



ДОБРЫЙ УРОК



# СТАНЬ волонтером



ВСЁ НАЧИНАЕТСЯ  
СО ШКОЛЫ И ДОБРА





## ДОРОГИЕ ДРУЗЬЯ!

Эта рабочая тетрадь поможет вам окунуться в мир добра и помощи окружающим.

Вы узнаете, кто же такие волонтеры, какой ценный труд они делают и сможете попробовать себя в этой достаточно ответственной, но интересной роли.

Удачи!

Я часто слышу о волонтерах, кто это?

Это просто! Сейчас я тебе всё объясню. Волонтеры – это люди с большим сердцем. Волонтер – это не профессия, а образ жизни. Также все они являются одной большой командой, которая работает на благо общества. Они принимают участие в добрых мероприятиях.

Давай я тебе расскажу об одной платформе, где ты не только сможешь стать частью волонтерского сообщества, но ещё сможешь узнать много всего полезного.

Круто! А как можно стать волонтером?

А есть ли какие-нибудь направления добровольчества?



Конечно, есть, например, мое самое любимое направление – экологическое.

Это направления волонтерства, в которых ты можешь себя попробовать! Дальше я тебе расскажу более подробно о каждом!



КУЛЬТУРНОЕ  
ВОЛОНТЕРСТВО



ЭКОЛОГИЧЕСКОЕ  
ВОЛОНТЕРСТВО



СОЦИАЛЬНОЕ  
ВОЛОНТЕРСТВО



ИНКЛЮЗИВНОЕ  
ВОЛОНТЕРСТВО



СОБЫТИЙНОЕ  
ВОЛОНТЕРСТВО



МЕДИЦИНСКОЕ  
ВОЛОНТЕРСТВО



МЕДИАВОЛОНТЕРСТВО



ПОМОЩЬ  
В ЧРЕЗВЫЧАЙНЫХ  
СИТУАЦИЯХ



«СЕРЕБРЯНОЕ»  
ВОЛОНТЕРСТВО



КОРПОРАТИВНОЕ  
ВОЛОНТЕРСТВО



СЕМЕЙНОЕ  
ВОЛОНТЕРСТВО



ШКОЛЬНОЕ  
ВОЛОНТЕРСТВО



СПОРТИВНОЕ  
ВОЛОНТЕРСТВО



ПАТРИОТИЧЕСКОЕ  
ВОЛОНТЕРСТВО

Что же  
интересного  
на этой  
платформе?



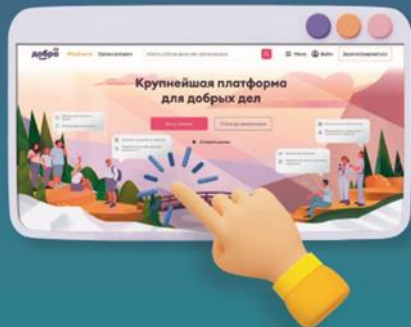
Я тебе расскажу об  
основных сервисах  
и возможностях.



Готов помочь

# добро.ru

Платформа ДОБРО.РФ – это главная площадка о добровольчестве в России. С 2016 года сайт является помощником волонтеров и организаторов добровольческой деятельности. Портал делает добровольчество удобным и показывает, что помочь может любой, даже не выходя из дома.



Каждый день на сайте в разделе «Добрые дела» появляются новые возможности для волонтеров.

Для своего удобства можно настроить выбор, как угодно, например, выбрать город, где хочешь помочь, день, когда хочешь помочь.

## добро.университет

**Добро.университет** – это образовательная платформа, на которой много онлайн-курсов, например, самыми популярными курсами за 2022 год были: «Основы волонтерства для начинающих» и «Эко-волонтерство – первый шаг для спасения планеты».

## добро.взаимно

**Добро.Взаимно** – это приложение на базе платформы мини-приложений «ВКонтакте», которое позволяет находить и обмениваться возможностями с другими людьми. Например, если ты умеешь играть на гитаре, то сможешь помочь человеку тоже научиться, а он в свою очередь может научить тебя чему-то другому.

## добро.журнал

**Добро.Журнал** – это медиапроект о людях, которые меняют жизнь к лучшему. Уникальное СМИ, где каждый может создать блог и рассказать свою историю. Таким образом, ты сможешь прочитать статью о том «Сколько баллов дают за волонтерство. Ответы на вопросы абитуриентов» или о том, какие существуют «Горячие линии помощи и поддержки: подборка телефонов доверия».

## добро.навигатор

**Добро.Навигатор** – это информационный сервис о мерах поддержки для волонтеров и организаций, которые предоставляют грантодающие и государственные организации. Одной из самых популярных мер поддержки был «Всероссийский конкурс «Добро не уходит на каникулы».

Обязательно ознакомлюсь  
с этой платформой. Скажи, а как  
ты узнала о добровольчестве?



У нас есть такая организация,  
которая лучше всех знает, что такое  
волонтерство, и объединяет тех, кто  
любит делать добрые дела. 😊

ДОНВОЛОНТЕР – ресурсный центр развития добровольчества, который входит в состав Ассоциации волонтерских центров и много лет подряд является лидером по развитию добровольчества в стране. Донволонтер организует масштабные региональные мероприятия: слеты, фестивали и форумы. Один из таких – ежегодный фестиваль добровольчества «ДОБРОФЕСТ», приуроченный ко Дню добровольца.



Круто, я хотела бы попасть  
на их мероприятия!

Тебе понравится!





## КУЛЬТУРНОЕ ВОЛОНТЕРСТВО

Волонтеры этого направления помогают прикоснуться к культуре и сохранить богатое культурное наследие нашей страны.

Сейчас мы узнаем, кто такие «Волонтеры культуры».



### ЧЕМ ЖЕ ОНИ ЗАНИМАЮТСЯ?



Забываются о памятниках культурного и исторического наследия.



Участвуют в работе библиотечных пространств.



Волонтеры музеев помогают в сборе информации, материалов, музейных экспонатов, организуют экскурсии.



Волонтеры-гиды разрабатывают экскурсионные маршруты и проводят экскурсии по различным локациям.

Ребята, а какие места культурного наследия знаете вы?

Также «Волонтеры культуры» участвуют в организации и проведении культурных мероприятий: выставок, творческих вечеров, концертов, занимаются сохранением культурного и исторического наследия.



### ФАКТЫ

Ежегодно «Волонтеры культуры» восстанавливают памятники. Например, в 2021 году волонтеры восстановили советскую мозаичную скульптуру «Рыбка и волна», а в 2022 году мозаичный фонтан «Лиры». В 2023 объектом для восстановления станет мозаичное панно, которое когда-то украшало вход ресторана «Балканы».



### ЦИТАТЫ

Культура – это стремление к благозвучию и свету, главное же – к тому, чтобы и благозвучие, и свет преобладали. (Мэтью Арнольд)



### ИГРА «РЕБУС»



”



”



””

Е

Э

”



””

Р



””

Я



## ЭКОЛОГИЧЕСКОЕ ВОЛОНТЕРСТВО

Волонтеры экологического направления помогают сохранять окружающую среду и формируют важные экологические привычки у жителей города.

О нашей экологии ежедневно заботятся волонтеры-экологи.



### ЧЕМ МОЖНО ЗАНИМАТЬСЯ В РАМКАХ ЭКОЛОГИЧЕСКОГО ВОЛОНТЕРСТВА?



#### ПОМОГАТЬ В СОРТИРОВКЕ ВТОРСЫРЬЯ

Волонтеры помогают жителям и организациям в сборе вторичного сырья и его сортировке. Рассказывают о пунктах сбора и показывают, что можно сделать из вторичного сырья.



#### ПРОВОДИТЬ ЭКОЛОГИЧЕСКИЕ МАСТЕР-КЛАССЫ

Эковолонтеры проводят экологические мастер-классы, тем самым формируя экологическое мышление у населения. Например, ты знаешь, что из пластиковых крышечек можно изготовить значки, а из бумажных черновиков эко-открытки?



#### ОБЛАГОРАЖИВАТЬ ТЕРРИТОРИИ ПРИРОДНЫХ ЗОН

Ухаживать за территориями и делать город чище и зеленее на субботниках – одни из задач эковолонтеров. Помимо этого, эоактивисты могут вести учет определенных видов животных, обитающих на природных территориях или заповедниках, участвовать в мероприятиях по очистке берегов водных объектов, посадке растений, подкормке птиц и создавать экотропы.

### ФАКТЫ

Ежегодно весной проходит фестиваль экологии и творчества «Экопоколение», на котором собираются экологи со всей Ростовской области, чтобы провести мастер-классы на экологическую тему и навести порядок в Ботаническом саду.



### ЦИТАТЫ

Встал поутру, умылся, привел себя в порядок — и сразу же приведи в порядок свою планету.

Маленький принц (Антуан де Сент-Экзюпери)



### ИГРА «СОПОСТАВЛЕНИЕ»





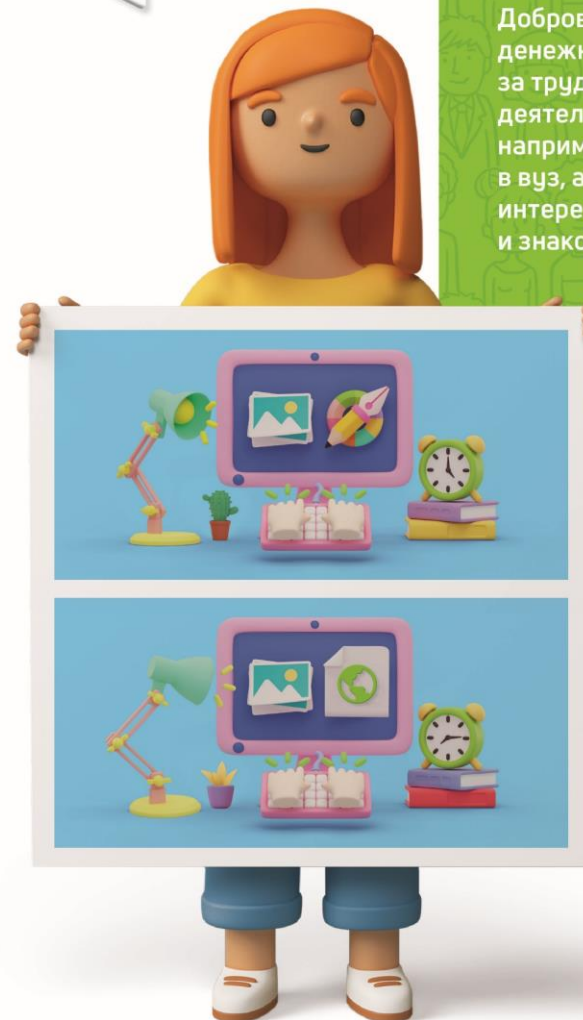
## СОЦИАЛЬНОЕ ВОЛОНТЕРСТВО

Волонтеры социального направления помогают людям в трудной жизненной ситуации, а также нуждающимся в постоянном уходе и внимании: пожилым, людям с инвалидностью, многодетным семьям, бездомным. Как правило, социальное волонтерство – это долгосрочная и регулярная помощь.

Данное направление считается социально важным для общества.



Снова поиграй в игру и найди 5 отличий на картинках.



### ФАКТЫ

В Ростовской области открыто 55 муниципальных штабов акции взаимопомощи #МЫВМЕСТЕ.

Добровольцы не получают денежного вознаграждения за труд, однако эта деятельность ценится, например, при поступлении в вуз, а также дает интересный опыт, навыки и знакомства.

### ЧЕМ МОЖНО ПОМОЧЬ?



Проводить мастер-классы и праздники для подопечных различных фондов и особых категорий граждан.

Волонтеры организуют досуг детей, людей старшего возраста и людей с инвалидностью в больницах, общаются с сиротами и учат их творчеству.



Заботиться о бездомных гражданах и помогать кормить всех нуждающихся.

Волонтеры могут доставлять продукты и горячие обеды маломобильным и пожилым людям, участвовать в социальном сопровождении бездомных граждан и организации сбора гуманитарной помощи.



Помогать многодетным семьям.



Общаться с людьми старшего поколения и заботиться о них.

Добровольцы оказывают помощь в домах престарелых или людям пенсионного возраста, которые остались одни и нуждаются в уходе.

Выпиши различия:

---

---

---

---

---



## ИНКЛЮЗИВНОЕ ВОЛОНТЕРСТВО

Инклюзивное волонтерство – это волонтерство, в котором человек с ограниченными возможностями здоровья участвует в волонтерской деятельности, а также может быть благополучателем.

В ходе такой деятельности человек с инвалидностью решает общественно значимые проблемы и задачи и приобретает социальные навыки и связи, которые помогают ему справляться со сложностями.

Волонтеры инклюзии также помогают в интернатах, проводят с детьми с ОВЗ творческие мастер-классы и занимаются совместной адаптивной физической культурой.



Представляешь, есть люди, которые несмотря на свои особенности, помогают другим!



Волонтеры с инвалидностью ничем не отличаются от добровольцев, не имеющих ограничений по здоровью.



### ФАКТЫ

Главным событием в данном направлении является ежегодный фестиваль инклюзивного добровольчества, который собирает всех на атмосферный праздник с яркими выступлениями детей с ОВЗ и не только. А еще в 2023 году фестиваль получил название «Я чувствую».

### ИГРА «НАЙДИ СЛОВА»

|   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| В | О | Р | Г | А | Н | И | З | А | Ц | И | Я | Я |
| О | М | Й | Д | К | Ъ | Д | Р | У | З | Ь | Я | З |
| Х | И | Д | Р | З | Ю | В | Х | Ь | Н | В | Ф | Х |
| К | Р | Ь | А | Н | Ф | О | Ч | Ф | Ю | О | Д | Ч |
| Й | М | Л | К | Ц | М | Л | Ф | Ь | В | З | З | Ь |
| Ы | З | И | Ц | З | Н | О | Ё | Щ | Н | М | Д | А |
| Е | Ъ | Д | И | Я | А | Н | Б | И | П | О | О | Ж |
| Ф | М | О | Я | У | В | Т | Ф | Ч | О | Ж | Р | Щ |
| Ё | Ы | Б | Й | А | Ы | Е | О | Л | М | Н | О | З |
| Ф | Л | Р | Ц | Ъ | К | Р | Ь | А | О | О | В | Ф |
| Й | Н | О | О | Т | Я | А | А | Ы | Щ | С | Ь | З |
| И | Н | К | Л | Ю | З | И | Я | Б | Ь | Т | Е | П |
| С | Ь | Х | А | С | Л | У | Н | Ж | Р | Ь | Ц | Э |

### СПИСОК СЛОВ:

- |             |             |                |
|-------------|-------------|----------------|
| 1. Помощь   | 4. Акция    | 7. Возможность |
| 2. Инклюзия | 5. Здоровье | 8. Добро       |
| 3. Дружья   | 6. Волонтер | 9. Организация |





## СОБЫТИЙНОЕ ВОЛОНТЕРСТВО

**Событийное волонтерство – это помощь в организации и проведении крупных значимых событий местного, регионального, федерального и международного уровней.**

Например, на спортивных соревнованиях, концертах, фестивалях и других мероприятиях нужны волонтеры, которые будут помогать гостям, раздавать билеты, направлять на места и т.д. Волонтеры делают это бесплатно и с радостью. Благодаря событийному волонтерству мероприятия становятся более организованными, безопасными и приятными для всех его участников.

Событийное волонтерство является одним из самых популярных направлений волонтерской деятельности среди волонтеров. Нередко именно это направление является первым опытом для волонтеров.

Ты был когда-нибудь на крупном мероприятии? Так вот, там тоже есть волонтеры.

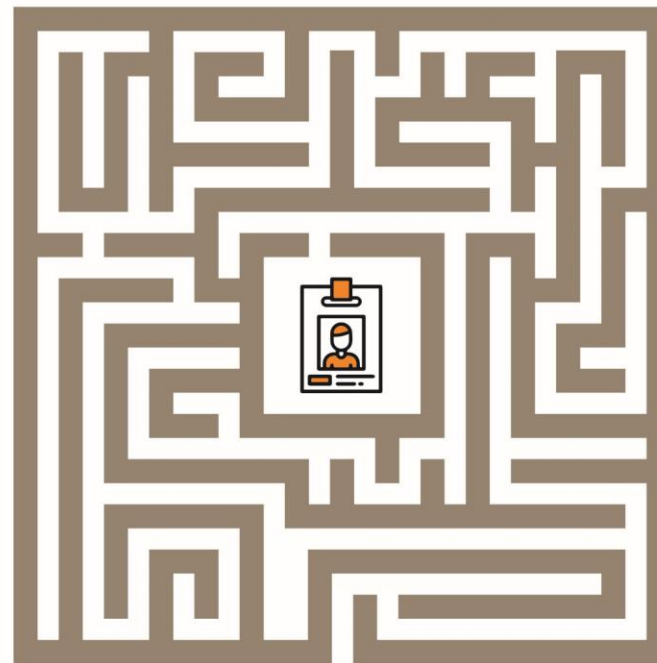


Давай поразмышляем, какое событие считается крупным?

### ФАКТЫ

Возможно, ты слышал о таких крупных событиях, как XXII Зимние Олимпийские и Паралимпийские игры в 2014 году, Чемпионат мира по футболу FIFA в 2018 году, VI Всероссийский форум «серебряных» добровольцев в 2022 году — именно на этих мероприятиях добровольцы стали незаменимыми помощниками организаторов и участников.

### ИГРА «ЛАБИРИНТ»



Начало пути





## МЕДИЦИНСКОЕ ВОЛОНТЕРСТВО И ДОНОРСТВО

Волонтеры в сфере охраны здоровья помогают в медицинских учреждениях, информируют жителей о правилах первой помощи, здоровых привычках, привлекают внимание к проблемам регулярности и безвозмездности донаций крови, занимаются профилактикой социально значимых заболеваний.



## ЧС И ПОМОЩЬ ПРОПАВШИМ ЛЮДЯМ

Волонтеры в сфере общественной безопасности помогают профессиональным пожарным и спасателям, а также пополняют своими кандидатурами резерв будущих спасательных сил. Добровольцы дежурят на массовых мероприятиях, проводят пожарную профилактику, информируют жителей о правилах первой помощи и психологической поддержки.



## КОРПОРАТИВНОЕ ВОЛОНТЕРСТВО

Корпоративные волонтеры – это сотрудники коммерческих и некоммерческих организаций, которые сообща решают социально значимые задачи в одном или нескольких добровольческих направлениях.



## ЗООВОЛОНТЕРСТВО

Зооволонтеры помогают бездомным и безнадзорным животным, занимаются передержкой, заботятся, кормят, гуляют и играют с животными в приютах, организуют сборы необходимых товаров и выставки по устройству, рассказывают о бережном отношении к животным.



## МЕДИАВОЛОНТЕРСТВО

Миссия медиаволонтеров заключается в том, чтобы ни одно событие не прошло без ярких фотографий и видео. Такие ребята всегда имеют при себе видеокамеру или фотоаппарат, чтобы участник смог насладиться каждым моментом мероприятия после. Медиа материалы, созданные медиаволонтерами, нередко попадают на информационные ресурсы города, региона и даже страны!



## «СЕРЕБРЯНОЕ» ВОЛОНТЕРСТВО

«Серебряные» волонтеры – так называют добровольцев старше 55 лет. Они помогают на городских акциях, соревнованиях, выставках и праздниках, передают бесценный опыт молодому поколению, успевают заниматься спортом и писать о своей деятельности в социальных сетях.



## ШКОЛЬНОЕ ВОЛОНТЕРСТВО

Школьное волонтерство – возможность для обучающихся проявить свою инициативу и активность, выбрав для себя одно или несколько направлений добровольческой деятельности, которые им наиболее интересны.



## СЕМЕЙНОЕ ВОЛОНТЕРСТВО

Семейное волонтерство – участие в волонтерской деятельности членов одной семьи, которое позволяет объединить выполнение общественно полезных дел и совместное времяпрепровождение с семьей.



## СПОРТИВНОЕ ВОЛОНТЕРСТВО

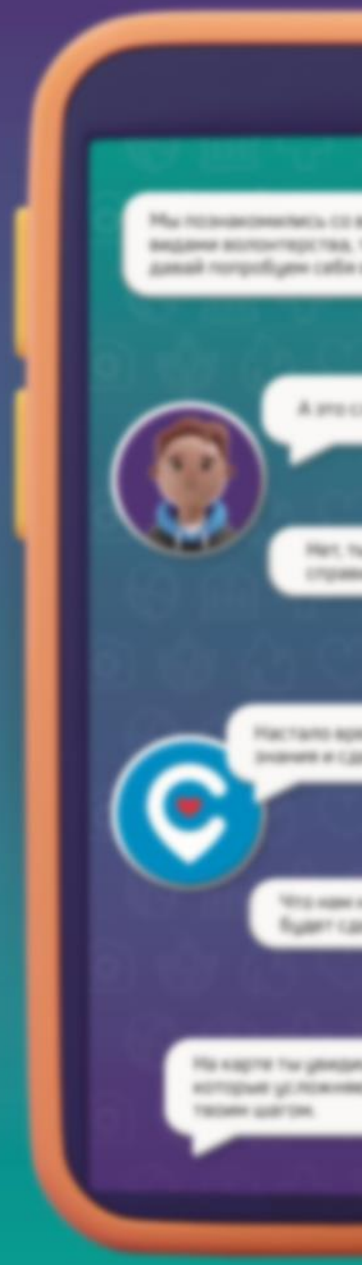
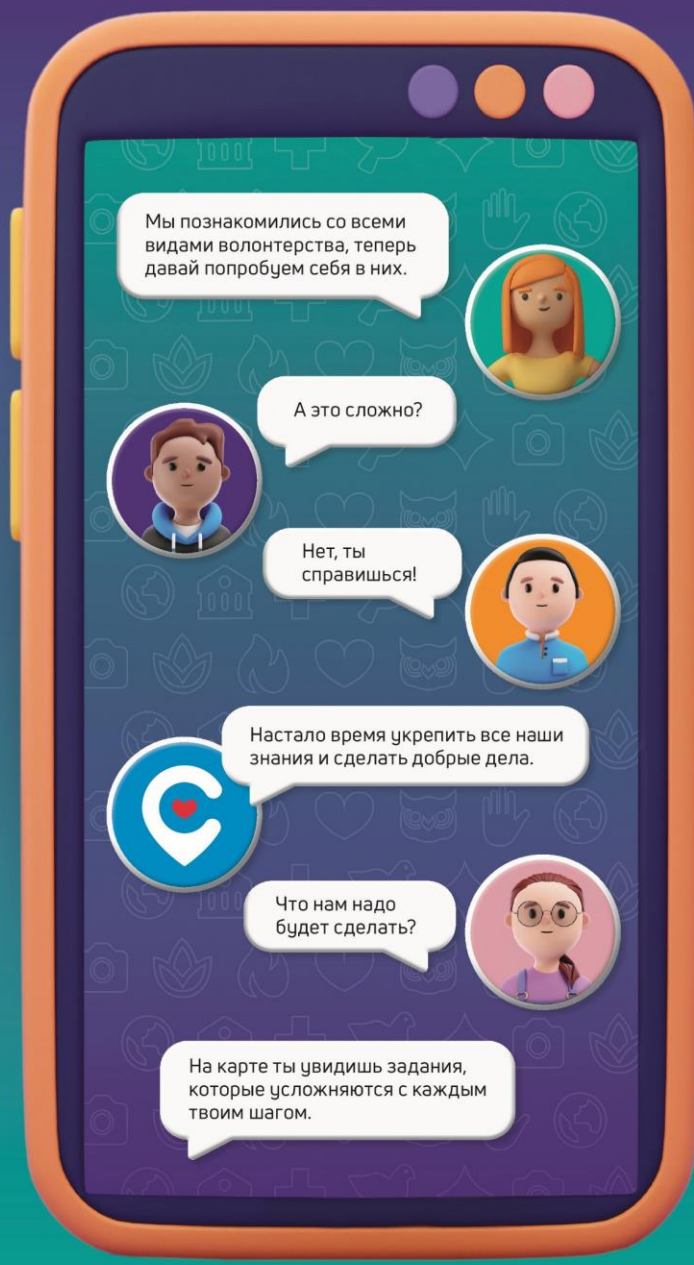
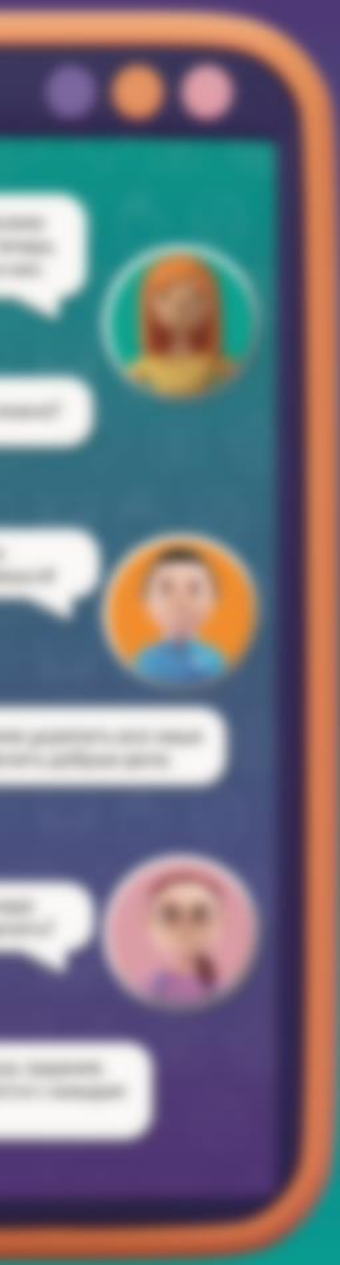
Спортивное волонтерство – участие в организации и проведении физкультурных и спортивных мероприятий от городского до международного уровней, проектов и программ по популяризации спорта и пропаганде здорового образа жизни.



## ПАТРИОТИЧЕСКОЕ ВОЛОНТЕРСТВО

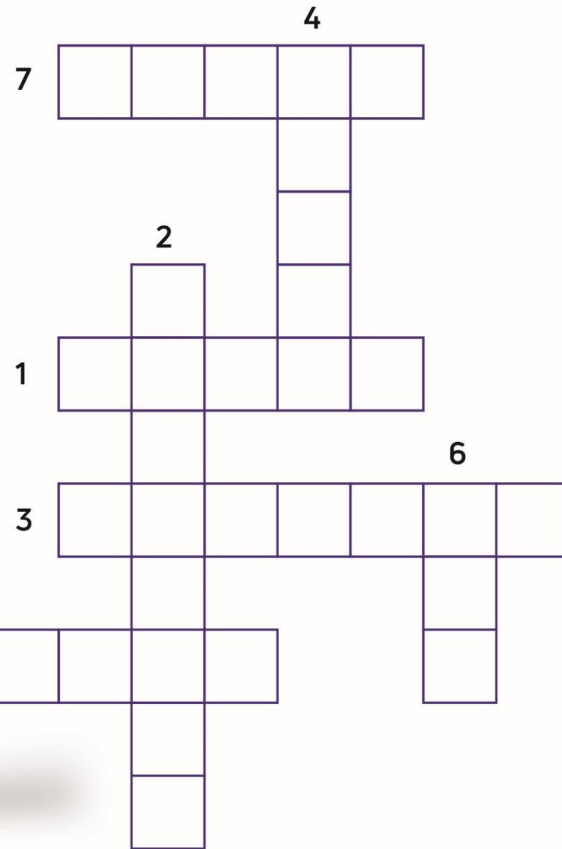
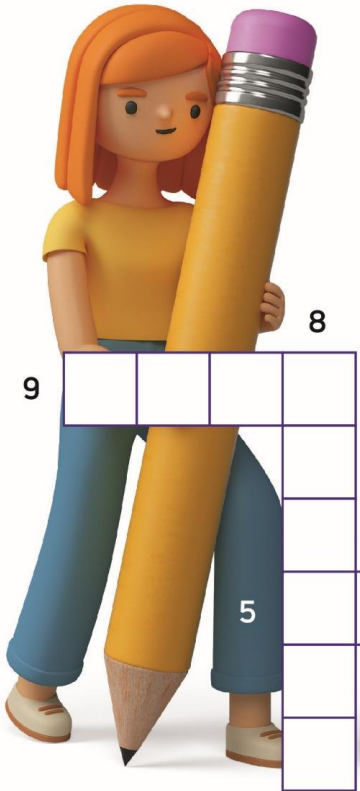
Патриотическое волонтерство – восстановление и сохранение памятников павшим героям, помощь ветеранам боевых действий, краеведческая деятельность, проведение интеллектуальных игр, городских квестов.







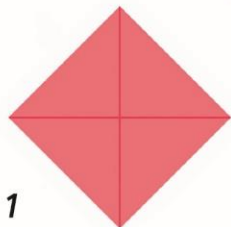
## ИГРА «КРОССВОРД»



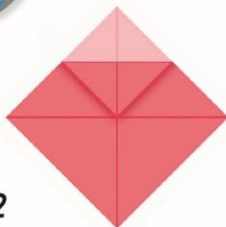
- ① Нечто положительное, хорошее, полезное, противоположное злу.
- ② Человек, который добровольно занимается безвозмездной общественно полезной деятельностью.
- ③ Группа из двух или более людей, объединенная общей целью.
- ④ Человек, вдохновляющий команду на свершения, ведущий за собой.
- ⑤ Проявление внимательного отношения к кому-либо или к чему-либо.
- ⑥ Главная и самая большая река в Ростовской области.
- ⑦ Место, где дети получают знания и становятся мудрыми.
- ⑧ Люди, близкие по интересам и взглядам.
- ⑨ Без него не вытащишь рыбку из пруда.



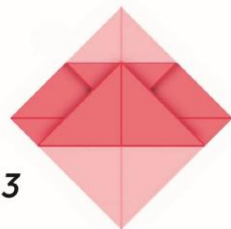
Теперь я проведу мастер-класс! Давайте сделаем сердечко и подарим его кому-нибудь, человеку будет приятно.



1



2



3



4



5



6



7



8

### УГАДАЙ ПО БУКВАМ

Водящий будет угадывать слово, которое загадали остальные. Сначала все по кругу называют слова, в которых есть первая буква. Как только водящий отгадал – называются слова, в которых есть вторая буква и так далее.

### ДЕЛАЙ, КАК Я

Водящий предлагает игрокам стать его зеркалом. Нужно настроиться на хороший ритм, пусть первые движения будут достаточно простыми (поднять руку, помахать). Затем включайте сложные танцевальные комбинации. Кто не успевает повторять – выбывает из игры.

### УЗНАЙ ПО РУКАМ

Любому представителю группы предлагается в течение 1 минуты изучить руки всех участников группы. Затем он садится, ему завязывают глаза. По одному к нему подходят все члены группы и протягивают руки. Изучив их, он должен угадать, кто перед ним стоит.

### СКАЗКА

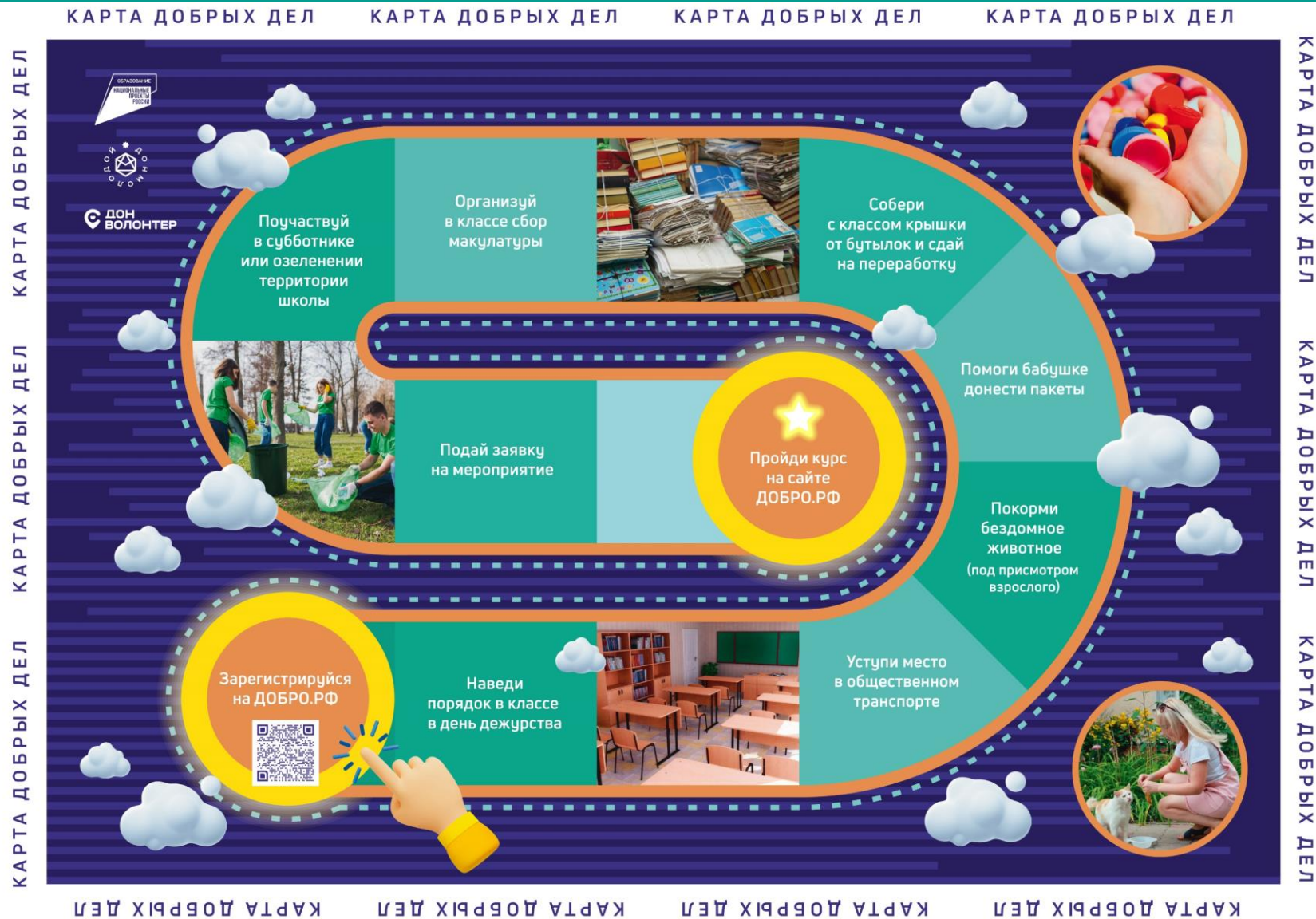
Все стоят в кругу и по очереди начинают говорить по одному слову, создавая тем самым сказку. Чем более чуждыми эти слова будут друг к другу, тем лучше. (Например: 1. Маша, 2. летает, 3. в, 4. волшебную, 5. академию, 6. магии и т.д.).

### ПЕСЕННЫЙ КРОКОДИЛ

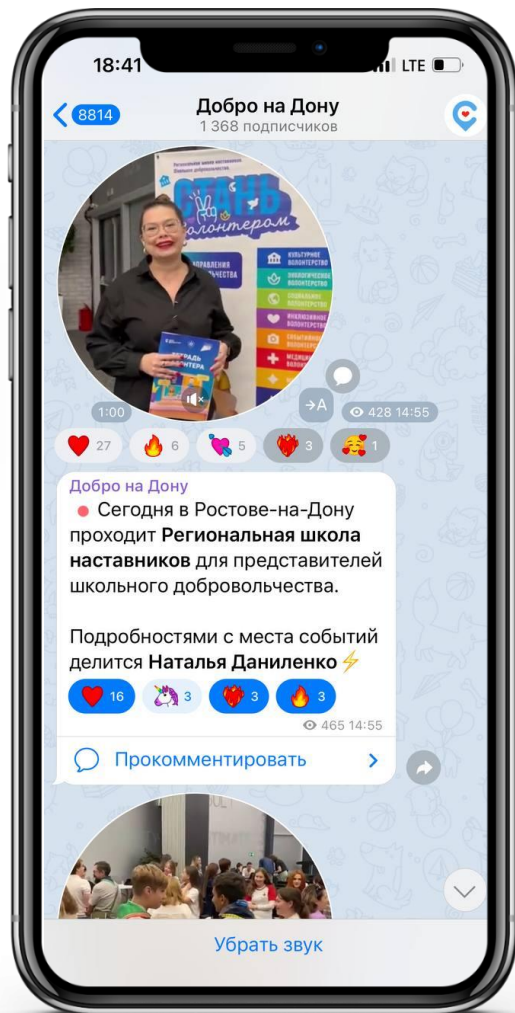
Ведущий загадывает группе песню, которую те должны показать с помощью пантомимы. Остальные группы в роли угадывающих. Игрок какой группы угадал песню, та и отправляется следующей очередью показывать. А кто-то из тех, кто хорошо показал песню назначает следующее задание. Смысл игры – работа в команде, так что она отлично подойдет даже для того, чтобы расслабиться на занятиях.



Под общей редакцией Никиточкина Александра и Литвиненко Алины.



# ДОБРО НА ДОНУ!



Добронадону.рф



donvolonter



dobro\_na\_donu

# СТАНЬ волонтером

