

ДОРОГОЙ ЗДОРОВЬЯ — В ТРЕТЬЕ ТЫСЯЧЕЛЕТИЕ

Здоровье — основополагающая составляющая всей жизни и деятельности человека. Имея с рождения крепкий организм, совершенствуя свой физический, творческий и нравственный потенциал, можно добиться больших успехов.

Сегодня только 4–5% детей рождается без патологии, всё меньше и меньше матерей могут вскармливать своих малышей грудным молоком. Сколько времени выдержит детский организм в окружении грязной воды и воздуха в условиях гиподинамии и бесконечных стрессов?

Ольга Трохина,
заместитель
директора Центра
внешкольной
работы комитета
по делам детей
и молодежи мэрии
г. Тамбова

Есть ли выход из сложившейся ситуации? «Выход есть всегда», — утверждают не только философы, но и медики. Однако вот в чём парадокс. Шагнув в XXI век с огромным багажом знаний, накопленных человечеством, мы до сих пор не умеем управлять своим собственным организмом. Оторвавшись от природы, человек окунулся в океан головных и суставных болей, познал страх гипертонических кризов, стал катастрофически терять зрение. Особенно трудно сохранить здоровье жителям городов и, конечно, в первую очередь детям. Положение усугубляет затянувшийся в нашей стране социально-экономический кризис, приведший к явному расслоению общества. Более 40% российских семей не имеют возможности купить своему ребёнку путёвку в санаторий. Особенно трудно живут сегодня многодетные и малообеспеченные семьи. Государственные пособия не решают их материальных проблем, неполноценное питание усугубляет и без того слабое состояние здоровья детей в таких семьях. Проведя учебный год за партой, ребёнок из малообеспеченной семьи не имеет возможности восстановить здоровье к началу нового учебного года, в ослабленном организме накапливаются хронические заболевания.

Добро пожаловать в Центр внешкольной работы

В 1996 году в Тамбове был создан Центр внешкольной работы. Основной целью его деятельности стала организация интересного и социально значимого досуга для детей и подростков, посещающих клубы по месту жительства. Сегодня в структуру центра входят 29 клубов во всех частях города. Около 72% ребят, посещающих клубы, — это дети из так называемых «сложных», неполных и многодетных семей с низким уровнем доходов, подростки девиантного поведения, дети-инвалиды. Мало того, что вся эта детвора нуждается в психолого-педагогической помощи, почти все они имеют хронические заболевания.

Коллектив центра начал искать пути оздоровления этих ребят. На первом этапе в план работы включили разнообразные спортивно-оздоровительные дела: дворовые спартакиады, межклубные Малые Олимпийские игры, «Весёлые старты», подвижные игры и соревнования на воздухе и др. Но это были эпизодические спортивные мероприятия, которые не могли в серьёзной степени повлиять на оздоровление детей с хроническими заболеваниями. Не останавливаясь на достигнутом, начали расширять сеть клубов спортивной направленности. Сегодня таких уже шесть: «Атлет» (лёгкая и тяжёлая атлетика); «Спартак» (горный велосипед); «Вело-гальваник» (велосипедный спорт); «Белая ладья» (шашки и шахматы); «Феникс» (оздоровительные программы и рукопашный бой); «Гаврош» (горно-лыжный спорт).



В этих клубах сегодня занимаются более 600 детей и подростков. Руководители клубов не ставят целью воспитать рядников и чемпионов. Главная задача спортивных клубов по месту жительства — отвлечение несовершеннолетних от «дурного» влияния улицы. Но анализ деятельности центра по оздоровлению детей в подростковых клубах показывал, что проблема здоровья остаётся и требует особых, нестандартных подходов для своего решения. Для оздоровления детей с хроническими заболеваниями одной спортивной работы мало, нужны комплексные оздоровительные медицинские процедуры. Однако в Центре внешкольной работы не предусмотрены ставки специалистов-медиков. Именно поэтому администрация центра решила обратиться за помощью в городскую детскую поликлинику № 4, в микрорайоне которой находятся 5 наших клубов по месту жительства. Так началась совместная работа по созданию комплексной программы оздоровления детей на базе подростковых клубов и городских детских поликлиник.

Создание комплексной программы оздоровления детей

Первые три года были для нас экспериментальными. В летний период работал один лагерь в подростковом клубе «Олимпиец». Подготовительная работа состояла из нескольких этапов и начиналась задолго до открытия 1-й лагерной смены:

- составление поклубных списков детей, имеющих хронические заболевания;
- анализ материального благосостояния семей, имеющих детей с хроническими заболеваниями;
- совместная деятельность педагогов подростковых клубов и педиатров детских городских поликлиник по отбору и утверждению списочного состава детей с хроническими заболеваниями, нуждающихся в первоочередном оздоровлении;
- первичное диагностирование хронически болеющих детей, индивидуальное назначение медико-оздоровительных процедур;

- организация финансового обеспечения проекта (4-разовое питание детей, витаминный стол);
- культурно-досуговое сопровождение проекта на базе подростковых клубов;
- планирование психолого-коррекционной помощи детям с хроническими заболеваниями в рамках данного оздоровительного проекта;
- контрольное диагностирование динамики течения заболевания по итогам оздоровительных смен.

В первых числах июня 2002 г. открылась 1-я лагерная смена, которая длилась 21 день. Она включала в себя систему мероприятий по оздоровлению детей и организации интересного, социально значимого досуга для ребят, имеющих хронические заболевания. В июле состоялась 2-я смена, в августе проводился анализ работы, составлялись отчёты.

Для Центра внешкольной работы летний период — самый «горячий» в году. Дети уходят на каникулы, далеко не каждый куда-то уезжает, многие предоставлены сами себе. Городские и областные власти не в состоянии обеспечить всех желающих детей путёвками в лагеря и санатории, а в малообеспеченной семье своих личных средств на это нет. И вот тут-то наш проект, направленный на оздоровление ребят из малоимущих семей в условиях города, оказался весьма кстати. Да, центр не имеет финансовой возможности вывезти таких детей куда-то в пригород, на природу. Однако медико-оздоровительные процедуры по своему разнообразию и качественному воздействию на состояние хронически больного ребёнка оказались в десятки раз качественнее и эффективнее, чем в самом современном загородном лагере: оздоровительные упражнения, массаж, кислородный коктейль, бассейн, физиотерапия.

Уже первый мониторинг контрольной диагностики показал наличие высокой позитивной динамики в состоянии детей с хроническими заболеваниями. Осенне-зимний сезон тоже доказал состоятельность нашего проекта: общая заболеваемость детей снизилась на 12%. Это был первый успех! В следующем году родители уже загодя пришли к нам с заявлениями на зачисление детей в лагерь. Коллектив центра понял, что границы проекта надо расширять.

В 2003 году впервые был открыт оздоровительный лагерь на базе подросткового клуба «Поиск» в зимние каникулы. Он работал только 12 дней, это неполная смена, но в зимний период она особенно важна, так как способствует профилактике вирусных и респираторных заболеваний. Кроме того, массаж и гимнастика в середине учебного года благотворно влияют на общий тонус детского организма. А в летний сезон Центр внешкольной работы готов открыть оздоровительные лагеря на базе уже 12 подростковых клубов. Хочется подчеркнуть, что коллектив центра нашёл решение проблемы оздоровления детей в условиях крупного города без особых финансовых затрат.



Комплексная целевая программа «Здоровье плюс...» (оздоровление и воспитание детей на базе подростковых клубов в период школьных каникул)

I. Обоснование программы

Современное состояние общества, высочайшие темпы его развития предъявляют всё более высокие требования к человеку и его здоровью.

Актуальность темы здорового образа жизни подтверждают статистические показатели:

- 1) физиологически зрелыми рождаются не более 14% детей;
- 2) 25–30% детей, пришедших в первый класс школы, имеют физические недостатки или хронические заболевания;
- 3) 90–92% выпускников средних школ находятся в «третьем состоянии», т.е. они ещё не знают, что больны; только 8–10% выпускников школ можно считать действительно здоровыми.

Кризисные явления в обществе способствовали изменению мотивации образовательной деятельности у детей разного возраста, замедлили их физическое и личностное развитие, вызвали отклонения в социальном поведении. Данная программа объединяет несколько сторон воздействия на ребёнка: оздоровительную, психологическую и воспитательную. Каждая из них по-своему важна для развития личности. Авторы данной программы объединили все три составляющие одной целью — *оздоровление и воспитание детей в условиях промышленно развитого города на базе подростковых клубов по месту жительства совместно с детскими поликлиниками.*

Программа считается целевой

Так как основной составляющей в ней является *оздоровление в условиях городской среды детей с хроническими заболеваниями из малоимущих семей.* У абсолютного большинства этих ребят нет средств на загородные лагеря и санаторно-курортное оздоровление. Участие в программе позволяет таким детям поддерживать здоровье в условиях города, практически рядом с домом, не тратясь даже на транспорт.

Программа называется «Здоровье плюс...»

В связи с тем, что за одну лагерную смену на базе подросткового клуба ребята успевают не только восстановить пошатнувшееся за учебный год (полугодие) здоровье, но и узнать много интересного, участвуя в досуговых делах лагеря, проявляя свои творческие способности.

II. Цель и задачи программы

Цель программы:

Программа направлена на сохранение и укрепление здоровья детей из подростковых клубов в летних и зимних оздоровительных лагерях и городских детских поликлиниках. Программа предусматривает дополнительное образование детей, вооружает их знаниями об окружающей среде и её влиянии на организм человека, прививает навыки здорового образа жизни.

Программа нацелена на достижение следующих результатов: изменить отношение человека к своему здоровью; комплексно воздействовать на личность ребёнка через его включение в познавательную и практическую деятельность; максимально использовать для целей оздоровления природные и сезонные факторы — прогулки и занятия в парке. Большое внимание в программе уделено освоению систем оздоровления и профилактики в условиях городской среды.

Задача оздоровления имеет три взаимосвязанных аспекта:

1. Воспитательный, состоящий в воспитании у детей бережного отношения к своему здоровью, понимания ценности и важности поддержания организма в здоровом состоянии.
2. Обучающий, состоящий в обучении детей нормам здорового образа жизни, а также в определении вредных привычек и выдаче рекомендаций по их устранению.
3. Оздоровительный, состоящий в профилактике и лечении распространённых заболеваний, а также в формировании у детей необходимых для успешного осуществления учебного процесса качеств, таких, как психическая уравновешенность.

Ожидаемые результаты:

1. Расширение фронта лечебной и профилактической работы, дальнейшее сотрудничество с детскими поликлиниками города.
2. Введение оптимального режима труда и отдыха детей.
3. Повышение уровня физического, психического и социального здоровья детей.
4. Осознанное отношение детей и их родителей к состоянию здоровья как к основному фактору успеха на последующих этапах жизни.
5. Результатом совместной деятельности медиков, психологов, педагогов должно стать оздоровление детей в каникулярное время, а также формирование у них отношения к здоровью как к высшей ценности.

III. Состав участников программы:

I взрослая группа — педагоги и вожатые подростковых клубов;

II взрослая группа — психологи и социологи Центра внешкольной работы;

III взрослая группа — врачи-специалисты детских поликлиник города, обслуживающий персонал;

Детская группа — воспитанники подростковых клубов, имеющие хронические заболевания.



IV. Этапы и сроки реализации программы:

- I этап — диагностика детей, поступающих в лагерь;
- II этап — подготовка педагогических кадров к работе (обучающие семинары, тренинги);
- III этап — организация деятельности оздоровительных лагерей;
- IV этап — анализ и оценка результатов деятельности оздоровительных лагерей.

V. Программные модули:

Медицинский

- систематическая диагностика детей с целью последующей медико-психолого-педагогической коррекции;
- раннее выявление патологии и её профилактика;
- реабилитация детей с хроническими заболеваниями;
- организация здорового образа жизни;
- профилактическая работа по предупреждению инфекционных заболеваний;
- решение оздоровительных задач средствами физкультуры;
- улучшение психического и физического здоровья детей;
- формирование валеологического мышления детей.

Психологический

- определение типа личности (её психические ресурсы, интеллектуальные и творческие потенциалы, социальный статус);
- обеспечение школьника средствами самопознания; повышения представления о собственной значимости, развитие навыков и умений, необходимых для уверенного поведения;
- формирование мотивации самовоспитания и саморазвития;
- создание доверительных, партнёрских отношений в коллективе путём формирования позитивного эмоционального состояния во взаимоотношениях друг с другом.

Социально-педагогический

- организация социального досуга детей в летний оздоровительный период;
- развитие творческих способностей ребёнка посредством его вовлечения в активную лагерную жизнь;
- определение и совершенствование навыков и умений прикладного характера;
- коррекционно-воспитательная деятельность в рамках временного детского коллектива.

VI. Механизм реализации программы

Направления и формы деятельности	Количество времени в неделю	Направления и формы деятельности	Количество времени в неделю
1. Медико-коррекционное — лечебная физкультура — массаж — бассейн — кислородный коктейль — физиотерапия — фитотерапия — витаминотерапия — солярий (индивидуально)	30 мин ежедневно 30 мин через день 1 час 2 раза в неделю 15 мин ежедневно 30 мин 3 раза в неделю 30 мин 2 раза в неделю ежедневно 15 мин 2 раза в неделю	3. Психологическое а) диагностическое: — тестирование б) коррекционно-развивающее: — игры — тренинги — дискуссии — релаксационные упражнения в) консультативное: — индивидуальные — групповые	30 мин 1 раз в начале смены 1 час — 2 раза в неделю 1 час — 2 раза в неделю 1 час — 2 раза в неделю 1 час — 2 раза в неделю 30 мин (по необходимости) 2 раза в неделю
2. Спортивно-оздоровительное — подвижные игры на воздухе — выходы на природу с определённой познавательной-образовательной целью — активные игры у водоёма — спортивные соревнования на воздухе — шахматно-шашечные турниры — беседы о здоровом образе жизни — встречи с медиками-специалистами	30 мин ежедневно 1 час 1 раз в неделю 1 час 1 раз в неделю 1 час 1 раз в неделю по плану лагеря по плану лагеря по плану лагеря	4. Досуговое — массовые мероприятия — музыкально-развлекательные — конкурсы, викторины — тематические беседы	по плану не реже одного раза в неделю по плану не реже одного раза в неделю по плану смены по плану смены

VII. Условия реализации программы:

Модуль	Ответственные исполнители	Необходимые средства
Медицинский	1. Врачи-специалисты городских детских поликлиник (первоначальная диагностика хронических заболеваний, назначение оздоровительных процедур)	1. Педиатрический кабинет городской поликлиники, диагностические инструменты, карта заболеваний
	2. Медики-специалисты узкого профиля	2. Специально оборудованные медицинские кабинеты



Модуль	Ответственные исполнители	Необходимые средства
	3. Обслуживающий персонал (тренеры-инструкторы бассейна, инструкторы физкультуры, массажисты) 4. Обслуживающий персонал столовой	3. Специально оборудованные помещения 4. Столовая школы или дневного стационара поликлиники
Психологический	1. Педагог-психолог Центра внешкольной работы	1. Комната психологической разгрузки
	2. Социальные педагоги Центра внешкольной работы	2. Технические средства (магнитофон, телевизор, видеоманитофон)
Досуговый модуль	1. Педагоги-организаторы и вожатые подростковых клубов	1. Помещение подросткового клуба. 2. Настольные игры. 3. Игровой инвентарь. 4. Канцтовары. 5. Спортивный инвентарь. 6. Технические средства (музыкальная аппаратура, телевизор, музыкальные инструменты)
	2. Педагоги дополнительного образования	1. Необходимые материалы и принадлежности для прикладного творчества детей (в рамках программы данного педагога). 2. Помещение, оборудованное столами и стульями

VIII. Финансовое обеспечение программы:

Оплачиваемые категории работников	Источники финансирования
1. Педагоги-организаторы подростковых клубов	Комитет по делам детей и молодёжи мэрии г. Тамбова (ст. «Образование»)
2. Педагоги дополнительного образования	Комитет по делам детей и молодёжи мэрии г. Тамбова (ст. «Образование»)
3. Медицинский персонал	Средства поликлиники (городской бюджет)
4. Работники службы питания	Федеральная социальная система (ст. «Летняя оздоровительная кампания»)

Примерная смета на организацию деятельности одной лагерной смены на базе подросткового клуба

Количество детей — 20. Количество дней — 21.

Виды расходов	Количество, руб.
1. Питание детей	16 000
2. Медикаменты	1000
3. Медосмотр	600
4. Спортивный инвентарь	2000
5. Настольные игры	3000
6. Призы для конкурсов и массовых мероприятий	2000
7. Материалы для творческой деятельности	1000
ИТОГО	25 600



В ЭЛЕКТРОННОЙ ВЕРСИИ ЖУРНАЛА

Профильное обучение туристской направленности в школе

Алексей Сесёлкин, главный научный сотрудник научно-методического центра Российской международной академии туризма, кандидат технических наук, доцент

Среди проблем, над которыми работают педагогические коллективы школ, одно из ведущих мест занимает введение профильного обучения. При обсуждении данной проблемы и путей ее решения возникают вопросы выбора направленности профиля, формирования содержания профильного обучения и его программно-методического и кадрового обеспечения. Вместе с тем одним из перспективных для внедрения является туристский профиль, по которому накоплен опыт профильного обучения в системе непрерывного профессионального туристского образования Российской международной академии туризма.