

*Образец дневника личностного роста  
участника смены РДШ  
«Команда»*

*Курган, 2019*



**Дневник личных  
МИФОВ**

## **Привет, мой друг!**

Перед тобой дневник участника областной профильной смены «Команда». Здесь ты можешь фиксировать интересные события, новые знания, ставить цели и достигать их. Пиши здесь мысли, которые появляются у тебя на смене, чтобы воплотить их в реальность в грядущем году.

Ты активная, творческая личность, ты создаешь свой мир, свою жизнь сам. Какая она будет зависит только от тебя, ты сам себе поэт и художник. Вся палитра красок, предложенная на этой смене, тебе в помощь. **Начни с малого и раскрась свой мир сам!**

**Давай немного познакомимся с тобой!**

Меня зовут

---

Я не умею, но хочу научиться

А).

---

Б).

---

В).

---

Я хочу узнать

А).

---

Б).

---

В).

---

Я хочу идти дальше к новым целям:

А).

---

Б).

---

В).

---

Продолжая развиваться, я намерен (-а):

А).

---

Б).

---

В).

---

## ИЗ ИСТОРИИ РДШ

В соответствии с Указом Президента РФ №536 от 29 октября 2015 года в целях совершенствования государственной политики в области воспитания подрастающего поколения, содействия формированию личности на основе присущей российскому обществу системы ценностей создана Общероссийская общественно-государственная детско-юношеская организация «Российское движение школьников».

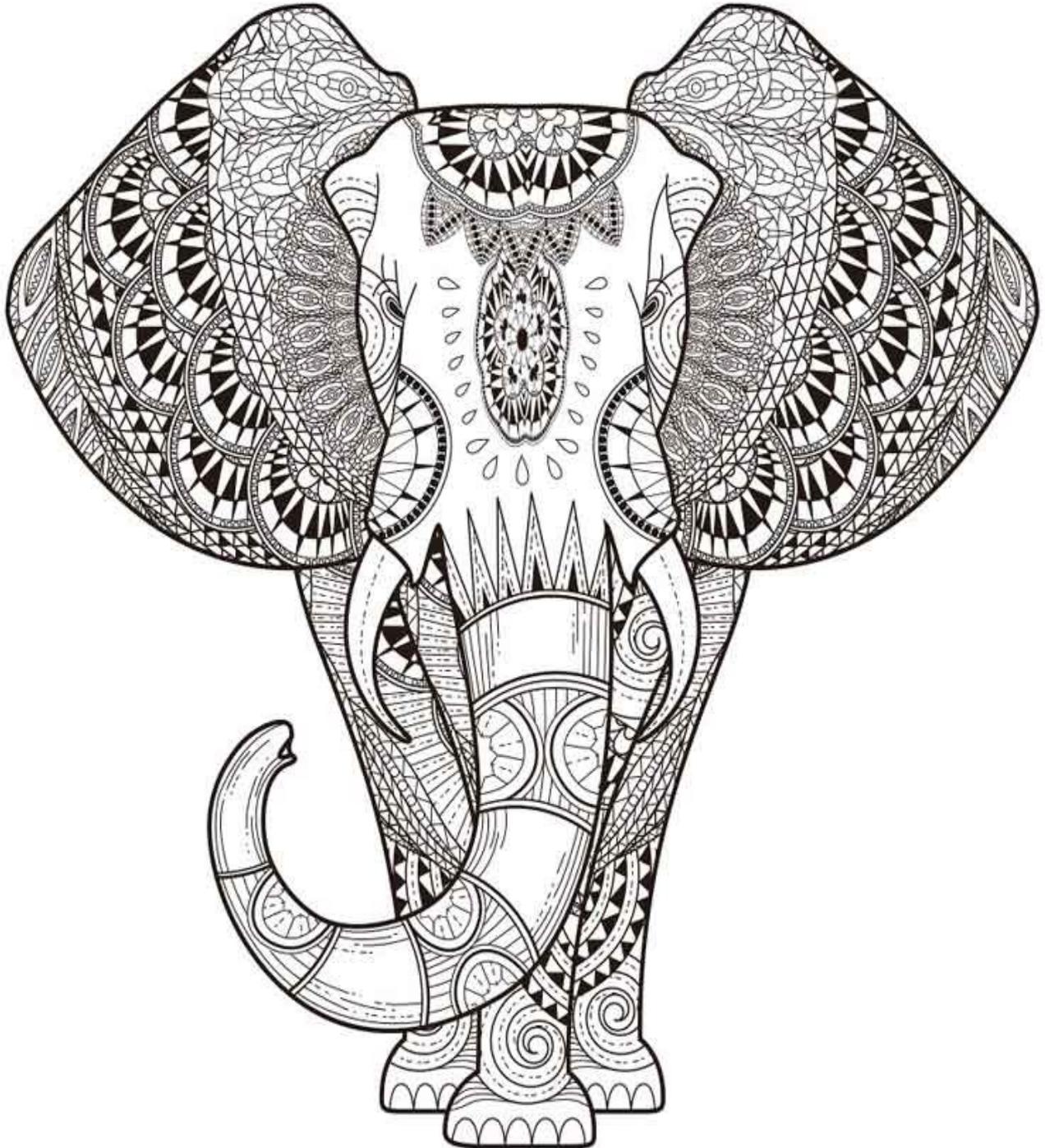
Созданная общероссийская детско-юношеская организация, в первую очередь, консолидирует уже существующие детские движения в школе, унифицирует их программы воспитания и позволяет вывести всю работу на новый общероссийский уровень.

Учредительная конференция РДШ прошла 28 марта 2016 года, от имени Российской Федерации учредителем РДШ выступило Федеральное агентство по делам молодежи. Председателем РДШ избран Герой Российской Федерации, летчик-космонавт Рязанский Сергей Николаевич, сопредседатели — российская журналистка и телеведущая Чурикова Яна Алексеевна и Тина Канделаки. Первый съезд РДШ состоялся 19 мая 2016 года. Подведены итоги конкурса символики и создан брендбук РДШ.

Учредительное собрание Курганского регионального отделения РДШ состоялось 4 апреля 2016 года. На заседании присутствовали председатели и представители общественных объединений, специалисты по работе с молодежью, представители Департамента образования и науки и Детско-юношеского центра. Создано региональное отделение РДШ, в состав учредителей вошли 5 физических лиц. Председателем регионального отделения избрана директор ГБУДО «Детско-юношеский центр» Козлова Юлия Александровна. Для информирования о деятельности регионального отделения создана страница в социальной сети «ВКонтакте», также информация размещается на молодежном портале Зауралья «Перспектива 45».

Для обеспечения взаимодействия при Федеральном агентстве по делам молодежи создано Федеральное государственное бюджетное учреждение «Российский детско-юношеский центр» (Росдетцентр). В каждом субъекте РФ появился координатор РДШ, который обеспечивает взаимодействие всех заинтересованных лиц и органов власти.

Курирование деятельности РДШ в регионах осуществляют органы образования. В каждом субъекта Российской Федерации определены школы, которые осуществляют деятельность по созданию школьных организаций РДШ.



## ЧЕЛЛЕНДЖ НА «КОМАНДУ»

- познакомиться и записать в «Мои новые друзья» 10 новых знакомых
- придумать свое приветствие и прощание с новыми друзьями
- учредить новый праздник нашей компании и регулярно его отмечать
- завести совместный блог на общую тему
- придумать и реализовать социальный проект
- найти и выбрать любимое стихотворение и прочитать его друзьям
- подготовить вместе музыкальный (танцевальный) сюрприз водителям
- попробовать себя в качестве волонтера
- выполнять зарядку, пробежку каждый день
- устроить виртуальную экскурсию друзьям по любимому району
- составить совместный список любимых фильмов компании и посмотреть их
- принимать активное участие в «жизни» «КОМАНДЫ»
- \_\_\_\_\_
- \_\_\_\_\_
- \_\_\_\_\_
- \_\_\_\_\_



### **Концентрация и управление вниманием**

В будущем рутинная работа будет автоматизирована, людям останутся самые сложные задачи. Умение концентрироваться пригодится, чтобы справляться с информационной перегрузкой, управлять сложной техникой и системами.

### **Цифровая грамотность**

В цифровом мире нельзя прожить без умения работать с цифровыми технологиями, в том числе с виртуальной и дополненной реальностью.

25 октября 2019 года	
<b>Занятие</b>	
<b>Основные тезисы/впечатления</b>	
<b>Контакты преподавателя</b>	



### **Эмоциональный интеллект**

Под эмоциональным интеллектом сейчас понимают способность разобраться в мотивах других людей и умение управлять собственными эмоциями. Эмоциональный интеллект поможет работать в команде и лучше понимать коллег, а также управлять коллективом.

### **Креативность**

Креативность - это умение нестандартно мыслить и создавать новое.

26 октября 2019 года	
Занятие	
Основные тезисы/впечатления	
Контакты преподавателя	



## **Межкультурная коммуникация**

У человека с широким кругозором и неограниченным мышлением — у того, кто сможет взаимодействовать с разными людьми, независимо от их убеждений, — больше шансов достичь успеха.

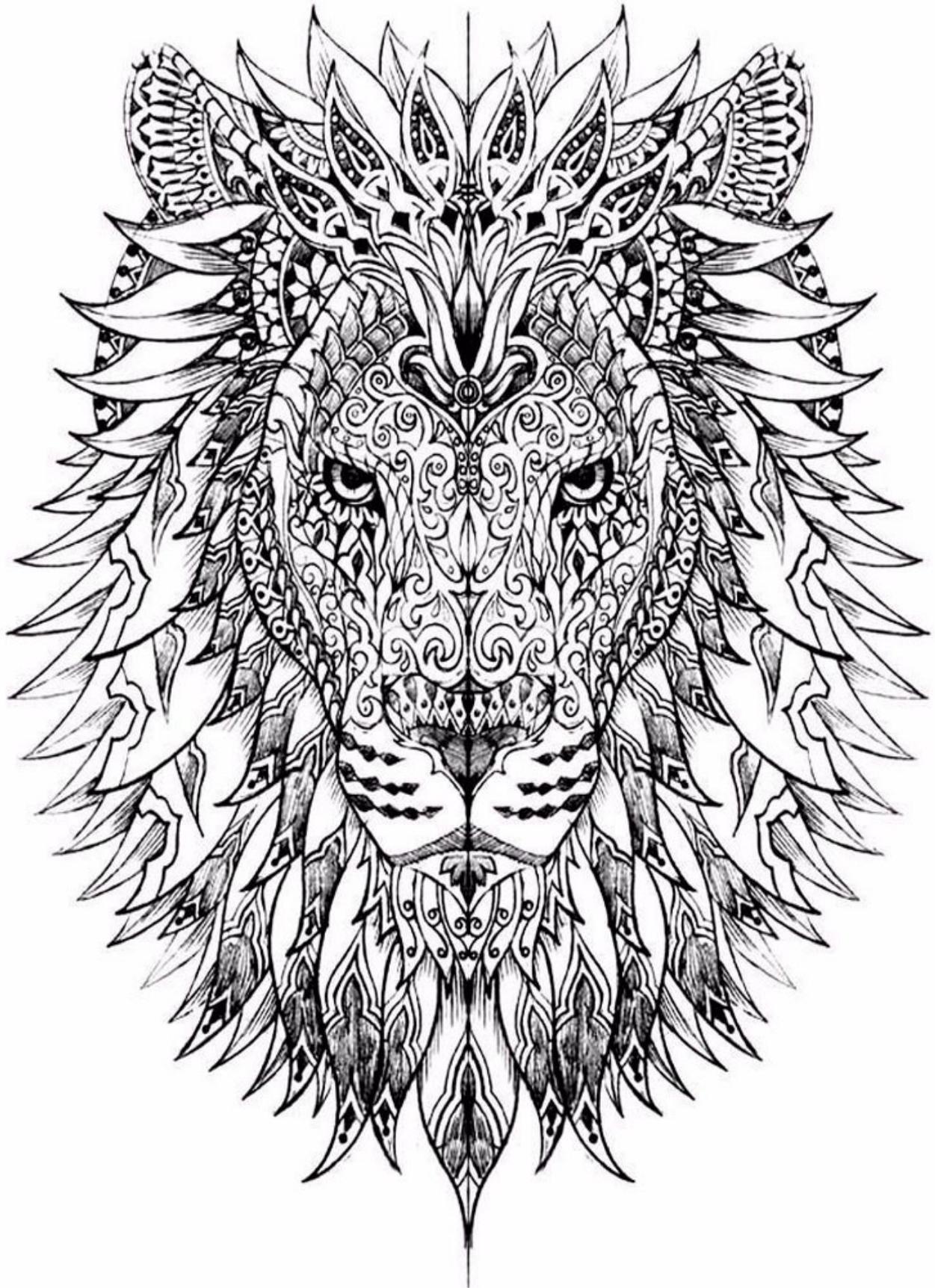
<b>27 октября 2019 года</b>	
<b>Занятие</b>	
<b>Основные тезисы/впечатления</b>	
<b>Контакты преподавателя</b>	



## Критическое мышление

В эпоху избытка информации и возможности устанавливать онлайн-контакты с большим количеством людей ты должен отличать правдивую информацию от ложной, хорошие контакты от плохих, полезный контент от мусора.

28 октября 2019 года	
Занятие	
Основные тезисы/впечатления	
Контакты преподавателя	



## **Инициативность**

Инициативность — желание влиять на происходящие вокруг явления и процессы. Инициативный человек не плывет по течению, он сам выбирает свой путь, умеет отстаивать свою позицию, не боится взять на себя ответственность.

29 октября 2019 года	
<b>Занятие</b>	
<b>Основные тезисы/впечатления</b>	
<b>Контакты преподавателя</b>	



*Современному занятому человеку, буквально разрывающемуся между любимой работой, хобби и семьей, крайне сложно выделить время для частой влажной уборки. Содержание дома в чистоте является наиболее актуальным, если даже не первоочередным делом любого человека. Наведение порядка для создания комфорта и уюта в доме, подразумевает ежедневную уборку с распределением фронтов работы для поэтапного предания дому чистоты.*

## **ВАЖНЫЕ ДЕЛА, КОТОРЫЕ ПОМОГУТ СОДЕРЖАТЬ ДОМ В ПОРЯДКЕ**

### **Ежедневно**

- Мытье посуды
- 15 минут уборки
- Помыть миски домашних животных
- Сортировать вещи и положить на свои места
- Вынести мусор

### **Еженедельно**

- Полить цветы
- Стирка личных вещей
- Помощь в покупке продуктов

### **Раз в две недели**

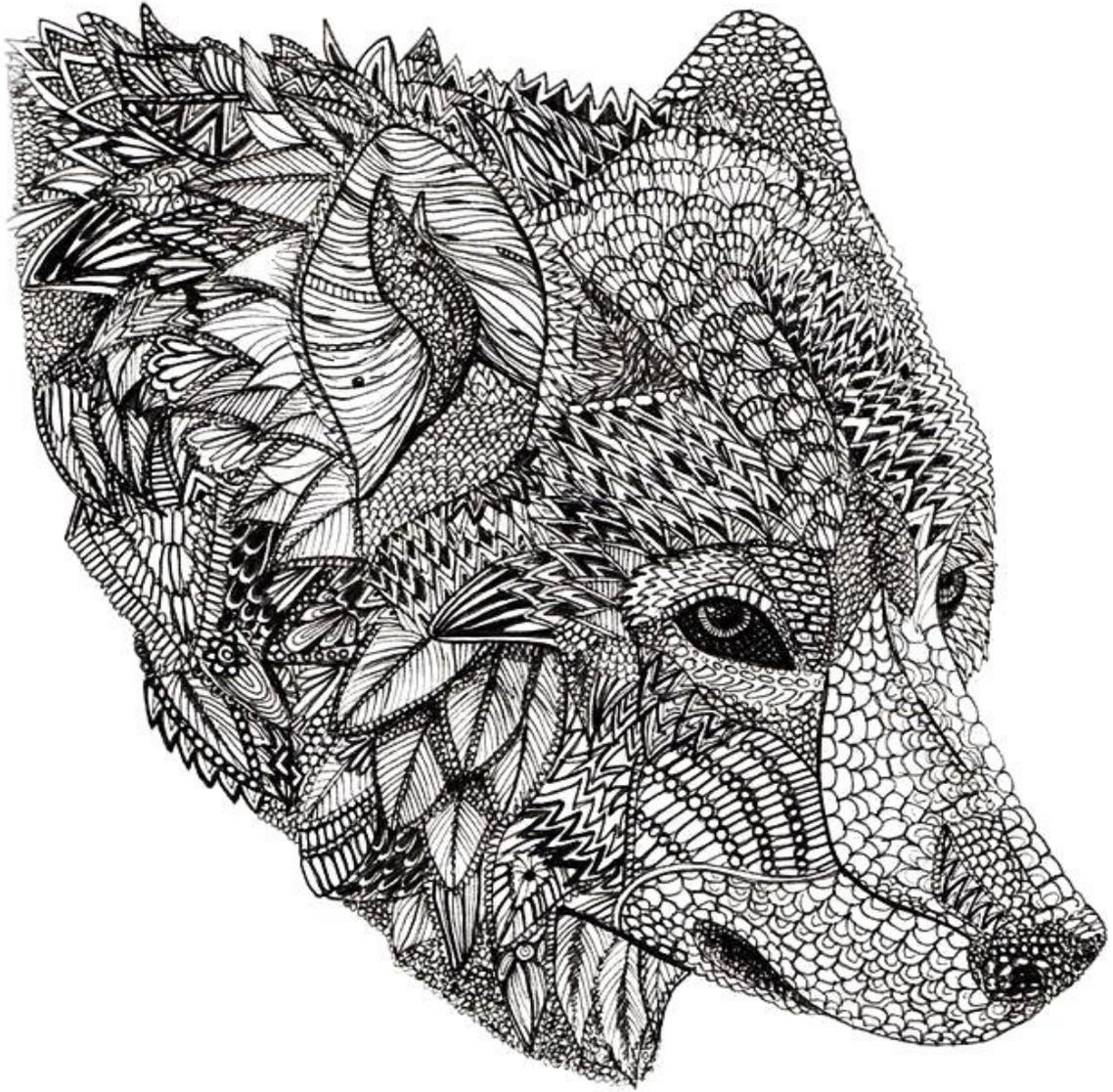
- Сменить постельное белье
- Сделать «душ» комнатным растениям, промыть поддоны, для цветов

### **Раз в три месяца**

- Сменить зубные щетки
- Сменить картридж в фильтре для воды
- Ревизия ящиков
- Чистка ковров
- Стирка текстиля (пледы, декор)

### **Раз в полгода**

- Перевернуть и пропылесосить матрас
- Стирка штор
- Ревизия гардероба
- Генеральная уборка в «интересных» местах



## Самоорганизация

Порой решать задачи приходится не в конкретное время, а по мере возникновения. Чтобы быть продуктивным в таком режиме, нужно уметь организовать себя, уметь отделять важные и срочные задачи от дел, которые можно отложить.

30 октября 2019 года	
Занятие	
Основные тезисы/впечатления	
Контакты преподавателя	



### **Умение работать в команде**

Ты должен уметь находить общий язык с людьми, объединяться с другими членами команды для решения общих задач — ведь задачи будущего будут сложными, с ними невозможно справиться в одиночку.

### **Способность к самообучению**

Этот навык необходим человеку. Ему нужно быть гибким, постоянно переучиваться и получать новые навыки, чтобы соответствовать меняющейся реальности.

31 октября 2019 года	
Занятие	
Основные тезисы/впечатления	
Контакты преподавателя	







## ЧЕЛЛЕНДЖ РЕФЛЕКСИЯ

- 10 новых знакомых, с которыми познакомился(-ась) и записал(-а) в «Мои новые друзья»
  - приветствие и прощание, придуманное с новыми друзьями \_\_\_\_\_
- 

- новый праздник компании \_\_\_\_\_
  - завел(-а) ли совместный блог на общую тему \_\_\_\_\_
  - название социального проекта, придуманного на Команде \_\_\_\_\_
- 

- прочитано любимое стихотворение друзьям \_\_\_\_\_
- подготовлен совместный музыкальный (танцевальный) сюрприз водителям
- попробовал(-а) себя в качестве волонтера
- выполнял(-а) зарядку, пробежку каждый день
- устроил(-а) виртуальную экскурсию друзьям по любимому району
- составлен совместный список любимых фильмов компании к просмотру
- принимал(-а) активное участие в «жизни» «КОМАНДЫ».

- \_\_\_\_\_
- \_\_\_\_\_
- \_\_\_\_\_
- \_\_\_\_\_



## В ТЕЧЕНИИ УЧЕБНОГО ГОДА Я ОБЯЗАТЕЛЬНО

Начну \_\_\_\_\_

Закончу следующие дела \_\_\_\_\_

Сделаю \_\_\_\_\_

Научусь \_\_\_\_\_

Попробую \_\_\_\_\_

Презентую проект в своей школе, придуманный на «Команде»

Соберу команду единомышленников для реализации проекта

Реализую проект в своей школе

Заведу привычку \_\_\_\_\_

Откажусь \_\_\_\_\_

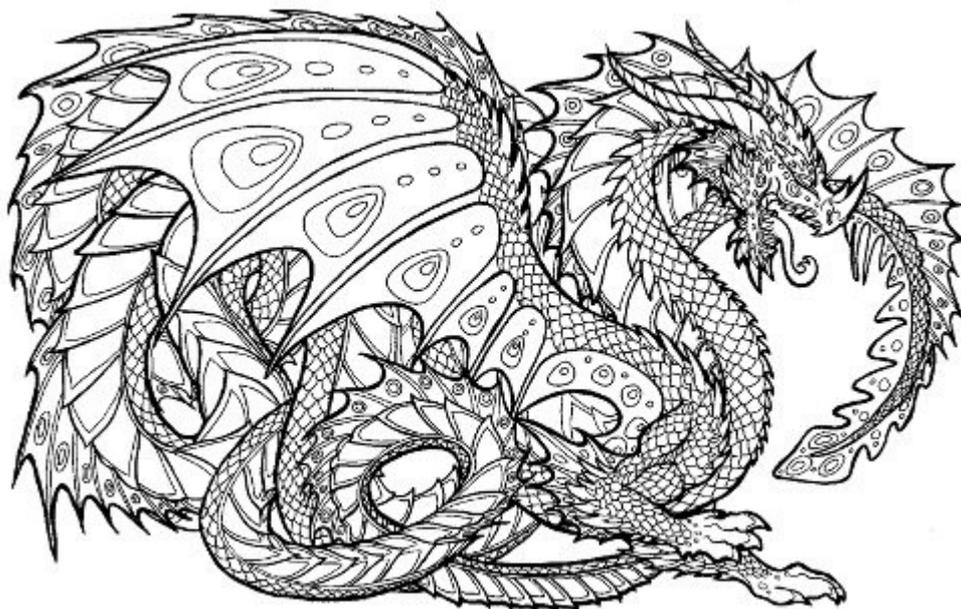
Буду \_\_\_\_\_

Побываю \_\_\_\_\_

Посмотрю \_\_\_\_\_

Прочитаю \_\_\_\_\_

Познакомлюсь \_\_\_\_\_



**РДШ ВКонтакте, подписывайся и зови друзей!**

Официальный сайт - [рдш.рф](http://рдш.рф)

Корпоративный университет РДШ - <https://rdsh.education>

Спорт РДШ - [спорт.рдш.рф](http://спорт.рдш.рф)

Учительская РДШ - [https://vk.com/skm\\_teacher](https://vk.com/skm_teacher)

Смены РДШ - [https://vk.com/skm\\_smeni](https://vk.com/skm_smeni)

Юные экологи РДШ - [https://vk.com/skm\\_eco](https://vk.com/skm_eco)

Медийщики РДШ - [https://vk.com/info\\_media\\_skm](https://vk.com/info_media_skm)

Военно-патриотическое направление РДШ - [https://vk.com/skm\\_vpn](https://vk.com/skm_vpn)

Всероссийская экспедиция «Я познаю Россию» -  
<https://vk.com/yapoznayurossiya>







Надеемся, что наш образец будет полезным и поможет тебе при создании своих личных дневников, добробуков, тетрадей личностного роста.

Авторы и разработчики:

- дизайн обложки - Тагасова Дарья Сергеевна, дизайнер, фрилансер;
- внутреннее наполнение — Оксак Антонина Сергеевна, педагог-организатор ГБУДО «Детско-юношеский центр»;
- идейный вдохновитель — Утяшина Наталья Владимировна, педагог дополнительного образования Дворца детского (юношеского) творчества, руководитель коллектива «Творческие».