу договориться с участниками, что делать, если кто-то в ходе игры повторится. Предложить проголосовать за или против замены слова. Правило вводится в игру по решению большинства.</li> </ul> </p>	
<p>Разогрев 3 мин.</p>	<p><i>Ведущий:</i> - Прежде чем мы с вами начнем наше занятие, предлагаю настроиться и разогреться. Как вы на это смотрите? <i>Участники отвечают</i> <i>Ведущий:</i> - И так, игра называется «Ассоциации».</p> <p><b><u>Для младших подростков:</u></b> <b>Прежде чем мы с вами начнем наше занятие, предлагаю немного настроиться и поиграть.</b> <b>Как вы на это смотрите?</b> <i>Участники отвечают</i> <i>Ведущий:</i> - И так, игра называется «Ассоциации».</p> <p><b>Все знают, что такое ассоциации?</b> <i>Участники отвечают</i> <i>Ведущий:</i> да это образы, мысли которые возникают, когда что-то видишь или слышишь. Послушайте, пожалуйста, инструкцию: В этой игре каждому из вас по очереди нужно будет дать ассоциацию на слово, которое назовет ваш сосед, и сделать это нужно очень быстро. Например, я говорю Дом. Следующий участник слева от меня говорит свою ассоциацию на слово «Дом», допустим - «Тепло», у следующего «Тепло» ассоциируется с «Морем», и так далее по кругу, пока все не скажут свои ассоциации. Понятно задание? Давайте решим, что делаем с повторениями. Кто за то, чтобы при повторении заменять слова? <i>Участники голосуют</i> <i>Ведущий:</i> - Начинаем, предлагаю успеть закончить за 1 минуту. Мое слово «Доверие», поехали! (Ведущий обращается по имени к ученику, вступающему в игру после него) <i>Участники играют</i> <i>После завершения первого круга ведущий записывает связку первого и последнего слова ассоциаций и предлагает детям второй тур игры.</i> <i>Ведущий:</i> - Какая у нас получилась интересная пара слов. Давайте проведем эксперимент и посмотрим, что получится, если мы пустим круг ассоциаций в обратную сторону.</p>	<p>Проектор, экран, презентация занятия «Время доверять» (Приложение № 1, Слайд 1)</p> <p>Часы/секундомер для отслеживания времени</p> <p>Доска, мел/флипчарт, маркеры</p>

	<p>Сейчас мы делаем все то же самое, только круг пойдет справа налево. И я называю слово и засекаю время. «Доверие»! <i>Участники играют</i> <i>После завершения игры ведущий фиксирует вторую пару слов и сравнивает между собой первый и второй результат игры.</i> <i>Ведущий</i> - Какие интересные у нас получились результаты. Смотрите они совсем разные! Мне кажется, мы отлично разогрелись и готовы начать наше занятие.</p>	
--	--	--

Следующим этапом является этап погружения в тему урока.

Для погружения предлагается провести интерактивное упражнение «Да, Нет, Не знаю», которое позволит участникам с одной стороны углубиться в тематику урока и получить определенные знания о Детском телефоне доверия, с другой стороны, позволит ведущему узнать об отношении детей к Детскому телефону доверия, уровне владения информацией, актуальности и значимости данной темы.

***Инструкция к упражнению «Да, Нет, Не знаю»:***

Важно! Данное упражнение проводится либо в классе за партами, либо в зале, где участники могут сидеть в кругу и свободно передвигаться. От выбора помещения зависит модификация данного упражнения. Упражнение в зале предполагает перемещение участников по помещению в зависимости от их выборов, т.н. «голосование ногами». Данная форма проведения упражнения более динамична.

Ведущий развешивает в классе (в зоне свободного пространства) на некотором расстоянии друг от друга 3 таблички, на одной из которых написано крупно «Да», на второй «Нет», на третьей «Не знаю»  
Далее ведущий дает участникам инструкцию:

«Сейчас я буду зачитывать утверждения, на которые вы можете ответить либо «Да», либо «Нет», или «Не знаю». Отвечать вы будете, поднимая руку, когда я поднимаю таблички по очереди со словами «Да», «Нет», «Не знаю» (для тех, кто проводит урок в классе)

«Сейчас я буду зачитывать утверждения, на которые вы можете ответить либо «Да», либо «Нет», или «Не знаю». Отвечать вы будете, подходя к табличке с соответствующей надписью» (для тех, кто проводит урок в зале).

Таблички развешаны на доске и на стенах. Делать свой выбор мы будем все вместе, но каждый дает свой собственный ответ на вопрос, как он считает нужным.

Если вы точно уверены в правильности утверждения, или оно соответствует вашим убеждениям, вы поднимаете руку, когда я поднимаю табличку «Да» (в условиях класса) или подходите к табличке «Да» (в условиях зала), если вы абсолютно не согласны с утверждением или точно знаете, что оно ошибочно, поднимаете руку, когда я поднимаю табличку «Нет» (в условиях класса) или идете к «Нет» (в условиях зала), если затрудняетесь сделать выбор или сомневаетесь, выбирайте ответ «Не знаю».

Все вопросы упражнения будут посвящены Телефону доверия, но для разминки следует дать участникам 2 отстраненных вопроса, чтобы они настроились на упражнение.

Например, «сегодня 17 мая», «лето лучше, чем зима».

***Список вопросов-утверждений для младших возрастной группы 7-11 лет:***

1. Я знаю, что такое Телефон доверия.
2. На Телефон доверия можно звонить по любому вопросу.
3. Один человек опубликовал свой домашний телефон в газете и предложил всем, кому нужна поддержка, звонить ему. Так появился Телефон доверия.
4. Номер Детского телефона доверия в России - 8-800-2000-122.
5. В жизни могут случаться ситуации, когда человеку очень важно получить поддержку, но его близкие и друзья могут не понять, как его поддержать.
6. Я имею право получить помощь и поддержку, если я в них нуждаюсь.

***Список вопросов-утверждений для старшей возрастной группы 12-15 лет:***

1. Я знаю, что такое Телефон доверия.
2. На Телефон доверия можно звонить по любому вопросу.
3. Один человек опубликовал свой домашний телефон в газете и предложил всем, кому нужна



- поддержка, звонить ему. Так появился Телефон доверия.
4. В жизни могут случаться ситуации, когда человеку очень важно получить поддержку, но его близкие и друзья могут не понять, как его поддержать.
  5. Если человек попросил о помощи это не значит, что он слабый.
  6. Я имею право получить помощь и поддержку, если я в них нуждаюсь.
  7. В некоторых ситуациях получить консультацию психолога более эффективно, чем спрашивать совета у друзей.

#### **Рекомендации по проведению:**

- В начале упражнения предлагаем вопросы на знание участниками информации о телефоне доверия.
  - После выбора ответа детьми, с каждой группой проводится короткий интерактив с уточнением их мнения и сделанного выбора, ведущий резюмирует правильные ответы детей. Дает краткую информацию.
1. *Я знаю, что такое Телефон доверия.*
    - Во время обсуждения выбора ответов на этот вопрос необходимо спросить у детей, что именно они знают, уточнить, где они узнали о Телефоне доверия.
    - У участников, которые выбрали ответы «Нет» и « Не знаю» уточнить, возможно, они видели видеоролики или плакаты о Телефоне доверия, просто забыли или не придали им значения.
    - Вероятно, большая часть детей слышали о телефоне доверия, и имеет представления о нем. Но данный вопрос поможет актуализировать имеющиеся знания в ситуации здесь и сейчас.
    - После ответов детей ведущий дает определение Телефона доверия:  
Телефон доверия – это служба экстренной психологической помощи, куда может анонимно обратиться любой человек, который оказался в трудной ситуации и получить поддержку и помощь абсолютно бесплатно.
  2. *Телефон доверия – это телефон, на который можно звонить по любому вопросу*
    - Результатом обсуждения ответов на этот вопрос должны стать выводы о том, что на Телефон доверия можно звонить по очень многим вопросам, касающимся отношений с родителями, друзьями, учителями, различных чувств, переживаний, сложностей выбора. Но подчеркнуть, что не стоит использовать телефон доверия как справочник, чтобы узнать какая будет погода или ради шутки, потому что стало скучно.
  3. *Один человек опубликовал свой домашний телефон в газете и предложил всем, кому нужна поддержка, звонить ему. Так появился Телефон доверия*
    - После обсуждения ответов детей на данный вопрос необходимо рассказать историю возникновения первого в мире телефона доверия и его основателя.

#### **История возникновения Телефона доверия:**

Первый телефон доверия появился в 1953 году как помощь людям в тяжелой ситуации. Англичанин Чад Вара напечатал в газете свой номер телефона и предложил звонить людям в любое время, если в их жизни возникают сложности, с которыми они сами не в состоянии справиться. Так родилось всемирное движение людей, оказывающих помощь другим людям по телефону. Сейчас в мире существует целая сеть служб экстренной помощи по телефону. Данная история очень интересна, и с одной стороны кажется неправдоподобной, а с другой стороны, восхищающей.

#### **4. Номер Детского телефона доверия в России 8-800-2000-122**

Через данный вопрос привлекаем внимание участников к номеру Телефона доверия.

Далее детям предлагаются вопросы на отношение к проблеме.

- Здесь нет «правильных» или «неправильных» ответов.
  - Важно поддержать выбор детей и проявить уважение к их позиции, если она не будет соответствовать ожиданиям ведущего или мнению большинства.
5. *В жизни могут случаться ситуации, когда человеку очень важно получить поддержку, но его близкие и друзья могут не понять, как его поддержать*

- При обсуждении данного вопроса важно спросить участников, что делать человеку в этой ситуации, где он сможет найти помощь.  
Подвести их к выводу, что любой может позвонить по Телефону доверия и получить поддержку и помощь.
- 6. *Если человек попросил о помощи это не значит, что он слабый*
- При обсуждении можно затронуть тему, почему люди боятся попросить о помощи. В итоге обсуждения рассказать о преимуществах получения анонимной помощи по Телефону доверия
- 7. *Я имею право получить помощь и поддержку, если я в них нуждаюсь.*
- Очень важно донести до участников, что они имеют право на помощь и поддержку в любой трудной ситуации, и что реализовать данное право они могут, позвонив на Детский телефон доверия
- 8. *В некоторых ситуациях получить консультацию психолога более эффективно, чем спрашивать совета у друзей*
- Здесь необходимо объяснить детям, что есть вопросы, которые требуют участия специалистов, которые могут рассказать, как правильно действовать в ситуации, в какие компетентные службы следует обратиться. Например, это могут быть вопросы, связанные с жестоким обращением или правонарушением.

**NB:** *Для старшей подростковой группы предлагается больше вопросов на рефлексию, так как для них это более интересная форма. Если обсуждение занимает больше времени, чем отведено на данное упражнение, то часть вопросов можно пропустить. Это, вероятнее всего, может коснуться вопросов второй части упражнения. В данном случае можно ограничиться вопросами 4 и 6.*

*Для младших школьников данный блок проводится в формате интерактивной беседы. Также для углубления в тему используется модификация задания с использованием проективной методики «Типичный школьник».*

*Ведущий урока прикрепляет на доску лист флипчарта или ватмана, на котором заранее нарисован ребенок (девочка или мальчик), либо схематично изображает ребенка на доске, и просит придумать изображенному ребенку имя, после чего предлагает детям в формате мозгового штурма придумать, по каким вопросам этот ребенок мог бы обратиться на телефон доверия.*

<p>Погружение в тему. Упражнение «Да, Нет, Не знаю» 7 минут</p>	<p><i>Дети сидят в кругу или за партами. На экране отражается слайд с названием занятия «Время доверять».</i> <i>Ведущий</i> - Итак, напоминаю, что сегодняшнее наше занятие называется «Время доверять» и посвящено оно Детскому телефону доверия. Предлагаю немного поговорить о том, что же такое телефон доверия, зачем он нужен. Но делать мы это будем не совсем обычным способом. У меня в руках 3 таблички: «Да», «Нет» и «Не знаю». <i>Ведущий наклеивает их при помощи скотча к доске или стенам класса на некотором расстоянии друг от друга.</i> Сейчас я буду зачитывать утверждения, на которые вы можете ответить либо «Да», либо «Нет», или «Не знаю». Отвечать вы будете, поднимая руку, когда я подниму таблички с соответствующим утверждением. Таблички также развешаны на доске/стенах. Делать свой выбор мы будем все одновременно, а отвечать на него по очереди – при произнесении мной утверждения и когда я подниму табличку с соответствующим ответом. Если вы точно уверены в правильности утверждения, или оно соответствует вашим убеждениям, вы поднимаете руку, когда я поднимаю табличку «Да», если вы абсолютно не согласны с утверждением или точно знаете, что оно ошибочно, поднимаете руку,</p>	<p>Проектор, экран, презентация занятия «Время доверять» (Приложение № 1, Слайд 1)</p> <p>Таблички: «Да», «Нет», «Не знаю» Формат листа А4, крупный</p>
---	---	---





	<p>руки.  <i>Ведущий поднимает табличку со словом «НЕТ». Участники поднимают/не поднимают руки.</i>  <i>Ведущий поднимает табличку со словом «НЕ ЗНАЮ». Участники поднимают/не поднимают руки.</i>  И так, кто хочет поделиться своим мнением?  <i>Участники отвечают</i>  <i>Ведущий</i>  - На Телефон доверия можно звонить по очень многим вопросам, касающимся отношений с родителями, друзьями, учителями, различных чувств, переживаний, сложностей выбора. Но важно понимать, что когда кто-то звонит на Телефон доверия ради шутки и розыгрыша, он лишает возможности дозвониться и получить помощь того, кто в ней в этот момент нуждается.  3. Один человек опубликовал свой домашний телефон в газете и предложил всем, кому нужна поддержка, звонить ему. Так появился Телефон доверия.  <i>Ведущий поднимает табличку со словом «ДА». Участники поднимают руки.</i>  <i>Ведущий поднимает табличку со словом «НЕТ». Участники поднимают/не поднимают руки.</i>  <i>Ведущий поднимает табличку со словом «НЕ ЗНАЮ». Участники поднимают/не поднимают руки.</i>  <i>Ведущий.</i>  - На самом деле это правда.  Первый телефон доверия появился в 1953 году как помощь людям в сложной жизненной ситуации.  Англичанин Чад Вара напечатал в газете свой номер телефона и предложил звонить людям в любое время, если в их жизни возникают сложности, с которыми они сами не в состоянии справиться. Так родилось всемирное движение людей, оказывающих помощь другим людям по телефону. Сейчас в мире существует целая сеть служб экстренной помощи по телефону.  4. В жизни могут случаться ситуации, когда человеку очень важно получить поддержку, но его близкие и друзья могут не понять, как его поддержать  <i>Ведущий поднимает табличку со словом «ДА». Участники поднимают руки.</i>  <i>Ведущий поднимает табличку со словом «НЕТ». Участники поднимают/не поднимают руки.</i>  <i>Ведущий поднимает табличку со словом «НЕ ЗНАЮ». Участники поднимают/не поднимают руки.</i>  <i>Ведущий:</i>  Поделитесь коротко, почему вы так считаете?  Как вам кажется, где в данной ситуации человек может найти поддержку?  <i>Участники отвечают</i>  <i>Ведущий:</i>  Если человек попросил о помощи это не значит, что он слабый  <i>Участники отвечают.</i>  <i>Ведущий:</i>  Как вы думаете, почему люди могут бояться просить о помощи,</p>	
--	--	--

	<p>рассказывать о своих проблемах?  <i>Участники отвечают.</i>  <i>Ведущий:</i>          Порой бывает нелегко попросить о помощи знакомых людей, кто-то считает, что это проявлении слабости, кому-то неловко. Звонок на Телефон доверия может помочь снять эти барьеры. Ведь это анонимный звонок. Консультант не знает вас, ни вашу внешность, ни ваш характер. Откровенный разговор не повлияет негативно ни на ваш статус, ни на отношения со взрослыми или сверстниками из вашего окружения.</p> <p>5. Я имею право получить помощь и поддержку, если я в них нуждаюсь.  <i>Ведущий поднимает табличку со словом «ДА». Участники поднимают руки.</i>  <i>Ведущий поднимает табличку со словом «НЕТ». Участники поднимают/не поднимают руки.</i>  <i>Ведущий поднимает табличку со словом «НЕ ЗНАЮ». Участники поднимают/не поднимают руки.</i>  <i>Ведущий:</i>          Действительно, каждый из вас имеет право на помощь и поддержку в любой трудной ситуации, и реализовать данное право каждый может, позвонив на Детский телефон доверия.</p> <p>6. В некоторых ситуациях получить консультацию психолога более эффективно, чем спрашивать совета у друзей.  <i>Участники отвечают</i>  <i>Ведущий:</i>          Действительно, есть вопросы, которые требуют участия специалистов, которые могут рассказать, как правильно действовать в ситуации, в какие компетентные службы следует обратиться.          Например, это могут быть вопросы, связанные с жестоким обращением или правонарушением.          Спасибо!  <b>Для младшей возрастной группы детей упражнение проводится с сокращенным списком вопросов (см. рекомендации) в формате интерактивной беседы.</b>  <b>Дается более упрощенное определение службы Телефона доверия.</b>          «Действительно телефон доверия – это служба срочной психологической помощи, куда может анонимно, то есть, не называя себя, обратиться любой человек, который оказался в трудной ситуации и получить поддержку и помощь абсолютно бесплатно»</p>	
<p>После погружения в тему участникам предлагается получить личный опыт проявления доверия через участие в упражнении.          Упражнение на доверие помогает участникам понять самих себя: насколько они доверяют окружающим, легко ли им положиться на других.          В то же время, подростки смогут получить безопасный опыт проявления доверия, и, возможно, переосмыслить свое отношение к доверию, повысить уровень доверия к другим.</p> <p><b><i>Инструкция к упражнению «Свеча доверия» - упражнение рекомендовано для старших школьников 12-15 лет. На усмотрение ведущего урока с целью усложнения задачи можно предложить подросткам упражнение «Слепой и Поводырь» в режиме аквариума с тремя парами добровольцев. Для детей младшей возрастной группы в зависимости от особенностей детского коллектива, уровня его сплоченности, а также пространственных возможностей помещения проводится упражнение «Свеча доверия», либо упражнение на баланс. Данные активности проводятся в завершающей блоке в структуре занятия.</i></b></p> <p>Участники разбиваются на 3 группы (примерно по 5-7 человек), и встают в 3 плотных круга.</p>		

По желанию детей в каждом круге определяется по одному человеку, которые встают в середину своего круга.

Задача участников в кругу выставить вперед руки, слегка согнув их в локтях, руки должны быть в тонусе, не расслабленные. Участник в центре должен максимально расслабиться и упасть спиной на руки одного из стоящих вокруг, далее его начинают двигать по кругу, передавая из рук в руки. Так, побывать в кругу должен каждый ученик. На каждого участника дается 30 секунд. (2-3 круга)

Во время инструктажа ведущий проводит демонстрацию упражнения с одним из кругов, объясняет технику безопасности и страхует участника, выполняющего роль «Свечи».

**Рекомендации к проведению:**

- Если кто-то из участников откажется побывать в кругу, не стоит настаивать
- Важно отслеживать ход упражнения следить, чтобы сохранялась ситуация безопасности
- Можно использовать музыкальное сопровождение во время проведения упражнения

После завершения упражнения необходимо получить обратную связь от участников.

Так как время ограничено, можно предложить отвечать при помощи поднятия рук.

Важно чтобы все смогли отреагировать свои ощущения.

**Вопросы для обратной связи:**

- Кому удалось довериться?
- Может быть, кому-то было страшно или некомфортно во время упражнения?
- Кому понравилось быть в центре круга, чем в кругу?
- Кому, наоборот, больше понравилось быть Кругом?

В завершении упражнения необходимо подчеркнуть, что у всех людей разный уровень доверия, кто-то легче доверяет себя другим, кто-то привык все контролировать.

Важно, что каждый из участников получил возможность проверить свое доверие в безопасной обстановке занятия.

<p>Упражнение на доверие 7 мин  ( 2 мин инструктаж, 5 мин выполнение . По 30 сек. На 1-го участника)</p>	<p><i>Дети сидят в кругу или за партами. На экране отражается слайд с названием занятия «Время доверия».</i> <i>Ведущий:</i> - Обращаясь к названию нашего урока, хочу спросить, как вам кажется, что значит «Время доверять»? Какие ассоциации у вас возникают, когда вы слышите слово «Доверие»? <i>Участники отвечают</i> <i>Ведущий:</i> - На нашем занятии наступило время доверия, и я предлагаю вам сделать упражнение, которое называется «Свеча доверия» Послушайте, пожалуйста, инструкцию. Сначала нужно разделить на 3-4 подгруппы (по 5 -7 человек). <i>Участники разбиваются на группы</i> <i>проводится упражнение «Свеча доверия»</i> Теперь каждая подгруппа образует плотный круг, необходимо встать тесно друг к другу. <i>Участники встают, ведущий проверяет правильность положения в кругах.</i> <i>Далее проводится демонстрация и объяснение техники безопасности.</i> <i>Ведущий:</i> Для объяснения задания мне нужен помощник, кто смелый? <i>Кто-то из участников выбирается</i> Каждый из вас, по очереди, будет свечой в центре круга. Нужно стоять прямо на обеих ногах, руки скрестить на груди, в идеале еще закрыть глаза. Те, кто стоят в кругу, должны занять очень устойчивую позицию: выставить одну ногу вперед, перенести на нее вес тела, руки сильные,</p>	<p>Проектор, экран, презентация занятия «Время доверять» (Приложение № 1, Слайд 1)</p>
--	--	--



	<p>держим их на уровне груди.          Задача свечи расслабиться и упасть спиной на руки одного из участников. А задача каждого в кругу удержать свечу, по очереди принимая ее на свои руки и передавая следующему. Все движения должны быть очень мягкими, не резкими.          На каждого участника дается по 30 секунд, после моего сигнала в круг выходит новый участника, а тот, кто был «Свечой», встает на его место. Очередность может определяться по желанию и готовности детей, либо ведущий может задать правило смены по часовой стрелке.  <i>Демонстрация. Участник «Свеча» падает на руки одного из стоящих в кругу. Тот принимает его и передает вперед следующему участнику круга.</i>  <i>Ведущий контролирует выполнение, страхует «Свечу».</i>  <i>Далее</i>  <i>Участники выполняют упражнение</i>  <i>Ведущий:</i>          -Упражнение закончилось, занимайте, пожалуйста, свои места.          У нас не так много времени, поэтому мы не сможем выслушать каждого из вас.          Предлагаю следующий выход из ситуации.          Я задаю вопрос, если это про вас, вы поднимаете руку.          Кому удалось довериться?          Может быть, кому-то было страшно или некомфортно во время упражнения?          Кому понравилось быть в центре круга, чем в кругу?          Кому, наоборот, больше понравилось быть Кругом?          У всех из нас разный уровень доверия, кто-то легче доверяет себя другим, кто-то привык все контролировать.          Действительно довериться не всегда легко, но приятно получить такой опыт в безопасной ситуации.</p>	<p>Включить релаксационную музыку</p>
<p>Следующий этап занятия посвящен темам и вопросам, с которыми подростки могут обращаться на Телефон доверия.          Целью данного упражнения является актуализация потенциальных трудных жизненных ситуаций, с которыми, возможно, сталкивались или могут столкнуться участники урока, через знакомство и осмысление историй других людей.          Помимо актуализации, во время упражнения важно дать участникам рекомендации, как вести себя в похожих ситуациях, а именно мотивировать их на обращение за помощью.          Упражнение делится на 2 этапа:          1-й этап - просмотр видеороликов          2-й этап – обсуждение видео в мини -группах, дискуссия  <b>Описание 1-го этапа:</b>          Участникам предлагается посмотреть видеоролики.          Для младших школьников 7-11 лет мы предлагаем к просмотру следующие видеоролики (видеоролики необходимо заранее скачать из Интернета):</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Цикл «Даже супергероям нужна помощь»:             <ul style="list-style-type: none"> <li>«Рейджер» <a href="http://youtu.be/JZGbwifq4nQ">http://youtu.be/JZGbwifq4nQ</a></li> <li>«Принцесса» <a href="http://youtu.be/8Hm_waR4_h0">http://youtu.be/8Hm_waR4_h0</a></li> <li>«Воин» <a href="http://youtu.be/Z5xzLmsZy7Q">http://youtu.be/Z5xzLmsZy7Q</a></li> <li>«Пиратка» <a href="http://youtu.be/hPPu7RXjNLY">http://youtu.be/hPPu7RXjNLY</a></li> </ul> </li> <li>2. Видеоролик “Пункт приема детских страхов”:  <a href="http://www.youtube.com/watch?v=oDwy2wOkMVg">http://www.youtube.com/watch?v=oDwy2wOkMVg</a></li> </ol>		



Эти видеоролики являются социальной рекламой Детского телефона доверия, в них затрагиваются вопросы и ситуации, типичные и узнаваемые детьми этого же возраста. В ролике сняты дети младшего школьного возраста.

Для старших школьников предлагаем видеоролики (видеоролики необходимо заранее скачать из Интернета):

1. «Скажи, о чем молчишь»: <http://www.youtube.com/watch?v=AwhosYUT3YY>
2. «Подростки»:  
[https://cloud.mail.ru/public/aba871542c6e/%D0%94%D0%B5%D1%82%D1%81%D0%BA%D0%B8%D0%B9%20%D1%82%D0%B5%D0%BB%D0%B5%D1%84%D0%BE%D0%BD%20%D0%B4%D0%BE%D0%B2%D0%B5%D1%80%D0%B8%D1%8F!%20%D0%9F%D0%BE%D0%B4%D1%80%D0%BE%D1%81%D1%82%D0%BA%D0%B8%20\(2010\).avi](https://cloud.mail.ru/public/aba871542c6e/%D0%94%D0%B5%D1%82%D1%81%D0%BA%D0%B8%D0%B9%20%D1%82%D0%B5%D0%BB%D0%B5%D1%84%D0%BE%D0%BD%20%D0%B4%D0%BE%D0%B2%D0%B5%D1%80%D0%B8%D1%8F!%20%D0%9F%D0%BE%D0%B4%D1%80%D0%BE%D1%81%D1%82%D0%BA%D0%B8%20(2010).avi)
3. «Право на звонок»:  
[https://cloud.mail.ru/public/aba871542c6e/%D0%94%D0%B5%D1%82%D1%81%D0%BA%D0%B8%D0%B9%20%D1%82%D0%B5%D0%BB%D0%B5%D1%84%D0%BE%D0%BD%20%D0%B4%D0%BE%D0%B2%D0%B5%D1%80%D0%B8%D1%8F!%D0%9F%D1%80%D0%B0%D0%B2%D0%BE%D0%BD%D0%B0\\_1%D0%B7%D0%B2%D0%BE%D0%BD%D0%BE%D0%BA\\_4%D1%853\\_1%20%D0%BC%D0%B8%D0%BD.avi](https://cloud.mail.ru/public/aba871542c6e/%D0%94%D0%B5%D1%82%D1%81%D0%BA%D0%B8%D0%B9%20%D1%82%D0%B5%D0%BB%D0%B5%D1%84%D0%BE%D0%BD%20%D0%B4%D0%BE%D0%B2%D0%B5%D1%80%D0%B8%D1%8F!%D0%9F%D1%80%D0%B0%D0%B2%D0%BE%D0%BD%D0%B0_1%D0%B7%D0%B2%D0%BE%D0%BD%D0%BE%D0%BA_4%D1%853_1%20%D0%BC%D0%B8%D0%BD.avi)
4. Видеоролик из проекта «Квадрокоптеры» - Тверь  
<https://www.youtube.com/watch?v=2lIIDYjQz1o&list=PLRS5X87LNtBLAmwJXo4rgXnqyzQufm0nD&index=3>
5. Видеоролик из проекта «Квадрокоптеры» - Ярославль  
<https://www.youtube.com/watch?v=UEhoXhOLpRU&list=PLRS5X87LNtBLa1RESqYQfh4dJVXcpR22z&index=1>

Данные видеоролики являются социальной рекламой Детского телефона доверия, два из которых сняли учащиеся из Твери и Ярославля.

В видеороликах показаны основные проблемные ситуации, с которыми может столкнуться подросток: родители не понимают и не слышат, проблемы в отношениях с учителями и одноклассниками, исключение из группы, переживание одиночества и подавленности.

Преимуществом данных видеороликов является то, что героями сюжета являются сверстники участников занятия.

Необходимо отметить, что работа с видеоматериалами максимально способствует достижению целей урока, так как:

- Снимает эмоциональный барьер.

Подростки не рассказывают о своем опыте, а знакомятся и обсуждают опыт других.

Все, что происходит на экране, происходит, с одной стороны, не с ними, но, с другой, они могут узнавать себя или знакомых людей в похожей ситуации.

- Повышается уровень доверия.

Обсуждать увиденное более безопасно, чем рассказывать о себе, но в условиях безопасности подростки могут проявлять себя более открыто в актуальных для них вопросах.

- Происходит эмоциональное проживание, получение нового опыта

Сравнивая себя с героями видео, подростки имеют возможность пережить новый опыт, присвоить новые способы решения проблем, и, в тоже время, лучше понять себя, задуматься о том, как бы они поступили в похожей ситуации. Возможно, смогут пересмотреть свои установки и принять новые ценности.

#### **Описание 2-го этапа:**

После просмотра видеоролика участникам предлагается обсудить увиденное.

Ведущий делит группу на 3-4 подгруппы (в зависимости от количества участников) и предлагает ответить на вопросы

**Для младшей школьной группы, в случае, если дети не имеют опыта работы в мини-группах и для них это непривычная форма работы, рекомендуем сразу перейти к групповому обсуждению с мест.**

*Список вопросов для обсуждения:*



- Что чувствует и переживает герой сюжета?
- Какую поддержку он хотел бы получить?
- Почему он не хочет делиться проблемой с кем-то из близких и друзей?
- Что может произойти, если он не получит поддержку?

На работу участникам дается 3-4 минуты.

Далее проводится общее обсуждение.

Значимые моменты фиксируются на доске

Во время обсуждения ведущий может задавать уточняющие вопросы, деликатно корректировать какие-то тезисы, поддерживать интересные мысли.

Важно привлекать к обсуждению не только активных участников, но и тех, кто проявляет себя в меньшей степени.

Мотивировать группу на участие:

А как ты считаешь?

Кто согласен с этим утверждением?

Может у кого-то есть еще предложение/мнение

Что еще можно предложить и т.д.

**Промежуточные результаты второго этапа упражнения:**

- В результате обсуждения участники получают возможность более осознанно взглянуть на увиденное, соприкоснуться с чувствами и переживаниями других людей и своими, Актуализировать потребность в получении помощи и поддержки, задуматься и осознать к каким последствиям может привести отсутствие помощи.
- Дискуссия поможет обобщить мнения и высказывания участников обсуждения, и зафиксировать основные тезисы сделать их более осязаемым и доступным для понимания и присвоения.  
Мнение участников на проблему и ее решение, полученное в результате общей работы, будет для них более значимым и истинным, так как к ним они пришли самостоятельно, а не получили извне.
- Подростки получают возможность поделиться своим опытом и принять опыт своих одноклассников.

В завершении упражнения, после выступления всех участников, ведущий делает обобщающий вывод о том, что в сложных ситуациях люди испытывают страх, грусть, отчаяние, горе, злость.

Подчеркивает, что это очень тяжелые переживания, и справиться в одиночку с ними очень сложно.

Объясняет, что по разным причинам люди, оказавшиеся в подобной ситуации, не могут или не хотят поделиться своими переживаниями с близкими людьми. Думают, что их не поймут, будут смеяться, расскажут другим. Эти страхи и опасения могут оказаться сильнее желания справиться с ситуацией.

Ведущему стоит подчеркнуть, что в своих презентациях дети говорили о печальных последствиях того, что герои сюжета остаются один на один со своей проблемой.

В такие моменты каждому ребенку и подростку важно знать, что существует служба Детского телефона доверия 8-800-2000-122

Ведущий информирует о том, что для того, чтобы как можно больше детей, подростков и их родителей узнали о телефоне доверия, проводятся различные акции и информационные кампании.

Возможно при наличии времени посмотреть сюжет о проведении шествия «Я доверяю» в Самаре в сентябре 2014 г.:

[http://vk.com/videos-75573663?z=video-75573663\\_170114905%2Fclub75573663%2Calbum-75573663](http://vk.com/videos-75573663?z=video-75573663_170114905%2Fclub75573663%2Calbum-75573663)

Просмотр видеоролика, обсуждение	<i>Дети сидят в кругу или за партами.</i> <i>Ведущий:</i> -Скажите, а кому вы доверяете, кто входит в ваш круг доверия, с кем вы можете поделиться самым сокровенным?	Проектор, экран, аудиоклонки, файл с
----------------------------------	---	--------------------------------------



<p>20 мин.</p> <p>(2 мин. интерактив, 3 мин. просмотр видео, 3 мин. на обсуждение в минигруппах, 7 мин. групповое обсуждение 2 мин. просмотр видеосюжета с акцией, 3 мин. запасного времени)</p>	<p>Кто вас поддерживает?</p> <p><i>Ответы участников</i>  <i>Ведущий:</i>  -Очень важно, когда есть те, с кем можно поделиться, рассказать о своих переживаниях.  Но бывают ситуации, когда люди не могут поделиться проблемой даже с самыми близкими.  <i>Ведущий включает видеоролики (видеоролики необходимо заранее скачать из интернета)</i>  <b>Для старших школьников:</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. «Скажи, о чем молчишь»:  <a href="http://www.youtube.com/watch?v=AwhosYUT3YY">http://www.youtube.com/watch?v=AwhosYUT3YY</a></li> <li>2. «Подростки»:  <a href="https://cloud.mail.ru/public/aba871542c6e/%D0%94%D0%B5%D1%82%D1%81%D0%BA%D0%B8%D0%B9%20%D1%82%D0%B5%D0%BB%D0%B5%D1%84%D0%BE%D0%BD%20%D0%B4%D0%BE%D0%B2%D0%B5%D1%80%D0%B8%D1%8F/!%20%D0%9F%D0%BE%D0%B4%D1%80%D0%BE%D1%81%D1%82%D0%BA%D0%B8%20(2010).avi">https://cloud.mail.ru/public/aba871542c6e/%D0%94%D0%B5%D1%82%D1%81%D0%BA%D0%B8%D0%B9%20%D1%82%D0%B5%D0%BB%D0%B5%D1%84%D0%BE%D0%BD%20%D0%B4%D0%BE%D0%B2%D0%B5%D1%80%D0%B8%D1%8F/!%20%D0%9F%D0%BE%D0%B4%D1%80%D0%BE%D1%81%D1%82%D0%BA%D0%B8%20(2010).avi</a></li> <li>3. «Право на звонок»:  <a href="https://cloud.mail.ru/public/aba871542c6e/%D0%94%D0%B5%D1%82%D1%81%D0%BA%D0%B8%D0%B9%20%D1%82%D0%B5%D0%BB%D0%B5%D1%84%D0%BE%D0%BD%20%D0%B4%D0%BE%D0%B2%D0%B5%D1%80%D0%B8%D1%8F/%D0%9F%D1%80%D0%B0%D0%B2%D0%BE%D0%BD%D0%B0_1_%D0%B7%D0%B2%D0%BE%D0%BD%D0%BE%D0%BA_4%D1%853_1%20%D0%BC%D0%B8%D0%BD.avi">https://cloud.mail.ru/public/aba871542c6e/%D0%94%D0%B5%D1%82%D1%81%D0%BA%D0%B8%D0%B9%20%D1%82%D0%B5%D0%BB%D0%B5%D1%84%D0%BE%D0%BD%20%D0%B4%D0%BE%D0%B2%D0%B5%D1%80%D0%B8%D1%8F/%D0%9F%D1%80%D0%B0%D0%B2%D0%BE%D0%BD%D0%B0_1_%D0%B7%D0%B2%D0%BE%D0%BD%D0%BE%D0%BA_4%D1%853_1%20%D0%BC%D0%B8%D0%BD.avi</a></li> <li>4. Видеоролик из проекта «Квадрокоптеры» - Тверь  <a href="https://www.youtube.com/watch?v=2lIDYjQz1o&amp;list=PLRS5X87LNtBLAmwJXo4rgXnqyzQufm0nD&amp;index=3">https://www.youtube.com/watch?v=2lIDYjQz1o&amp;list=PLRS5X87LNtBLAmwJXo4rgXnqyzQufm0nD&amp;index=3</a></li> <li>5. Видеоролик из проекта «Квадрокоптеры» - Ярославль  <a href="https://www.youtube.com/watch?v=UEhoXhOLpRU&amp;list=PLRS5X87LNtBLAlRESqYQfh4dJVXcpR22z&amp;index=1">https://www.youtube.com/watch?v=UEhoXhOLpRU&amp;list=PLRS5X87LNtBLAlRESqYQfh4dJVXcpR22z&amp;index=1</a></li> </ol> <p><b>Для младших школьников:</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. «Даже супергероям нужна помощь»:  «Рейджер» <a href="http://youtu.be/JZGbwifq4nQ">http://youtu.be/JZGbwifq4nQ</a>  «Принцесса» <a href="http://youtu.be/8Hm_waR4_h0">http://youtu.be/8Hm_waR4_h0</a>  «Воин» <a href="http://youtu.be/Z5xzLmsZy7Q">http://youtu.be/Z5xzLmsZy7Q</a>  «Пиратка» <a href="http://youtu.be/hPPu7RXjNLY">http://youtu.be/hPPu7RXjNLY</a></li> <li>2. Видеоролик “Пункт приема детских страхов”:  <a href="http://www.youtube.com/watch?v=oDwy2wOkMVg">http://www.youtube.com/watch?v=oDwy2wOkMVg</a></li> </ol> <p><i>Просмотр видеороликов</i>  <i>После просмотра ведется обсуждение.</i>  <i>Ведущий</i>  - Сейчас я предлагаю обсудить видеоролики в мини-группах.  Для этого нужно снова объединиться в 3-4 группы.  <i>Ведущий делит участников сам наиболее удобным образом.</i>  <i>Группы рассредоточиваются по классу/залу на некоторое расстояние друг от друга</i>  <i>Ведущий</i>  - Пожалуйста, обсудите в группе видеоролики и ответьте на следующие</p>	<p>ВИДЕО</p> <p>Доска, мел/флипчарт, маркеры</p> <p>Карточка с вопросами (Приложение № 5)</p>
--	--	---

	<p>вопросы:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Что чувствуют и переживают герои сюжета?</li> <li>• Какую поддержку они хотели бы получить?</li> <li>• Почему они не хотят делиться проблемой с кем-то из близких и друзей?</li> <li>• Что может произойти, если они не получают поддержку?</li> </ul> <p>На обсуждение дается 2-3 минуты. Начинаем. <i>По истечении отведенного времени ведущий просит участников закончить работу и занять свои места.</i> <i>После того, как все заняли свои места, ведущий проводит интерактив по заданным вопросам.</i> <i>Ведущий задает уточняющие вопросы:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Как вы считаете, может быть, у кого-то есть другое мнение?</li> <li>• Кто еще хочет высказаться?</li> <li>• Какие еще есть варианты?</li> </ul> <p><i>И т.д.</i> <i>Возможно, вопросы появятся у кого-то из участников. Задача ведущего отслеживать, чтобы дискуссия строилась в конструктивном ключе.</i> <i>После завершения дискуссии ведущий резюмирует результаты.</i> <i>Ведущий:</i> -Спасибо большое за такую глубокую работу. Действительно, в сложных ситуациях мы можем испытывать страх, грусть, отчаяние, горе, злость. Это очень тяжелые переживания, и справиться в одиночку с ними очень сложно. Но по разным причинам дети и подростки, оказавшиеся в подобной ситуации, не могут или не хотят поделиться своими переживаниями с близкими людьми. Думают, что их не поймут, будут смеяться, расскажут другим. Эти страхи и опасения могут оказаться сильнее желания справиться с ситуацией. Во время обсуждения вы говорили о печальных последствиях того, что герои видеороликов могут остаться один на один со своей проблемой. В такие моменты важно, чтобы каждый ребенок и подросток знал, что существует служба Детского телефона доверия 8-800-2000-122 Для того, чтобы как можно больше детей, подростков и их родителей узнали о телефоне доверия, проводятся различные акции, как, например, акция «Я доверяю». Предлагаю посмотреть видео сюжет об акции, который сняли в городе Самаре: <a href="http://vk.com/videos-75573663?z=video-75573663_170114905%2Fclub75573663%2Calbum-75573663">http://vk.com/videos-75573663?z=video-75573663_170114905%2Fclub75573663%2Calbum-75573663</a></p>	
<p style="text-align: center;"><b>Информационный этап</b></p> <p>Участники уже имеют представление о том, что такое телефон доверия, что на него можно звонить в тяжелой жизненной ситуации. В начале занятия упоминалось, что звонок может быть анонимным и что звонки на Телефон доверия бесплатные. На данном этапе важно дать более структурированную информацию о Телефоне доверия. Обобщить ответы участников, выводы к которым они пришли во время выполнения упражнений. Придать полученной информации более четкую структуру.</p>		



Повысить уровень доверия участников к службе Детского телефона доверия.

Способ подачи информации – Презентация (Приложение № 1)

Задачи:

- Кратко и наглядно рассказать о создании службы Детского телефона доверия в России
- Обозначить ключевые принципы работы Детского телефона доверия.

#### **Информация для презентации:**

В сентябре 2010 года Фондом поддержки детей, находящихся в трудной жизненной ситуации при поддержке государства был введен единый общероссийский номер детского телефона доверия – 8-800-2000-122

При звонке на этот номер из любого населенного пункта с любого телефона дети, подростки и их родители могут получить экстренную психологическую помощь.

Принципы работы телефона Доверия:

- Профессионализм

На Детском телефоне доверия работают профессиональные психологи или люди, прошедшие специальное обучение.

- Анонимность и конфиденциальность

Тот, кто обращается за помощью, может сохранить свое имя в тайне. О содержании разговора будет знать только звонящий и консультант.

- Доступность

Помощь оказывается ежедневно и в большинстве регионов - круглосуточно

- Помощь всегда предоставляется бесплатно

Таким образом, Телефон Доверия дает возможность человеку, переживающему трудности, получить поддержку, быть понятым и принятым, разобраться в сложной ситуации.

В завершении презентации важно еще раз подчеркнуть анонимность звонков на Телефон доверия.

Обратить внимание на то, что Телефон Доверия оказывает именно психологическую и консультативную помощь.

Что звонок на Телефон доверия не является жалобой или доносом на родителей, учителей, друзей.

В результате этого звонка никто из окружения звонившего не пострадает.

Также детям дается статистика о количестве звонков за 5 лет работы телефона доверия.

Завершая презентацию, демонстрируется слайд с адресами сайтов и страничек в социальных сетях, на которых можно получить информацию о Детском телефоне доверия.

Далее ведущий предлагает участникам сохранить телефон доверия в телефоне или записать в дневник, а также вступить в группу «Я доверяю» в социальных сетях.

Информаци  
онный блок.

*Ведущий:*

- И сейчас я расскажу вам о возникновении Детского телефона доверия в России и принципах его работы.

Пожалуйста, внимание на экран.

*Слайд № 2 История создания (Презентации занятия «Время доверия»)*

В сентябре 2010 года Фондом поддержки детей, находящихся в трудной жизненной ситуации при поддержке государства был введен единый общероссийский номер детского телефона доверия – 8-800-2000-122

*Слайд № 3 История создания*

При звонке на этот номер из любого населенного пункта с любого телефона дети, подростки и их родители могут получить экстренную психологическую помощь.

*Слайд № 4 Работа телефона доверия направлена на поддержку и укрепление семьи, которая оказалась в непростой ситуации, разрешение тяжелых эмоциональных переживания детей и подростков, защите их прав.*

*Слайд № 5 Принципы работы телефона Доверия:*

- Профессионализм

Проектор,  
экран,  
презентация  
занятия  
«Время  
доверять»  
(Приложени  
е № 1)

	<p>На телефонах доверия работают профессиональные психологи или люди, прошедшие специальное обучение.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Анонимность и конфиденциальность Тот, кто обращается за помощью, может сохранить свое имя в тайне. О содержании разговора будет знать только звонящий и консультант.</li> <li>• Доступность Помощь оказывается ежедневно и круглосуточно</li> </ul> <p><i>Слайд № 6 Принципы работы телефона Доверия:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Помощь всегда предоставляется бесплатно</li> <li>• Безопасность</li> </ul> <p>Соблюдение этих принципов обеспечивает безопасность как для звонящего, так и для его окружения. Звонок на Телефон доверия не является жалобой или доносом на родителей, учителей, друзей. В результате этого звонка никто из окружения звонившего не пострадает.</p> <p><i>Слайд № 7 Статистика.</i> За 5 лет работы Детского телефона доверия помощь и поддержку получили почти 5 миллионов детей, подростков и родителей.</p> <p><i>Слайд № 8. Ты можешь позвонить на Детский телефон доверия, если:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Возникли сложности в отношениях в семье</li> <li>• Тяжело переживаешь ссору с другом/подругой</li> <li>• Возникли проблемы в школе</li> <li>• Тебе страшно</li> <li>• Чувствуешь себя одиноким</li> <li>• Не знаешь, как поступить в сложной ситуации</li> <li>• Переживаешь расставание</li> </ul> <p>По этим и многим другим вопросам ты всегда можешь звонить на Детский телефон доверия!</p> <p><i>Слайд № 9 Где получить информацию:</i> Открытая группа в контакте и facebook «Я доверяю». Сайт <a href="http://www.yadoveray.ru">www.yadoveray.ru</a> и <a href="http://www.Ya-roditel.ru">www.Ya-roditel.ru</a></p> <p><i>Ведущий предлагает записать телефон и добавиться в группы Ведущий:</i> Предлагаю сохранить номер Телефона доверия в ваши телефоны/записать в дневники. Так же, вы можете вступить в группу «Я доверяю» в социальных сетях. Важно, чтобы номер был у вас под рукой, если вам понадобится поддержка. Записали? Отлично.</p>	
<p>Закончить урок предлагаем словами Джованни Боккаччо: «Просить совета есть величайшее доверие, какое один человек может оказать другому». И попросить участников не бояться оказывать доверие, если им понадобится помощь или совет. Ведущий сообщает участникам о конкурсе эссе, где участники могут описать свои впечатления о прошедшем уроке «Время доверять», три лучших эссе будут награждены ценными призами. Ведущий сообщает адрес, по которому участники могут отправить эссе - <a href="mailto:yadoveray@gmail.com">yadoveray@gmail.com</a>. Ведущий благодарит всех за участие и просит заполнить анкеты обратной связи.</p>		
<p>Завершение 2 минуты</p>	<p><i>Ведущий:</i> - Закончить наше занятие я бы хотела словами Джованни Боккаччо «Просить совета есть величайшее доверие, какое один человек может</p>	<p>Проектор, экран, презентация</p>



	<p>оказать другому».</p> <p>Если вам понадобится совет, не бойтесь проявить доверие. Это не так страшно, мы сегодня попробовали.</p> <p>А теперь хочу сообщить вам приятную новость - напишите эссе о сегодняшнем уроке «Время доверять» и отправьте его по адресу: <a href="mailto:yadoveryou@gmail.com">yadoveryou@gmail.com</a>. Таким образом, вы примете участие во всероссийском конкурсе на лучшее эссе об уроке «Время доверять». Три лучших эссе будут награждены ценными призами – планшетами и мобильными телефонами.</p> <p>Спасибо всем за отличную работу! Аплодисменты. .... Ведущий просит заполнить анкеты обратной связи.</p>	<p>занятия «Время доверять» (Приложение № 1, Слайд 1)</p>
--	---	---

***На что обратить внимание:***

Во время проведения занятия важно удерживать временные рамки.

Основными блоками занятия являются интерактивные блоки:

- «Да, Нет, Не знаю» / проективная методика «Типичный школьник»
- «Просмотр видеороликов с последующим обсуждением».

Именно на данных блоках может возникнуть риск выхода за временные рамки, так как их проведение подразумевает активное участие подростков в обсуждении.

В данных упражнениях ведущему важно:

- задавать активную динамику дискуссии
- лимитировать время, отведенное на ответы участников.
- в случае затягивания времени передавать слово другому участнику
- вовлекать в обсуждение малоактивных учеников.
- важно благодарить активных участников за работу, но подчеркивать значимость участия каждого.

В упражнении «Да, Нет, Не знаю» для старшей группы, в случае превышения времени, можно сократить количество вопросов, сделав акценты на вопросах в соответствии с рекомендациями, которые даны в описании упражнения.

При обсуждении видеороликов выход за временные рамки упражнения можно компенсировать за счет следующего «Информационного этапа».

При демонстрации презентации, в ситуации дефицита времени, рекомендуем менее подробно останавливаться на каждом слайде.

Важно:

- обозначить принципы работы Телефона доверия (слайды 5 и 6)
- сделать акцент на слайде 9 с информацией о сайтах, на которых можно подробнее узнать о телефоне доверия.

Также, в случае недостатка времени можно исключить просмотр видеороликов, запланированных к демонстрации после информационного блока, но рекомендовать их посмотреть на сайте «Я доверяю».

***Работа с группой.***

Как подчеркивалось ранее, важно поддерживать активную динамику занятия.

С одной стороны, лимитировать время на каждого участника, с другой - мотивировать учащихся к активному включению в процессы обсуждения, через обращения, уточняющие вопросы, поддержку.

***Сложные вопросы.***

Формат занятия не предполагает глубокого обсуждения и проработки сложных тем, которые напрямую могут быть связаны с темой Телефона доверия: жестокое обращение, насилие, суицид и т.д.

Эти темы не обозначаются напрямую в ходе упражнений, а вуалируются под более общими нейтральными формулировками.

Если кем-то из участников они будут озвучены, важно подчеркнуть значимость вопроса и уделить ему внимание.

Если вы, как ведущий, имеете ресурсы и возможность ответить на заданный вопрос, ответьте.

Если чувствуете,

- что вопрос требует глубокого ответа, который может занять много времени,
- вопрос носит провокационный характер,
- не чувствуете достаточной компетенции,

рекомендуем не прорабатывать его на данном занятии.

- Поблагодарите участника за вопрос, подчеркните его значимость, объясните, что в рамках занятия не можете уделить внимание данному вопросу в полной мере, предложите обсудить его после занятия.
- Уточните, насколько это интересно всему классу, если вы поймете, что данный вопрос волнует многих, предложите сделать его темой следующего классного часа.

В конце урока ведущий объявляет о **старте всероссийского конкурса эссе о проведенных во всех регионах уроках «Время доверять»**. Авторы трех лучших эссе будут награждены ценными призами – планшетами и телефонами. В завершение урока проводится анкетирование.

## **Вопросы для обсуждения в мини группах**

### **(обсуждение видеоролика)**

1. Что чувствует и переживает герой сюжета?
2. Какую поддержку он хотел бы получить?
3. Почему он не хочет делиться проблемой с кем-то из близких и друзей?
4. Что может произойти, если он не получит поддержку?

## **Вопросы-утверждения к игре «Да, Нет, Не знаю»**

1. Я знаю, что такое Телефон доверия.
2. Телефон доверия – это телефон, на который можно звонить по любому вопросу.

3. Один человек опубликовал свой домашний телефон в газете и предложил всем, кому нужна поддержка, звонить ему. Так появился Телефон доверия.
4. Номер Детского телефона доверия в России - 8-800-2000-122.
5. В жизни могут случаться ситуации, когда человеку очень важно получить поддержку, но его близкие и друзья могут не понять, как его поддержать.
6. Я имею право получить помощь и поддержку, если я в них нуждаюсь.
7. Если человек попросил о помощи это не значит, что он слабый
8. В некоторых ситуациях получить консультацию психолога более эффективно, чем спрашивать совета у друзей

# Всероссийский урок «Время доверять!»





# История создания



В сентябре 2010 года Фондом поддержки детей, находящихся в трудной жизненной ситуации при поддержке государства был введен

единый общероссийский номер детского телефона доверия – **8-800-2000-122**



# История создания



При звонке на номер

**8-800-200-122**

из любого населенного пункта с любого телефона дети, подростки и их родители могут получить экстренную психологическую **ПОМОЩЬ**

# Работа телефона доверия направлена на



разрешение тяжелых  
эмоциональных переживаний  
детей и подростков



защиту их прав



# Принципы работы Детского телефона доверия

- На телефонах доверия работают профессиональные психологи, прошедшие специальное обучение.

*Профессионализм*



- Тот, кто обращается за помощью, может сохранить свое имя в тайне. О содержании разговора будет знать только звонящий и консультант.

*Анонимность и конфиденциальность*



- Помощь оказывается ежедневно и во многих регионах - круглосуточно

*Доступность*





# Принципы работы Детского телефона доверия

- Помощь всегда предоставляется бесплатно

*Бесплатность*



- Звонок на Телефон доверия не является жалобой или доносом на родителей, учителей, друзей.
- В результате этого звонка никто из окружения звонившего не пострадает

*Безопасность*



# Статистика

За **4,5 года работы** единого номера Детского телефона доверия было получено почти **5 МИЛЛИОНОВ ЗВОНКОВ.**

*Это значит, что миллионы людей доверились специалистам службы и получили поддержку!*



# Ты можешь позвонить на телефон доверия если:

- Возникли сложности в отношениях в семье
- Тяжело переживаешь ссору с другом/подругой
- Возникли проблемы в школе
- Тебе страшно
- Чувствуешь себя одиноким
- Не знаешь, как поступить в сложной ситуации
- Переживаешь расставание



**По этим и многим другим вопросам ты всегда можешь звонить на Детский телефон доверия!**



# Где можно получить информацию о Детском телефоне доверия:

- Открытая группа в контакте и facebook «Я доверяю»
- Сайт [www.yadoveray.ru](http://www.yadoveray.ru) и [www.Ya-roditel.ru](http://www.Ya-roditel.ru)



---

### Дорогие ведущие Всероссийского урока «Время доверять»!

Благодарим Вас за участие в нашей акции и просим Вас ответить на несколько вопросов анкеты. Обращаем Ваше внимание на то, что анкеты анонимные, ответьте, пожалуйста, на них максимально искренне.

Школа \_\_\_\_\_ Дата заполнения \_\_\_\_\_

1. Проводили ли Вы раньше занятия, посвященные Детскому телефону доверия?  
 Да, проводил  
 Нет, не проводил
2. Считаете ли Вы данное занятие полезным для подростков?  
 Да (напишите, почему?) \_\_\_\_\_  
 Нет (напишите, почему?) \_\_\_\_\_
3. Какое из упражнений, на ваш взгляд, вызвало наибольший интерес у участников?  
 «Да, Нет, Не знаю»  
 «Свеча доверия»\ «Слепой и поводырь»\ Другое \_\_\_\_\_  
 Просмотр видеороликов и обсуждение  
 Информационный блок  
 Просмотр видеосюжета об акции «Я доверяю»
4. Как Вы считаете, достигнуты ли цели урока?  
 Да (напишите, почему?) \_\_\_\_\_  
 Нет (напишите, почему?) \_\_\_\_\_
5. Посоветуете ли Вы провести урок «Время доверять» своим коллегам из других классов/школ?  
 Да  
 Нет (напишите, почему?) \_\_\_\_\_
6. Считаете ли Вы деятельность службы Детского телефона доверия необходимой?  
 Да  
 Нет (напишите, почему?) \_\_\_\_\_

***Спасибо за участие!***



## Дорогой участник Всероссийского урока «Время доверять»!

Благодарим тебя за участие в нашем занятии и просим тебя ответить на несколько вопросов анкеты. Обращаем твое внимание на то, что анкеты анонимные, ответь, пожалуйста, на них максимально искренне.

Инструкция:

Прочитай внимательно вопросы. Отметь галочкой те варианты ответов, которые ты выбрал. Там где требуется, напиши, пожалуйста, свои комментарии.

Возраст \_\_\_\_\_ Пол \_\_\_\_\_ Дата заполнения \_\_\_\_\_

1. Знал ли ты о Детском телефоне доверия до сегодняшнего занятия?
  - Да, знал
  - Нет, не знал
  
2. Если знал, где именно увидел/получил информацию?
  - В школе
  - Увидел рекламу по телевизору
  - Увидел информационный плакат
  - В интернете
  - Другое \_\_\_\_\_
  
3. Был ли полезен для тебя сегодняшний урок, если да, напиши, что больше всего запомнилось?
  - Да, получил полезную информацию \_\_\_\_\_
  - Нет, ничего важного не узнал
  - Другое \_\_\_\_\_
  
4. Если когда-нибудь тебе понадобится помощь или совет, обратишься ли ты в Телефон доверия?
  - Да
  - Нет (ответь, почему?) \_\_\_\_\_
  
5. Если ты ответил «Да» на предыдущий вопрос, то по какому вопросу ты бы обратился за помощью?
  - Отношения с родителями
  - Проблемы в школе
  - Проблемы со сверстниками
  - Другое \_\_\_\_\_
  
6. Расскажешь ли ты о Детском телефоне доверия своим друзьям, брату/сестре, родителям?
  - Да
  - Нет
  - Не знаю



## ОТЧЕТ

муниципального органа управления образованием,  
 \_\_\_\_\_ муниципального района (городского округа)  
 по проведенным мероприятиям Всероссийской акции «Время доверять»

*предоставляется до 13.00 час. 1 сентября 2015 г.  
 по электронному адресу [Guzel.Notfullina@tatar.ru](mailto:Guzel.Notfullina@tatar.ru)*

Таблица №1

Форма профилактических мероприятий	Количество участников		Количество привлеченных специалистов из других ведомств с указанием Ф.И. О., должности.	Количество сообщений в печатных СМИ и на телевидении о проведенных профилактических мероприятиях (с указанием наименования статьи или передачи)	Краткая информация о проведенном мероприятии (текст из 10 предложений)	
	педагогов	обучающихся				
		7-11 лет				12-15 лет
Урок «Время доверять»						

Таблица №2 Анкетирование обучающихся

показатель	Возраст		Пол		Знал(а) ли о Детском телефоне доверия до сегодняшнего занятия		Если знал (а), где именно увидел/получил информацию				
	7-11 лет	12-15 лет	девочки	мальчики	Да, знал	Нет, не знал	В школе	Увидел рекламу по телевизору	Увидел информационный плакат	В интернете	Другое*
количество											

показатель	Был ли полезен для тебя сегодняшний урок			Если когда-нибудь тебе понадобится помощь или совет, обратишься ли ты в Телефон доверия		По какому вопросу ты бы обратился за помощью				Расскажешь ли ты о Детском телефоне доверия своим друзьям, брату/сестре, родителям		
	Да, получил полезную информацию	Нет, ничего важного не узнал	Другое *	Да	Нет*	Отношения с родителями	Проблемы в школе	Проблемы со сверстниками	Другое *	Да	Нет	Не знаю
количество												

### Анкетирование ведущих урока

показатель	Проводили ли Вы раньше занятия, посвященные Детскому телефону доверия		Считаете ли Вы данное занятие полезным для подростков		Какое из упражнений, на ваш взгляд, вызвало наибольший интерес у участников						
	Да	Нет	Да*	Нет*	«Да, нет, не знаю»	«Свеча доверия»\ «Слепой и поводырь»\ Другое	Просмотр видеороликов и обсуждение	Информационный блок	Просмотр видеосюжета об акции «Я доверяю»		
количество											

показатель	Как Вы считаете, достигнуты ли цели урока		Посоветуете ли Вы провести урок «Время доверять» своим коллегам из других классов/школ		Считаете ли Вы деятельность службы Детского телефона доверия необходимой	
	Да*	Нет*	Да	Нет*	Да	Нет*
количество						

**\*Необходимо текстом прописать наиболее часто встречающиеся ответы участников анкетирования.**

Ответственное лицо за проведение акции «Время доверять» и анкетирования участников акции.

муниципальный район (город)/ образовательная организация	Ф.И.О. ответственного лица	должность	телефон раб/моб.




Лист согласования к документу № исх-1225/15 от 25.08.2015

Инициатор согласования: Нотфуллина Г.Р. Специалист 1 разряда сектора реализации программ внеурочной и здоровьесберегающей деятельности

Согласование инициировано: 25.08.2015 14:50

**Лист согласования**

Тип согласования: **последовательное**

№	ФИО	Срок согласования	Результат согласования	Замечания
1	Сафина Э.Р.		Согласовано 25.08.2015 - 16:33	-
2	Сулима Л.О.		 Подписано 25.08.2015 - 17:11	-