

МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ РЕСПУБЛИКИ БЕЛАРУСЬ

Учреждение образования
«МОГИЛЕВСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ
имени А.А. КУЛЕШОВА»

УДК 378.18
ББК 74.58
К93

*Печатается по решению редакционно-издательского
совета УО «МГУ имени А.А. Кулешова»*

Рецензент

кандидат педагогических наук,
доцент кафедры педагогики УО «МГУ имени А.А. Кулешова»

Е.А. Башаркина

КУРАТОРСКИЙ ЧАС – 4

Методические рекомендации

Кураторский час – 4: метод. реком. – Могилев: УО «МГУ
К93 имени А.А. Кулешова», 2012. – 164 с.: ил.

В сборник включены методические проекты, подготовленные педагогами и кураторами учебных групп университета. Включенные в сборник материалы могут быть основой для разработки внеучебных мероприятий с обучающимися.

Адресован заместителям деканов по идеологической и воспитательной работе, кураторам учебных групп, воспитателям общежитий, всем тем, кто ведет идеологическую и воспитательную работу с учащейся и студенческой молодежью.

**УДК 378.18
ББК 74.58**



Могилев 2012

© УО «МГУ имени А.А. Кулешова», 2012

Зайцева Л.Г.,

зам. директора по учебной работе ИПКуПК

О ФОРМАХ ОРГАНИЗАЦИИ ВОСПИТАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА

Воспитание, обучение и развитие являются равноценными составляющими образования. Последняя компонента, будучи пограничной между двумя предыдущими, сочетает в себе присущие им характеристики, поскольку в процессе развивающего обучения воспитываются новые личностные качества обучаемых. Это разделение условно, ибо на практике все сферы образования тесно связаны между собой. Тем не менее организация, формы, методы обучения и воспитания имеют свою специфику. А предметом нашего разговора является организация воспитательного процесса в учреждении образования.

В педагогическом плане воспитание – это процесс формирования и непрерывного совершенствования воспитанности личности – одного из важнейших педагогических и социально значимых свойств. Сущность воспитания в формировании главного признака и достоинства человека как личности – его социальной полноценности, выраженной в:

- превращении в достойного члена человеческого сообщества – человека мира, гражданина страны, созидателя;
- обретение цивилизованных социальных отношений к жизни, обществу, людям, труду и соответствующего поведения, характеризующихся нравственностью, любовью к родине и своему народу, гражданственностью, трудолюбием, гуманностью, демократизмом, гармонично развитыми потребностями и соответствующим им образом жизни;
- возникновении целеустремленной активности в самоформировании для полной реализации индивидуальных возможностей в жизни и самоутверждении при безусловном соблюдении норм морали и права.

Подлинно воспитан не тот, кто знает, как себя вести, и умеет это делать, а тот, кто вести себя иначе не может (4).

Организация воспитания в учреждении образования строится в соответствии с основной целью, сформулированной в Концепции непрерывного воспитания в Республике Беларусь: формирование разносторонне развитой, нравственно зрелой, творческой личности обучающегося (2), а также в соответствии с рядом педагогических принципов, среди которых в первую очередь следует указать:

- принцип воспитывающих возможностей всех обстоятельств жизни и деятельности учреждения образования;

– педагогически системное построение всей воспитательной работы и каждой ее составляющей (с четкостью и согласованностью целей, задач, содержания, условий, средств, методов, контроля, регулирования, оценки, подведения итогов и др.) для создания целостной системы воспитания в учреждении образования, ее слаженного и эффективного функционирования;

– определение и выбор соответствующих форм и методов воспитательной работы, осознанное их применение в каждом конкретном случае.

Более того, одним из важных требований к организации воспитания является соответствие содержания, форм и методов цели и задачам воспитания (2).

Остановимся более подробно на формах воспитания.

В словаре С.И. Ожегова представлено девять значений слова «форма». Это и внешнее сочетание, и установленный образец т.п. Говоря о форме воспитательной работы, имеется в виду прежде всего выражение содержания воспитательной работы через определенную структуру отношений педагогов и студентов. Форма воспитания – внешне выраженные способы организации воспитательного процесса. Е.В. Титова определяет форму воспитательной работы как установленный порядок организации конкретных актов, ситуаций, процедур взаимодействия участников воспитательного процесса, направленных на решение определенных педагогических задач (воспитательных, организационно-практических); совокупность организаторских приемов и воспитательных средств, обеспечивающих внешнее выражение воспитательной работы (5, с. 103).

Основными функциями форм организации воспитательного процесса являются:

– *Организаторская* – предполагает решение организаторских задач. В роли организаторов могут выступать как педагоги, так и сами студенты. Организация отражает определенную логику действий, взаимодействия участников воспитательного процесса. Существуют обобщенные методики (алгоритмы) организации различных форм воспитательной работы, которые стали традиционными и используются многими педагогами (беседы, коллективные творческие дела, конкурсы и т.д.). Они предполагают последовательное прохождение ряда стадий, этапов организаторской деятельности.

– *Регулирующая* – предполагает, что использование той или иной формы позволяет регулировать как отношения между педагогами и студентами, так и между студентами. Различные формы по-разному влияют на процесс сплочения группы студентов. Благодаря формам, где заранее закладывается необходимость взаимодействия, происходит формирование норм социальных отношений.

– *Информативная* – предполагает не только одностороннее сообщение обучающимся той или иной суммы знаний, но и актуализацию имеющихся у них знаний, обращение к их опыту.

Исходя из функционального подхода, форму воспитательной работы можно определить как регулирующий отношения педагогов и обучающихся основной компонент организации воспитательного процесса.

Форма по сути организационно обеспечивает реализацию целей, содержания, принципов и методов воспитания. В то же время одна и та же форма может отражать разное содержание, иногда даже и не соответствующее первоначальному замыслу.

В педагогической теории и практике сложилось множество форм воспитательной работы. Их перечислить невозможно, да и нет в этом необходимости. Каждая форма не повторяет другую, а лишь может быть похожа на нее.

Многообразие форм определило различные подходы к их классификации:

– по числу участвующих в них лиц: индивидуальные, микрогрупповые, групповые (коллективные), массовые;

– по частным задачам: культурные, спортивные, правовые, патриотические и т. д.;

– по особенностям способов проведения: лекции, беседы, обсуждения, дискуссии, общие собрания, встречи с опытными, знающими, авторитетными людьми, посещение культурных мероприятий, индивидуальные поручения, коллективная работа, кураторство, управление, благотворительность и др.;

– по времени проведения: плановые, профилактические, подведение итогов, отчет, групповая оценка и др.

Но наиболее оригинальным является предложение Е.В. Титовой, согласно которому формы воспитательной работы можно разделить на три типа: мероприятия, дела, игры. Они различаются по следующим признакам: по целевой направленности, по позиции участников воспитательного процесса, по объективным воспитательным возможностям (3, с. 125–126).

«*Мероприятие*» – специально организованный педагогический акт, занятие или событие с целью непосредственного воспитательного воздействия на личность. Анализ определения позволяет говорить о том, что оно реализует технологию педагогического воздействия. Педагогическое воздействие – необходимый инструмент воспитателя (куратора) как субъекта педагогического процесса. Ибо обучающийся, формирующий свою субъектную позицию в деятельности, общении определенное время нуждается

ся в целенаправленной организации своей жизни, ситуаций осмысления происходящего. Этой цели служат воспитательные мероприятия, которые:

– предлагают для осмысления те или иные события, идеи, научные факты, нравственные коллизии;

– культивируют социально ценную реакцию на предмет мероприятия;

– вызывают высокие переживания, которые не всегда возможны в обыденной жизни;

– устанавливают (декларируют) общепринятые нормы поведения, отношений, способствуют формированию общественного мнения в сообществе сверстников.

Мероприятия целесообразно проводить в тех случаях, когда:

– заранее известно, что в области этого содержания у обучающихся мало опыта и специальных знаний;

– нужно создать особый психологический настрой, переживание высоких чувств, открыть неизвестные области творчества;

– требуется пробудить интерес обучающихся к своей личности, к своему развитию;

– организационная форма сложна для проведения, необходимо профессиональное управление большим количеством участников.

К мероприятиям могут быть отнесены: беседы, лекции, встречи, экскурсии, культпоходы, конференции, митинги, практикумы, тренинги и т.д.

Технологический алгоритм воспитательного мероприятия:

1. *Определение целей.* Цель мероприятия может быть продиктована событиями текущего момента, а может быть обращена к вечным проблемам нравственной жизни людей, искусства, экономики, права. Самое важное. Чтобы цель была своевременна, отвечала реальным потребностям обучающихся и была ими принята.

2. *Построение содержания и выбор форм мероприятия.* Каждое мероприятие связано с определенной областью культуры, задача педагога в том, чтобы подобрать необходимое содержание, ориентирующее на основную цель мероприятия. Содержание мероприятия органично связано с формой его реализации. Педагогу следует определить насколько массовым будет мероприятие, какая форма общения будет ведущей (монолог, дискуссия).

3. *Подготовка мероприятия* требует соблюдения таких важных моментов: определение времени проведения мероприятия, определения места его проведения. Кроме этого, важно само *оформление мероприятия*. Каждое из них требует создания определенного эмоционального настроения его участников. С этой целью могут быть использованы музыкальное

сопровождение, демонстрация видеоматериалов, слайдов, оформление помещения плакатами и др. А также *организация участников мероприятия*. Значительная часть подготовки мероприятия возлагается на педагога, поскольку последний реализует технологию педагогического воздействия. Он, как правило, выступает в роли ведущего, и его слово выражает главные идеи мероприятия. Следовательно, педагог должен тщательно отобрать содержание, найти нужный уровень эмоциональной интонации, быть искренним и убежденным. Однако в подготовке мероприятия должны участвовать и сами обучаемые. Поручения могут быть адресованы как отдельным студентам, так и микрогруппам.

4. *Проведение мероприятия*. Если алгоритм подготовки мероприятия выдержан, оно ожидаемо группой и интересно для нее.

5. *Анализ итогов мероприятия*. Это не маловажный компонент технологии организации воспитательного мероприятия. В центре обсуждения должно быть не просто «понравилось – не понравилось», а вопросы следующего плана: что нового узнал, в чем изменил свое представление о проблеме, что привлекло в подготовке к мероприятию, что стоило сделать иначе и почему, ваши предложения в план мероприятий на будущее.

Формы *коллективной творческой деятельности* от других форм отличаются, прежде всего, характером постановки воспитательных задач и освоения опыта воспитанниками. В воспитательном мероприятии задачи открыто ставятся перед обучающимися, идет передача готового опыта. В процессе коллективной творческой деятельности педагог тоже ставит задачи, но делает это незаметно, не открыто.

Основу, сущность методики составляет тесное сотрудничество, совместная деятельность всех членов коллектива. К формам коллективной творческой деятельности относятся коллективные творческие дела, сюжетно-ролевые игры, коллективное планирование, коллективный анализ и др. Наиболее распространенными являются коллективные творческие дела. Напомним основные стадии его подготовки и проведения:

- предварительная работа педагога;
- коллективное планирование;
- коллективная подготовка дела;
- проведение КТД, подведение итогов подготовки – коллективное подведение итогов КТД;
- ближайшие последствия.

Например, рассмотрим алгоритм подготовки «устного журнала» (как одной из форм КТД) представив при этом таксономию задач воспитания.

Этапы деятельности	Типы задач воспитания	Конкретные задачи воспитания
I. Подготовительный этап	1. «Информационные» задачи	<ol style="list-style-type: none"> 1. Определить критерии отбора информации. 2. Подобрать информационное содержание для каждой страницы устного журнала. 3. Выделить в информации системы ценностей. 4. Разработать структурнологические схемы подачи информации для каждой страницы. 5. Разработать текст информации для каждой страницы в соответствии со структурно-логической схемой.
	2. Организационные задачи.	<ol style="list-style-type: none"> 1. Создать редакцию устного журнала. 2. Провести обучающие консультации членов редколлегии устного журнала. 3. Провести контрольные консультации членов устного журнала.
II. Проведение устного журнала	Процессуальные задачи	<ol style="list-style-type: none"> 1. Организация условий для активного восприятия информации устного журнала. 2. Организация усвоения системы ценностей, заложенных в информации. 3. Организация внешних стимулов для подчиненного реагирования обучающихся. 4. Проверка уровня усвоения ценностей. 5. Распространение комплекса ценностных ориентаций на деятельность обучающихся.
III. Подведение итогов деятельности	Контрольно-оценочные задачи	<ol style="list-style-type: none"> 1. Организации установки на самоанализ. 2. Организация обмена мнениями о деятельности и ее результатах. 3. Выдвижение ближайших перспектив.

Игра. Наиболее сложно (в силу универсальности типа) определить игру как теоретически, так и практически в целях воспитания. Никто формально не выступает против игры, напротив признают ее значение, но фактически игра не всегда находит широкое применение в учебно-воспитательном процессе. Говоря об основных признаках игр, следует отметить, что

они не несут в себе, как правило, выраженной общественно полезной направленности (в отличие от игровых дел), однако могут и должны быть полезны для развития и воспитания их участников, и направлены именно на это. В играх в отличие от мероприятий имеет место косвенное, опосредованное педагогическое воздействие, незаметное за игровыми правилами и ролью. В них заложены значительные воспитательные возможности. К формам-играм можно отнести: деловые, сюжетно-ролевые, спортивные, интеллектуальные и др. Наиболее значимыми принципами, при которых игра как форма воспитательной работы может выступать способом косвенного воздействия, являются:

- принцип избирательности – игры в каждом конкретном случае подбираются индивидуально,
- принцип адекватности игры системе социальных отношений в обществе,
- принцип рефлексивного последствия,
- ориентация на гуманистический характер игры.

Ниже представлены игры в авторской редакции В.В. Петрусинского, которые могут быть использованы кураторами во время проведения кураторских часов. Игры представлены в виде сценариев, написанных в форме готовых речевых инструкций. Эти инструкции, либо произносимые преподавателем, либо воспроизводимые магнитофоном, позволяют создать необходимые условия проведения занятий в игровых формах и не требуют специальной подготовки преподавателя, освоившего сам принцип обучения.

Все сценарии построены по единым принципам. Они включают в себя предварительную инструкцию, выполненную в форме дикторского текста. Учитывая специфику восприятия текста с фонограммы, инструкция, как правило, повторяется дважды – сначала в подробном виде, а затем после слов «Итак...» в виде «свертки» – короткого резюме. Затем дается сигнал «Гонг». По сигналу гонга обучаемые начинают выполнять игровые действия.

После каждого сигнала «Гонг», когда вступает в силу фрагмент инструкции и начинается время для ее выполнения, направлять действия участников игры может только преподаватель. Участники игры экспромтом не всегда могут предусмотреть самый оптимальный шаг, преподаватель же предварительно знакомится со сценарием и благодаря своему жизненному и педагогическому опыту сможет заранее наметить возможные варианты для оптимального развития событий в игре, поэтому его основной задачей является практическая реализация данного сценария в своем видении.

Игра «Приветствие»

Как поприветствовать знакомого и незнакомого человека? Как поприветствовать старшего и младшего, мужчину и женщину? Нужно ли всегда подавать руку, нужно ли здороваться первым? А может быть нужно поцеловать женщине руку? И вообще, нужно ли целоваться при приветствии? А как быть, если мы идем по улице и встречаем кого-то из знакомых? Что делать со шляпой, с шапкой? Вот, оказывается, как много вопросов возникает в таком, казалось бы привычном повседневном поступке – приветствии. Сейчас мы предлагаем вам разбиться на две группы. Пусть в каждой группе будет примерно одинаковое количество джентльменов и дам. Каждая группа получит задание, связанное со знанием правил приветствия. Итак, все участники делятся на две подгруппы. Пожалуйста. (Гонг). Первая группа получает задание – рассказать все, что она знает о правилах приветствия. Приветствие старших и младших, мужчин и женщин, начальников и подчиненных. Пожатие руки, поцелуи, приветственные слова. Обо всем этом нужно рассказать поподробнее, и – самое главное – показать, разыграть сценки правильного и неправильного «приветствия». Вторая группа подготовит правила приветствия знакомых, встретившихся вам на улице. Приветствие малознакомого и хорошо вам знакомого человека. На близком и на удаленном расстоянии. Мужчины и женщины, молодые люди и дамы. Когда вы идете по улице парой, группой. Не забудьте упомянуть, что делать в это время с головным убором и перчатками. Итак, первая группа представит нам общие правила приветствия, вторая – подготовит показ приветствия на улице. Ведущий предоставит время для подготовки. Когда обе группы будут готовы, они по очереди покажут свои работы. Пожалуйста, начинаем подготовку. (Гонг). Подготовка закончена. Команды начинают демонстрацию своих работ. Одна команда показывает все, что она подготовила, другая – готовится делать свои замечания. Во время подведения итогов все замечания будут высказаны. Итак, начинаем выступления команд. (Гонг). Поблагодарим команды за их выступления. А сейчас – обсуждение, замечания и дополнения. Все помогают ведущему определить лучшую команду и лучших участников выступлений. Итак, обсуждение. (Гонг). Вот и состоялся наш разговор о приветствиях. Надеемся, что он был для вас интересен и, может быть, вы даже узнали для себя что-то новое. Благодарим вас. (Гонг).

Игра «Знакомство»

Как осуществить знакомство? Как представиться друг другу? Где и когда представляться не нужно? Как представляются молодые и старые, мужчины и женщины, подчиненные и начальники? Какие фразы пригото-

вить для этой важной церемонии? Попробуем разобраться в этих вопросах. Сейчас по очереди вам предоставляется возможность рассказать друг другу о правилах знакомства, представления людей друг другу. Рассказ мы будем вести по кругу, каждый по очереди будет дополнять предыдущие выступления, добавляя что-то свое. Итак, мы рассказываем друг другу о том, как нужно знакомиться по всем правилам. Выступят все. Выступления можно дополнять. Пожалуйста. (Гонг). Надеемся, что после состоявшегося разговора всем стало ясно, когда и каким образом следует осуществлять непростую процедуру знакомства. А сейчас все участники разобьются на небольшие группы по два, три, четыре человека и эти группы, не теряя времени, покажут нам уже на практике – как нужно знакомиться. Итак, быстро разбиваемся на группы, готовим и показываем по очереди сценки знакомства. Пожалуйста. (Гонг). А сейчас давайте все вместе посмотрим сценки знакомств. Предположим, вы хотите познакомиться двух или несколько людей. Какие существуют правила приветствия, представления и знакомства? Попробуем отрепетировать эти ситуации... Для этого сначала нужно войти в воображаемый образ – роль. Допустим, теперь вы стали Сергеем Ивановичем Петуховым, учителем музыки средних лет или мальчиком Васей шести лет, или молоденькой студенткой института Ирой. Выберите себе милый для вас или чем-то интересный образ и вживитесь в него, прочувствуйте его характер. Чтобы всем понять вашу роль, представьтесь и дайте характеристики ваших персонажей. Слушаем желающих. Пожалуйста. (Гонг). Так, хорошо. А теперь предлагаем всем участникам ознакомиться с правилами этикета, описывающими процедуру приветствия и знакомства (они даны в приложении). Ведущий, просим вас их сообщить. (Гонг). Спасибо. Теперь один из участников будет знакомить всех остальных между собой. Для этого ему самому надо сначала со всеми познакомиться и продумать церемонию их представления друг другу, учитывая пол, возраст, положение в обществе. Кроме того, он должен продумать, в какой атмосфере будет происходить знакомство, в какой ситуации (может быть это будет праздник или же это будут случайные попутчики в вагоне поезда, может быть это будут новые сотрудники). Итак, ведущий группы придумывает подробности сцены знакомства, а судьи из жюри готовятся оценивать работу участников. Пожалуйста, пять минут на подготовку. (Гонг). Спасибо. Теперь приступим к самой процедуре представления. Постарайтесь быть артистичными и не забывать об условности происходящего. Пусть будет немного смешно. Пожалуйста. (Гонг). Спасибо. Очень хорошо. Обсудим наши успехи. Пусть судьи сделают сообщение и поделятся впечатлениями от только что просмотренных сцен – как со-

блюдался этикет, было ли знакомство непринужденным, вежливым и т.д. Пусть другие участники группы тоже выскажут свое мнение. Просим вас. (Гонг). Благодарим, на этом игра закончена. (Гонг). **Приложение:** правила хорошего тона при представлении.

1. Младшего представляют старшему, мужчин – женщине, сотрудника – руководителю.
2. Знакомя ровесников, первым представляют более близкого себе человека. Но всех знакомых представляют родителям, а не наоборот.
3. Отдельного человека представляют группе.
4. На многочисленных приемах гости знакомятся между собой сами.
5. Не нужно представлять своего спутника при непредвиденной встрече.
6. Не обязательно представляться своим спутникам в пути, соседям за общим столом, на собрании. Можно ограничиться общим приветствием.
7. Как правило, первым руку подает при знакомстве тот, кому представили другого, т.е. женщина подает руку мужчине, старший – младшему, руководитель – подчиненному.
8. Хозяйка всегда встает навстречу гостям.
9. Принято здороваться со всеми, с кем вы часто встречаетесь.
10. Первым принято здороваться младшему.
11. Не принято подавать руку через стол или через порог.
12. Не принять протянутой руки – большое оскорбление.

Игра «Дипломатия»

Давайте поупражняемся в искусстве дипломатии. Предположим, между вами завязался интересный разговор, но одному из беседующих нужно прервать беседу, так как, допустим, он опаздывает на свидание, а другому хочется продолжить интересное общение. Как быть? Попробуем разыграть эту ситуацию по ролям. Разделитесь, пожалуйста, по тройкам. Просим вас. (Гонг). Один в тройке – судья или супервизор – то есть беспристрастный наблюдатель. Двое других – собеседники, один из которых хочет деликатно выйти из разговора, а другой назойливо и несколько нахально хочет продолжить его и узнать для себя что-то важное. Супервизор будет оценивать искусство дипломатии первого, снижая оценку за нарушение рамок вежливости в разговоре. Итак, по первому удару гонга собеседники начинают беседу, интересную для обоих, но после второго гонга начинается поединок, который будет оцениваться третьим участником – супервизором. Итак, пожалуйста, начали разговор. (Гонг). А теперь перешли к словесному поединку. (Гонг). Хорошо. Обменяемся впечатлениями

и подведем итоги первого раунда. (Гонг). Хорошо. Пора поменяться ролями. Пусть каждый в тройке использует на себе все три роли. (Гонг) Спасибо. А теперь обсудим итоги. Пожалуйста (Гонг). Спасибо, игра закончена. (Гонг).

Игра «Симпатии»

Любой коллектив, даже очень дружный, всегда не очень однородный. Существуют группки по интересам, привязанностям, взглядам. Как правило, в коллективах есть свой лидер, оппозиция, заводилы, независимые и очень зависимые, не говоря уже о симпатиях мужской и женской частей коллектива. Предлагаем провести такой анонимный эксперимент. Каждый ручкой на бумаге обозначит места всех присутствующих и подпишет их. Просим вас. (Гонг). Теперь возьмите в руки карандаш и проведите линии, отражающие тяготение членов коллектива. Пусть к каждому подойдет не одна линия. Пожалуйста. (Гонг). Теперь к ведущему просьба собрать листочки и при беглом просмотре определить основных действующих лиц коллектива, возможно, это лидеры. Пожалуйста. (Гонг). Наиболее популярным лицам будет и большая нагрузка – предлагаем подготовить выступления типа художественной самодеятельности. А пока, не теряя времени, сообщите первые результаты и раздайте в случайном порядке листочки всем присутствующим. Каждый сможет дополнить проявляемую картину и передать листочек по кругу. По тому, насколько жирными будут к концу игры карандашные ручки, мы сможем дать оценку каждому присутствующему. Итак, листочки в круг! (Гонг) Сейчас, пока ведущий собирает и обрабатывает окончательные результаты, посмотрим подготовленные номера художественной самодеятельности. Пожалуйста. (Гонг). В заключение ведущий может обнародовать результаты эксперимента и раздать на память листочки. А выводы каждый сделает для себя сам. Пожалуйста. (Гонг).

Игра «В кафе»

(Реквизит: столики, стулья)

Мы собрались посетить кафе. Например, молодой человек идет в кафе с дамой. Как вести себя при входе в кафе, в гардеробе, при входе в зал? Как выбрать стол и усадить за него даму? Как получить меню и сделать заказ? Как приветствовать знакомых, проходящих мимо вашего столика? Для того чтобы вспомнить правила посещения кафе и ресторана, мы устроим сейчас обсуждение. Постараемся вспомнить побольше таких правил, при этом в обсуждении должны участвовать все присутствующие.

Ведущий проследит, чтобы участвовали все. Итак, мы называем сейчас правила поведения в кафе и ресторане. Начали. (Гонг). А сейчас под руководством ведущего мы попробуем разыграть все этапы этого приятного процесса – посещения кафе. С помощью ведущего распределим роли и на практике покажем знания тех правил, о которых мы только что говорили. Пожалуйста. (Гонг). Спасибо. Подведем итоги и на этом закончим наше посещение кафе. (Гонг).

Игра «В поезде»

(Реквизит: стулья)

Что взять с собой в поездку на поезде? Как вести себя с соседями по купе? Нужно ли представляться попутчикам? Как регламентируется в купе трапеза и сон? Как одеться в дорогу? Обсудим эти правила поведения в вагоне поезда. Итак, открываем дискуссию о том, как вести себя в поезде, в купе. Все высказываются, имея в виду, что после этого устного обсуждения последует практическая работа над этими ситуациями. Пожалуйста. (Гонг). Итак, практическая работа над правилами поведения в вагоне. Из стульев мы соорудим сейчас макет купейного отделения и в этом небольшом пространстве разыграем сценки вагонной жизни. Ведущий назначит группы и раздаст задания, нужно попробовать их выполнить, руководствуясь теми знаниями, которые мы только что получили. Пожалуйста. (Гонг). Спасибо. Можно подвести итоги нашей поездки, определить лучших попутчиков. На этом наше знакомство с правилами этикета в поезде заканчивается. (Гонг).

Игра «Разговор по телефону»

Алло, алло! Умеете ли вы пользоваться телефоном? Нет, не телефонным аппаратом, конечно, а правилами общения по телефону. Кому, когда и по какому поводу можно позвонить? Удобно ли звонить по личным делам на работу? Звонить домой ранним утром, по выходным, ночью или в обед, когда собирается вся семья абонента? В каких случаях можно пользоваться телефоном соседей? Нужно ли здороваться и представляться при каждом звонке? В каких случаях звонить не принято? Попросим ведущего организовать круглый стол, на котором можно будет обсудить все эти волнующие вопросы. Итак, сейчас мы обсуждаем правила ведения разговоров по телефону. Должны высказаться все участники, затем будут подведены итоги. Ведущий начинает игру. (Гонг). Итак, вопросы телефонного этикета прояснились. Сейчас по усмотрению ведущего можно произвести контрольные звонки и потренироваться в проявлениях телефонной вежливости.

Телефонный разговор – это особый род общения, где есть свои правила, своя культура, которая правда очень многим людям не знакома. Например, очень часто бывают такие разговоры: «Алле, кого надо?» – «Марию Ивановну» – «Таких нет!» – бросают трубку. Бывают разговоры еще похуже. Давайте с вами отрепетируем сейчас несколько телефонных звонков. Для этого предлагаем вам разделиться на тройки. Пожалуйста. (Гонг). Хорошо. Вам нужно будет отрепетировать звонки:

1. Другу. При этом к телефону сначала подходит кто-то из его домашних (Гонг).
2. В справочное бюро. Узнать о прибытии поезда и стоимости билетов. (Гонг).
3. Родственнику – поздравить его с праздником.

Итак, один – звонящий, другой – отвечающий, третий – супервизор, судья. Договоритесь, кто будет исполнять какую роль в первом туре (Гонг). Задача звонящего и отвечающего – разыграть небольшой этюд на заданные три темы для всех. Задача супервизора – отметить на бумаге ошибки и оплошности, сделанные партнерами, а также их успехи и достоинства. Пожалуйста. (Гонг). Спасибо. Поменяйтесь ролями. (Гонг). Хорошо. А сейчас мы приведем ряд общепринятых правил разговоров по телефону. Сравните их с тем, что всеми обсуждалось. Много ли общего? Просим вас. (Гонг). Обсудим наши успехи. Может быть кто-нибудь хочет усовершенствовать имеющиеся правила? Выступайте, пожалуйста, со своими предложениями. Просим вас. (Гонг). Хорошо. Спасибо. На этом игра закончена (Гонг).

Приложение – правила телефонного этикета:

1. Если звонок знакомым, то необходимо после приветствия представиться.
2. После приветствия необходимо поинтересоваться, есть ли время для разговора.
3. Первым заканчивает разговор тот, кто звонил.
4. Не затягивайте беседу, если собеседник спешит.
5. При разговоре не отвлекайтесь на посторонние темы.
6. Не звоните до 9 утра и после 22 вечера.

Игра «День рождения»

День рождения всегда большой праздник. Как выбирать подарки? Что кому дарить? Как принимать подарки и благодарить за них? Ответы на эти вопросы требуют знания этикета и такта, врожденного или приобретенного. Предлагаем вам поупражняться на эту тему в сегодняшней

игре. Сначала приглашаем трех желающих быть именинниками. Пожалуйста. (Гонг). Представьтесь всем и расскажите немного о себе (как вас зовут, сколько вам лет, где вы учитесь или работаете, какие у вас увлечения и т.п.?) (Гонг). Хорошо. Теперь выберем небольшую группу жюри, которая удалится на время изучать правила этикета. (Правила в приложении). (Гонг). А остальным участникам предлагается придумать подарки для трех именинников, которые, по вашему мнению, больше всего им подходят. Эти подарки можно нарисовать на бумаге или сложить из нее. Можно изобразить еще каким-либо условным образом. Кроме того, каждому участнику предлагается сочинить поздравительное стихотворение или дружественную эпиграмму одному из именинников, а также продумать весь план приветствия и вручения подарков. От именинников потребуется выразить благодарность и остроумно ответить на поздравление. Обе стороны не должны нарушать этикет. Итак, готовьтесь (Гонг). Жюри будет выбирать три самых удачных поздравления и подарка, а также отметит самого остроумного и воспитанного именинника. Чемпионы получают награду. Итак, если вам все понятно, то приступим к игре. Просим вас. (Гонг). А теперь подведем итоги. Слово предоставляется жюри. Пожалуйста (Гонг). Благодарим всех участников. На этом игра закончена. Спасибо. (Гонг).

Приложение – правила этикета, касающиеся подарков:

1. Не стоит дарить друзьям или знакомым дорогих подарков.
2. Не стоит дарить уже ранее подаренные вещи.
3. Мужчинам на работе или своему руководителю (педагогу) можно подарить цветы.
4. Всегда приятно получать подарки, сделанные руками ваших друзей.
5. Женщинам лучше не дарить принадлежностей косметики (если определенно не известно, что из косметики употребляет дама).
6. Не следует дарить животных, даже самых симпатичных, не обговорив с именинником эту идею заранее.
7. Не всегда, кстати, преподнести картину или репродукцию, особенно, если точно не известно отношение человека к такого рода вещам.
8. Дарственные надписи на книгах лучше делать на левой – пустой странице, сохраняя титульный лист чистым.
9. Лицо, принимающее подарок, должно тут же, в присутствии подарившего развернуть подарок и поблагодарить, цветы поставить в воду.
10. Полученный подарок не стоит критиковать или как-либо обнаруживать недовольство.

В целом следует сказать, что формы не по названию, не по внешним признакам становятся воспитывающими. Решающее значение имеет их

педагогическая «начинка»: цель, задачи, содержание, организация, условия, методика и др. В противном случае они оказываются формальными.

Литература

1. Игры. Обучение, тренинг, досуг / под ред. В.В. Петрусинского. – Книга 5: Педагогические игры. – М., 1995. – 147 с.
2. Концепция непрерывного воспитания детей и учащейся молодежи в Республике Беларусь. – Минск, 2006.
3. Рожков, М.И., Байбородова, Л.В. Организация воспитательного процесса в школе: учеб. пособие для студ. высш. учеб. заведений. – М.: Гуманит. Изд. Центр ВЛАДОС, 2000. – 256 с.
4. Столяренко, А.М. Психология и педагогика: учеб. Пособие для студентов вузов / А.М. Столяренко. – 2-е изд., перераб. и доп. – М.: ЮНИТИ-ДАНА, 2008. – 527 с.
5. Титова, Е.В. Если знать как действовать. – М.: Просвещение, 1993. – 283 с.

Евменчик А.А.,

*преподаватель кафедры теории
и методики физического воспитания*

ЖИВИ МОЯ СТРАНА!

(семинар-практикум)

Цель: воспитание любви к своей Родине и формирование морально-психологической готовности к выполнению конституционного долга по защите своего Отечества.

Задачи:

Формирование чувства гордости за свое Отечество, ценности и традиций культуры и исторического прошлого, уверенность в перспективах развития Республики Беларусь и творческих созидательных возможностях ее народа.

Воспитание у студенческой молодежи потребности в освоении и преумножении духовных ценностей, в активном участии в созидательной деятельности и социально-культурной жизни общества.

Интеллектуальное, культурное и нравственное развитие студентов.

План проведения кураторского часа:

1. Вступительное слово преподавателя.
2. Презентация «Могилев – город героический!».
3. Дискуссия на тему «Кто они герои Отечества?».

4. Акция «Память твоей семьи».

5. Подведение итогов кураторского часа.

Оборудование: плакаты, презентация, мультимедийная установка.

Оформление высказываний на доске:

«Если мы хотим видеть Беларусь сильной, процветающей державой, то должны, прежде всего, думать об идеологическом фундаменте белорусского общества»

А.Г. Лукашенко

«К патриотизму нельзя только призывать, его нужно заботливо воспитывать – воспитывать любовь к родным местам, воспитывать духовную оседлость»

Д.С. Лихачев

Ход кураторского часа

Куратор: Любое государство сильно законами, общими правилами, целями, стратегией развития, определенной идеологией. Без идеологии государственное развитие представляет собой спонтанный, а иногда и хаотичный процесс. Сегодня в условиях развития именно белорусской государственности необходимо описать систему идей, взглядов, представлений, установок о целях развития белорусского общества и конкретного человека; предложить пути и средства достижения этих целей; определить содержание идеалов, ценностей, интересов и потребностей, мотивов, побуждающих человека действовать в интересах государства.

В нашей стране приоритетным направлением деятельности государства является патриотическое воспитание. Подтверждением является тот факт, что Президентом Республики Беларусь подписан и реализуется ряд документов в этом направлении.

Молодежь во все времена несла и несет особую, не присущую другим социальным группам, ответственность за сохранение и развитие общества, за преемственность его культуры и истории, за уровень жизни старших поколений и воспроизводство последующих, за будущее своей страны. От нашей молодежи зависит и дальнейшее продолжение лучших традиций, сложившихся в белорусском обществе, настоящее и будущее Отечества. «Молодежь в ответе за судьбу Отечества» – в этих словах содержится формула патриотизма в Республике Беларусь.

Вуз – эпицентр молодых людей, от которых зависит будущее. Одной из главных задач нашего университета является патриотическое воспитание, т.е. воспитание человека-патриота, гражданина. Понятия «патриотизм», «гражданственность», «гражданское воспитание», «патриотическое воспитание»

приобретают сегодня принципиально новый смысл. Воспитать гражданина сегодня – значит подготовить человека к решению текущих и перспективных задач нашего государства, выполнению функций ответственного хозяина и труженика, организатора, защитника Родины и своей семьи, который готов к участию в сознательной и активной деятельности на благо Родины.

В настоящее время в условиях суверенитета Республики Беларусь патриотизм приобретает особую значимость. Только в объединении патриотических сил, в единстве патриотических устремлений и действий возможны возрождения и обогащения лучших традиций белорусского народа, решение задач построения гражданского общества, демократического реформирования государства, развитие связей с народами других стран.

Патриот не на словах, а на деле – это пример во всем: в труде, общественной работе, личной жизни. Огромная ответственность лежит на молодежи. И справятся со сложными задачами, стоящими перед молодежью, можно только в том случае, если служить примером беззаветного отношения к своему не легкому, но такому нужному труду.

Зарождается патриот с формирования родственных чувств к своей семье: маме, папе, бабушке, дедушке, братику, сестричке, ближним, дальним родственникам. Особое, внимательное отношение – к матери, которая родила и вскормила ребенка. Родина и мать всегда стоят рядом: мать как начало патриотизма, Родина как его финал.

Вторая ступенька формирования патриотизма идет через воспитание любви к «малой» родине – деревне, городу, трудовому (студенческому) коллективу, местным традициям и истории социума. Без чувства «малой» родины нет и большого патриотизма.

Третья – Отечество, общество, страна, их история, культура, традиции, народ.

Современное белорусское общество в настоящее время все больше приходит к пониманию того, что прививая подрастающему поколению уважение к людям, живущим рядом, интерес к истории и традициям своего народа, любовь к родному краю – мы укрепляем основы государственности.

Мир не должен забывать ужасы войны, разлуку, страдания и смерть миллионов. Это было бы преступлением перед павшими, преступлением перед будущим. Помнить о войне, о героизме и мужестве прошедших ее дорогами, бороться за мир – обязанность всех живущих на Земле. Поэтому одной из важнейших тем является тема подвига нашего народа в Великой Отечественной войне. Эта тема сложна, многообразна, неисчерпаема.

Раскрывая ее, мы постараемся понять значимость борьбы и победы, истоки героизма людей нашей родной Могилевщины, их нравственную силу, идейную убежденность, преданность Родине.

Презентация на тему: «Могилев – город героический!»

Текст для презентации

На начало войны в городе насчитывалось более 46 крупных промышленных предприятий с 13 тысячами человек работающих на них. Наиболее крупными из них были авторемзавод имени Кирова, фабрика искусственного волокна имени Куйбышева, швейная фабрика имени Володарского, мебельная фабрика имени Халтурина и др. В Могилеве проживало более 120 тысяч человек, имелся педагогический институт, а также четыре техникума, техническое училище, девять средних и шесть начальных школ, шесть школ ФЗО, колхозная школа, совпартшкола. В школах обучалось 15 тысяч учащихся. Работали драматический театр, два кинотеатра, 13 библиотек.

С первых дней войны в городе была проведена большая работа по мобилизации сил и средств на борьбу с врагом. 25 июня состоялось городское собрание партийного актива. На предприятиях, в учреждениях, учебных заведениях прошли собрания и митинги. Повестка дня на них была одна – «Отечество в опасности! Все на борьбу с врагом! Защитим родной Могилев!». Только за один день было подано около 2000 заявлений с просьбой об отправке на фронт, а всего Могилевский горвоенкомат призвал в ряды армии 25000 человек.

Лозунг «Отечество в опасности! Защитим родной Могилев!» стал критерием поведения защитников города. Пехотинцы и артиллеристы, рабочие и колхозники, студенты и домохозяйки вышли на окраины города, к берегу Днепра, для строительства оборонительного пояса вокруг Могилева. В первый день на эти работы вышло около 10000 человек. Затем их число увеличилось до 35000 человек.

В очень короткий срок, за 7 дней, вокруг Могилева была создана линия укреплений протяженностью 25 километров, вырыты противотанковый ров, окопы, траншеи. Оборонительные сооружения создавались и в городе – на улицах, перекрестках, площадях. Въезды в город баррикадировались, в нижних этажах домов устраивались артиллерийские позиции, на вторых и третьих – бойницы, на крышах – пулеметные площадки. Дороги, идущие на Могилев из Минска и Бобруйска, были прикрыты системой противотанковой обороны. На вероятных направлениях танковых атак создавались минные поля и определялись зоны заградительного огня. Органы власти принимали срочные меры к эвакуации в глубь страны населения,

промышленного оборудования и другого имущества. В эти дни из города было вывезено 935 вагонов с материальными ценностями. В тыл эвакуировались воспитанники детских домов, тысячи квалифицированных рабочих, десятки тысяч мирных жителей.

Тысячи жителей Могилева под руководством начальника инженерной службы полковника Н.А. Захарьева вели оборонительные работы. Прибывающие воинские части с ходу занимали боевые позиции. Зенитный артиллерийский дивизион взял под воздушную защиту войска, железнодорожную станцию, важнейшие промышленные объекты. Отряды милиции и самообороны начали борьбу против немецких лазутчиков и десантников.

По инициативе начальника инженерной службы полковника Захарьева были устроены две ложные площадки для посадки самолетов. Впоследствии дезориентированные немецкие летчики неоднократно наносили по ним бомбовые удары.

5 июля 61-й стрелковый корпус, под командованием генерал-майора Ф.А. Бакунина, имел в своем составе 172, 110, 53 и 137-ю (10.07.41 г. переброшена в Быховский район) стрелковые дивизии, а также полк корпусной артиллерии, зенитный полк, два отдельных противотанковых дивизиона. Полоса действий корпуса растянулась почти на 100 км.

10 июля фашисты вплотную приблизились к основной линии обороны города со стороны Бобруйского шоссе у Буйнич. Здесь занимали оборону воины 388-го стрелкового и 340-го легкоартиллерийского полков, отряд народного ополчения и другие подразделения.

Организацией обороны здесь руководил командир 388-го стр. полка полковник Кутепов С.Ф. Под его руководством здесь, на рубеже р. Днепр – Бобруйское шоссе – железная дорога на Гомель – Тишовка, была создана глубоко эшелонированная оборона. В течение 12 дней личный состав полка подготовил две линии окопов полного профиля, соединенных траншеями. Перед передним краем создали сплошные противотанковые минные поля и проволочные заграждения в два ряда. К 9 июля весь полк зарылся в землю. 13 июля бои пошли на убыль. Пытавшаяся наступать немецкая пехота была отбита, немногим из них удалось уйти.

Большие потери понесли и воины Кутепова С.Ф. и Мазалова И.С. на Буйничском поле. 388-й стр. полк удерживал позиции на Буйничском поле до 22 июля, после чего, выполняя приказ командира дивизии, отвел уцелевшие подразделения на окраину города к фабрике искусственного волокна. 24 июля полк выдержал последний ожесточенный бой с пехотой противника. В этом ближнем бою штыками и гранатами наши бойцы дрались до конца, ценой своих жизней им все-таки удалось остановить

немцев. Однако силы постепенно иссякли, и к 25 июля, израненных и ослабевших, их оставалось не более батальона.

70 лет назад, в июне-июле 1941 года судьба фронтового корреспондента дважды привела Константина Симонова в Могилев: во время подготовки города к обороне и в разгар героического сражения у его стен. Он побывал и на Буйничском поле, где накануне, пожалуй, впервые в начальный период Великой Отечественной войны бронированный клин вермахта был обломан и отброшен. По результатам этой командировки его статья «Горячий день» была опубликована 20 июля 1941 г. в газете «Известия».

Именно на Буйничском поле Константин Симонов увидел проблески нашей Победы и смог написать так, что в нее поверили и другие. «Я ничего не мог написать, пока не коснулся «точки опоры» – встретил часть, которая не отступила, а дралась... Я увидел, что есть люди, которые останвят врага. О полке Кутепова и была моя первая, чего-то стоившая, корреспонденция в газете», – вспоминал К. Симонов. Он завещал развеять свой прах на Буйничском поле. 28 августа 1979 г. его не стало, и завещание писателя было выполнено. Он сделал все, что мог: Константин Симонов навсегда остался с павшими воинами, защитниками нашего города.

Защитники Могилева продемонстрировали великую силу духа, негибаемую стойкость и мужество, совершили беспрецедентный подвиг во имя Отечества. Память о многих участниках обороны города увековечена в названиях улиц, скверов, площадей Могилева, на мемориальных досках и памятниках. Сегодня они прочно вошли в историю, стали драгоценной реликвией Победы, гордостью и славой Могилева.

23 дня защищался Могилев в 1941 году и 23 часа потребовалось войскам Красной Армии для его освобождения в 1944 году.

Советские воины проявили необычайное мужество при обороне города Могилева. Беспрецедентная стойкость наших регулярных войск и ополченцев, отрядов милиции, добровольцев, всех трудящихся Могилева убедительно показали, что немецкие полчища можно остановить и уничтожить не только на узком, отдельном, выгодном для обороны рубеже, но и на довольно широком фронте, протяженностью и глубиной в десятки километров.

Память о многих участниках освобождения города увековечена в названиях улиц, скверов, площадей Могилева, на мемориальных досках и памятниках. Сегодня они прочно вошли в историю, стали драгоценной реликвией Победы, гордостью и славой Могилева. Давайте вспомним имена и подвиги Лени Ларченко, Ивана Лысинкова, Гриши Родионова, Тани Карпинской, Михаила Фролова и других (студенты рассказывают о героях Могилевщины).

Дискуссия на тему «Кто они герои Отечества?» В ходе дискуссии студенты определяют роль и значимость героических поступков граждан патриотов своей страны для общества.

За несколько дней до кураторского часа студенты приняли участие в акции **«Память твоей семьи»** с целью сохранения памяти о Великой Отечественной войне, воспитания родственных чувств и отношений к родителям и близким людям. Каждый студент получил письмо, в которое необходимо было внести дополнения. На кураторском часу студенты демонстрировали семейную книгу памяти и рассказывали о родных и близких, сражавшихся на фронтах Великой Отечественной войны, в партизанских отрядах, ковали Победу трудом в тылу врага.

Дорогой друг!

Мы, преподаватели факультета физического воспитания, очень надемся на то, что вы обязательно займетесь поиском своих корней. Есть страницы истории вашей семьи, которые нужно написать сегодня, сейчас, пока еще не поздно, пока еще живы те, кто был свидетелем и участником величайшей из войн. Речь идет о Великой Отечественной войне 1941–1945 гг.

Часто на войну шли целыми семьями. Воевали отцы, воевали братья. Воевали жены и сестры. Воевали даже дети. Воевали на фронте и в тылу, потому что тыл был тоже фронтом. Он тоже ковал победу над жестоким врагом.

Вспомним об этом в своей семье. Раскройте старые альбомы, перелистайте их страницы. Всмотритесь в фотографии своих дедов и прадедов. Включите магнитофоны, видеокамеры и запишите голоса своих дедушек и бабушек, родных и близких – участников и свидетелей тех великих, героических и трагических событий. А тех, кого уже нет среди вас, тоже не забудьте вспомнить: отыщите их рукописи, их воспоминания, восстановите их рассказы в своей памяти и запишите их. Вспомните и помяните добрым словом всех ваших родных, не вернувшихся с той далекой войны. Вечная им память! Вспомните для того, чтобы остаться людьми, не потерявшими свою самую святую память, чтобы быть достойными этих людей. И пусть кто-то попросит прощения у своих родных, которых уже нет среди вас, за то, что не нашлось когда-то времени, чтобы лишний раз побыть, пообщаться со своим ушедшим из жизни отцом и дедом. А если они живы сегодня, поторопитесь лишний раз выслушать, помочь, поговорить, согреть, чтобы не жалеть потом...

Узнайте и напишите рассказы о военной службе своих родных. Пусть их читают ваши дети, ваши внуки, ваши правнуки...

Они сражались за Родину, или Рассказы о родных и близких нам людях, сражавшихся на фронтах Великой Отечественной войны, в партизанских отрядах и соединениях, в антифашистском подполье

Они ковали победу в тылу, или Рассказы о наших родных и близких, свято выполнявших девиз военных лет «Все – для фронта, все – для победы!»

Детство, опаленное войной, или Рассказы о наших родных и близких, детях переживших войну

Семейная книга памяти или Рассказы о родных и близких, сгоревших в пламени войны

Куратор: Традиционно каждый год Могилев отмечает день Победы – праздник-реквием, который порохом пропах, день скорби со слезами на глазах. 3 июля Республика Беларусь отмечает освобождение Белоруссии от немецко-фашистских захватчиков и мы с особой теплотой обращаем нашу благодарную память к светлым образам родных и близких, боевых друзей и товарищей, всех тех, кто на фронте и в тылу, партизанских формированиях и подполье приближали День Победы, как могли, но погибли в пламени тяжелейшей войны. Слишком, слишком дорогая цена этой победы. Наш долг совести помнить о жертвах ее всегда!

Не помня своих корней, не зная прошлого своей страны и города, невозможно построить надежный фундамент будущего. Сегодня эта аксиома особенно актуальна для молодого поколения. Ведь именно молодым предстоит совершенствовать состояние нынешней системы морали и нравственности, подлинного чувства любви Отечества. Ведь не хлебом единым сыт человек. Эти непростые высоконравственные

задачи освящены прекрасным государственным лозунгом «Никто не забыт, ничто не забыто!». Давайте почтим память героев Минутой молчания.

Объявляется минута молчания

Студент:

*Гэты боль ніхто не забудзе,
Ён назаўсёды ў сэрцах людзей
І ніколі, дасць Бог, не будзе,
Тых чорных крываваых падзей.
Бомбы страсалі наваколле,
Сэрца замірала ў грудзях.
Людзі беглі ў падполле-
Палова лягла на палях.
Колькі ж вайна забрала
Людзей, не павінных ні ў чым?
Беларусаў колькі пала
Са словам на вуснах адным?
Свет! Няўжо ты не бачыш,
Што робіць з Зямлёю вайна?
Людзі! Няўжо вы не ведаеце,
Што міру не трэба яна!?
Давайце ўсе разам паўстанем
І скінем з Зямлі гэты грэх,
Каб птушкі ў небе спявалі
І чуўся дзіцячы смех.*

Литература

1. *Андрющенко, Н.К.* На земле Белоруссии летом 1941 года / Н.К. Андрющенко. – Мн.: Наука и техника, 1985. – 235 с.
2. *Борисенко, Н.С.* Днепровский рубеж: трагическое лето 1941-го / Н.С. Борисенко. – Могилев: Могилевская облтипография им. Спиридона Соболя, 2005. – 368 с.
3. *Борисенко, Н.С.* Страницы освобождения Могилева: год 1944-й / Н.С. Борисенко. – Могилев: Могилевская областная укрупненная типография имени Спиридона Соболя, 2004. – 40 с. : ил.
4. *Лицкевич О.* Людские потери Беларуси в войне / О. Лицкевич // *Беларуская думка*, – 2009. – С. 92-97.
5. Сайт <http://peramoga.belta.by/ru/osvob.xronika.mogilev>
6. *Симонов, К.М.* Разные дни войны: Дневник писателя. – Т. 1. – 1941 год / К.М. Симонов. – М.: Мол. гвардия, 1977. – 781 с.

Набокова Л.В.,

*начальник отдела воспитательной
работы с молодежью*

ОТВЕТСТВЕННОСТЬ КАК ХАРАКТЕРИСТИКА ЛИЧНОСТИ

(семинар)

Цель: воспитание и развитие чувства ответственности у студенческой молодежи.

Задачи: дать представление об ответственности, видах ответственности, показать возможности воспитания и развития чувства ответственности.

Куратор: Ответственность является важнейшей характеристикой личности, ответственность – это то, что отличает социально незрелую личность от личности социально зрелой. В настоящее время в психологии распространена концепция (теория локуса контроля) о двух типах ответственности (1). Ответственность первого типа – это тот случай, когда личность возлагает на себя ответственность за происходящее с ней в жизни. «Я сам отвечаю за свои успехи и неудачи. От меня зависит моя жизнь и жизнь моей семьи. Я должен и могу это сделать», – вот жизненное кредо и постулаты такой личности. Ответственность второго типа связана с ситуацией, когда человек склонен считать ответственными за все происходящее с ним либо других людей, либо внешние обстоятельства, ситуацию. В качестве «других людей», на которых возлагается ответственность как за неудачи, так и за успехи, часто выступают родители, учителя, в будущем – коллеги, начальство, знакомые. Легко заметить, что на языке житейских понятий второй тип ответственности обозначается не иначе как безответственность (2).

Ответственность – это груз, и чтобы его нести, нужна сила, готовность и умение. Развитая ответственность в моральном и деловом плане для человека то же, что его сила и здоровье в плане физическом. Едва ли уважающая себя женщина захочет связать свою жизнь с безответственным мужчиной, да и для ведения дел, при прочих равных, мы предпочтем человека, на чьи слова мы можем положиться. Как правило, ответственный человек имеет более высокое самоуважение и лучшие жизненные перспективы. Однако неправильно понимаемая и неверно выстроенная ответственность может оказаться и неприятностью, большой жизненной проблемой.

Чувство ответственности – внутреннее ощущение обязанности отвечать и готовность отвечать за то или иное. Это чувство у конкретного

человека может быть в одной области и отсутствовать или быть не выраженным в другой. Человек может быть исключительно ответственным в своих обязательствах перед другими и мало ответственным в отношении собственного здоровья, своей судьбы и жизни.

Развитое чувство ответственности означает способность выполнять свои обязательства, не пренебрегая собственными потребностями, но и не перекладывая на себя ответственность других без достаточных на то оснований. Если брать на себя сбалансированную ответственность за собственные потребности, давая другим возможность взять ответственность за свои нужды, то тем самым можно способствовать не только собственному росту, но и развитию окружающих.

Формирование ответственного отношения к жизни наиболее актуальным становится с момента поступления ребенка в школу. Переход к школьному обучению означает коренную перестройку всего образа жизни ребенка. Перед первоклассником выдвигается целый ряд требований: он должен ходить в школу, заниматься тем, что предусмотрено школьной программой, выполнять требования учителя, неукоснительно следовать школьному режиму, подчиняться правилам поведения добиваться положительных результатов в учебе.

Для некоторых слово «ответственность» выступает синонимом для других качеств личности (хороший, умный). А в подростковом возрасте при упоминании слова ответственность, кто-то может подумать о чем-то, что очень напоминает вину или вспомнят что-то близкое юридическому «уголовная ответственность». Есть подростки, которые забывая об ответственности активно настаивают на личной свободе. При этом, как правило, мало осознают, что свобода и ответственность друг без друга не существуют. Свобода без ответственности – произвол.

К сожалению, далеко не каждый уже взрослый человек ясно осознает, что ответственность – это мощный инструмент изменения качества жизни и действенное средство формирования в своей жизни желаемых событий.

Большое количество людей путают ответственность с виной, ассоциируют с порицанием и наказанием. И поэтому ответственности избегают.

А теперь ответьте, пожалуйста, на вопросы:

1. Как Вы понимаете, что такое ответственность?
2. Какого студента Вы бы назвали ответственным?
3. Назовите самых ответственных людей, которых Вы знаете. Почему?
4. Назови самых безответственных людей, которых Вы знаете. Почему?

Ответы студентов. Подведение итогов ответов.

Куратор: Самое распространенное понимание ответственности – социальная ответственность.

Студент 1: Социальная ответственность – ответственность перед людьми и данными обещаниями (обязательствами).

«Ты это сделал или нет?» Это спрос с человека того, что он был должен или обещал сделать.

Ответ «Да, я это сделал» (если это честный ответ) – характеризует человека социально ответственного, а ответ «Нет, я это не сделал» – человека безответственного с социальной точки зрения.

Социальная ответственность – то же самое, что чувство долга. Долг может быть ситуативным («Я пообещал – значит, сделаю», «Взял слово – держи») или присущим социальной роли, статусу (долг матери, сына, гражданина, человека).

Социальная ответственность не предполагает, что человек может выбирать: он просто следует обязанностям, предписанным его роли. Конечно, он может выбирать саму роль, но выбрав ее, он далее обязан подчинить себя ее функционалу, иначе он прослышет безответственным человеком. Поэтому социальную ответственность можно также назвать ролевой ответственностью. В случае ролевой ответственности человек ограничивается одним выбором какой-либо роли в начале, а затем живет по плану (сценарию) этой роли. Практический эффект ролевой ответственности в том, что не надо постоянно погружаться в экзистенциальные размышления по поводу своих действий.

Ответственность предполагает обязательство давать другим что-либо или избавлять их от чего-либо. Например, если на работе человек берет ответственность за выполнение определенных задач, то это означает, что он будет использовать весь свой опыт, таланты и время, чтобы их решить и при этом не перекладывать их решение на плечи своих коллег.

«Я способен отвечать за самого себя» – означает, что человек себя контролирует и не собирается своими неконтролируемыми реакциями беспокоить других людей.

Разновидностью социальной ответственности является деловая ответственность – ответственность за порученное дело и достигнутые результаты.

Ощущение «я могу» и «я должен» выполнить свои обязательства, вместе с внутренней обязанностью ответить за последствия своих действий.

Для деятельного и позитивного человека это в первую очередь настрой на дело, понимание, что договоренности, обязанности и долг – все это должно быть сделано, выполнено.

Чувство ответственности – это надежность, готовность человека честно и старательно выполнять договоренности и свои обязанности (готовность нести то, что положено), плюс готовность платить за ошибки и неудачи. Готовность при разумной необходимости брать на себя трудности в определенные моменты жизни.

Куратор: А сейчас рассмотрим другие виды ответственности.

Студент 2: Ответственность как объективное обстоятельство имеет разные виды, такие, как социальная ответственность (о которой говорилось выше), гражданская ответственность, личная моральная (или финансовая) ответственность, ответственность взрослого или семейного человека, родительская ответственность... Ответственность может быть за самые разные обстоятельства жизни. Так же распространенные виды ответственности: ответственность за выбор цели или средств и ответственность за дело.

Ответственность за последствия предполагает, прежде чем взяться за дело, оценка своих возможностей: справлюсь ли? Не подведу ли? Если же дело оказалось не выполненным, для нас наступают негативные последствия – плата за нашу бездумность и безответственность. Ответственность за последствия включает в себя ответственность за поступки, за действие и бездействие, за слова и обещания.

Ответственность за действия. Ребенка предупредили, что если он бросит игрушку за окно, за нею никто не побежит и он останется без игрушки. Ребенок это понял, возможные последствия осознал, но игрушку за окно бросил. Это его ответственность – он остается без игрушки.

Ответственность за слова. Люди, которые отбывают наказание в местах лишения свободы, спрашивают предельно конкретно: «Ты ответишь? За свои слова отвечаешь?» За свои декларации готов (будешь?) платить по полной (деньгами, здоровьем, жизнью)? Тот, кто говорит, не отвечая за свои слова, говорит слова пустые, занимается пустословием.

Ответственность за результат. Существует старинное правило: инженер, построивший мост, стоит под ним, пока идет первый поезд. Это называется – «ответственность за результат». Готовность жизнью платить за результат. Ученый-фармацевт, создавший новый вид лекарства, испытывает его на себе. Он берет на себя ответственность за результат – готов платить своим здоровьем. Шеф-повар, приготовивший экзотическое блюдо из очень ядовитой рыбы Фугу, сначала пробует деликатес сам. Это тоже ответственность за результат.

Ответственный человек может брать ответственность за результат – и тогда отвечает за результат, то есть добьется результата, чего бы ему это

ни стоило. Но брать ответственность за результат («Я сделаю!»), не имея настоящей уверенности в этом – безответственность.

Ответственность за себя – за свои жизненные выборы, поступки, мысли, чувства, в целом – жизнь и судьбу. Тот, кто не берет ответственность за свою жизнь на самого себя, перекладывая ее на других, – нуждается в одобрении и внимании окружающих, не является самодостаточным человеком.

Ответственность за себя развивается у того, кто учится анализировать ситуацию и делать свой осознанный выбор. Учиться мне дальше здесь или сменить специальность или вуз, ссориться или дружить с преподавателем по профилирующему предмету – все выборы рассматриваются. Встретаться мне с этим человеком или прекратить общение, провести с ним трудный разговор сейчас или попозже, обижаться на него или это неуместно – тот, кто привык видеть свои выборы, может отвечать за свою жизнь и не находиться в позиции жертвы.

Если человек не в состоянии позаботится о самом себе, то вряд ли он сможет помочь другим людям. Ответственный человек всегда разумно заботится о себе – хотя бы как об инструменте, который должен в жизни еще многое сделать.

Чем больше видов ответственности берет на себя человек, и чем он лучше (успешнее) их выполняет, тем он более ответственный человек.

Виды и направления ответственности нередко конфликтуют между собой. Например, разницу между социальной ответственностью и ответственностью за выбор можно увидеть в следующей ситуации: солдат исправно (ответственно) выполняет свой долг, но, в то же время, он не отвечает за свой выбор, а подчиняется приказам командира. И, напротив, солдат, сознательно (ответственно) отказавшийся стрелять в другого человека, может быть наказан за безответственное отношение к службе.

Куратор: А что такое ответственное поведение?

Студент 3: Ответственное поведение – поведение, при котором человек берет на себя (лично) конкретные обязательства и исполняет их надлежащим образом. Ответственное поведение предполагает: осознанное и неукоснительное исполнение взятых на себя обязательств; разумное соблюдение принятых моральных и правовых норм; готовность держать отчет перед собой и внешними инстанциями за свои действия и поступки.

Ответственность – качественный ответ на вопросы о том, что тебе поручено сделать. Дела должны быть выполнены, дорогое и ценное должно быть сохранено. Если тебе это поручили, и ты на себя это взял – на тебе теперь ответственность, обязанность сделать, сохранить, проконтролировать и

отчитаться: дать качественные ответы на вопросы о том, что тебе поручено. Ответ может быть делами, деньгами или объяснением. А когда-то – и жизнью.

Студент 4: Для практических целей вместо существительного «ответственность» полезнее использовать глагол «отвечать», поскольку к этому глаголу автоматически достраиваются четыре вопроса:

Кто отвечает? Настоящая ответственность всегда персональна: всегда известно, кто отвечает лично. Правовая сторона фиксируется понятием ответственное лицо – тот, кто непосредственно имеет полномочия (право распоряжаться) и кто обязан лично отвечать. О личных качествах того, кто должен будет отвечать, – вопрос: «Насколько это ответственный человек? Насколько это человек надежный? На него можно положиться?» Как правило, настоящая ответственность – это личная ответственность – ответственность одного человека, которую нельзя разделить или переложить. Кроме личной ответственности, ответственность бывает авторской – ответственностью того или тех, кто назвал себя автором (источником) происшедшего, и групповой – ответственностью группы, которую нельзя переложить на одного человека.

Перед кем отвечает? Мы несем ответственность и обязаны отчитываться перед тем, с кем у нас соответствующие договорные (или иные ответственные) отношения. Мы не обязаны отчитываться перед тем, перед кем мы не брали обязательств.

Чем отвечает? Во-первых, это определяется мерой ответственности.

За утерю ценных вещей в гардеробе администрация ответственности не несет... Ответственности тут нет. В других случаях ответственность может быть максимальная, вплоть до высшей меры наказания. Во-вторых, ответственный человек так или иначе переживает свою ответственность.

За что отвечает? За то, что он выбрал сам либо за то, о чем была договоренность. Это может быть ответственность за выбор цели и средств, за дело, за последствия, за результат, за себя и за другого. Отвечать за последствия – понести наказание или оплатить ущерб в случае негативных последствий.

Отвечать за обещанное – выполнить заявленное независимо от того, насколько это сложно или дорого.

Отвечать за себя – контролировать себя, решать свои проблемы самостоятельно.

Объединение круга ответственности и меры ответственности создает объем (величину) ответственности.

Куратор: а теперь поговорим о понятии ответственного подхода.

Студент 5: Ответственный подход – когда известно, кто отвечает (и это ответственный по характеру человек), известно перед кем отвечает, чем и за что конкретно отвечает (платит). Безответственность – когда что-то из этого (или все это) неизвестно. Ответственный подход – понял задачу, поставил цель, разработал план, решил вопрос с ресурсами, сделал.

Ответственный подход – не самая распространенная вещь. Гораздо чаще среди вполне порядочных людей можно встретить его замену – заботливость, старательность. Эти честные люди убеждены, что если они честно заботились и искренне старались, они проявили ответственный подход. К сожалению, это не так. Ответственность и старательность – существенно разные вещи. Разницу между старательностью и ответственным подходом понимают не все.

Сотрудница старалась, но к сроку нужного не сделала. Как она к этому относится? Никак. Девушка знает, что у нее было душевное состояние старания, усердия. Значит, она хорошая, она старалась, и у нее душа спокойна. А что результата нет – ну, нет, она за него ответственность и не брала. Она обещала стараться, и это она сделала. Эта сотрудница еще не понимает, что от нее требуют большего: не ее хорошего (правильного) душевного состояния старания, а результата.

– К вечеру это должно быть сделано!

– Хорошо, я постараюсь.

– Ты постарайся или сделаешь?!

– Да, я сделаю. Если возникнет форс-мажор, я заранее поставлю вас в известность.

– Спасибо, буду ждать.

Не «постараюсь», а «сделаю!», вот что говорит взрослый человек, берущий ответственность за результат.

«Я старался!» – в серьезном деле это оправдание. Если ты старался, но ты не сделал, никого не волнует твое внутреннее душевное состояние. Результата нет.

Ответственный подход – одно из проявлений ответственности.

Куратор: Воспитание чувства ответственности возможно через конкретные каждодневные действия. Например, выполнение своих обязанностей, участие в принятии решений соответственно своему возрасту.

Ответственность, как один из важнейших социальных навыков, можно развивать, а при его отсутствии – воспитать. Ответственным не рождаются, ответственным становятся. Ответственность, как социальный навык, объективно нужна ребенку. В этом случае он закладывает себе фун-

дамент успешной взрослой жизни. Однако субъективно, по крайней мере, в детстве и для людей с инфантильным мировосприятием ответственность выглядит мало привлекательно и скорее как нечто внешнее, зачем-то навязываемое взрослыми. Как к этому относиться? Не надо перегружать ребенка ответственностью, но и нельзя пасовать перед нежеланием ребенка брать на себя дополнительные нагрузки. Любая способность развивается в процессе тренировки, поэтому ответственность развивается тогда, когда человек так или иначе берет или на него нагружают ответственность.

Приемы.

Поставить (себя или другого) в ситуацию, когда нет другого жизненного выхода, кроме как оказаться ответственным. Хочешь выжить – бери на себя ответственность. Обстоятельства требуют. Приходит понимание: за тебя никто ничего не сделает. Помогает опыт самостоятельности: или накормишь себя, или останешься голодным.

Поставить (себя или другого) в ситуацию, когда ответственность оказывается внутренне (морально) обязательной. Остался без родителей, рядом младший брат, еще более беспомощный, чем ты. Но это брат. Результат – беру за него ответственность.

Ответственным становится тот, кто учится на своих и чужих ошибках. Ответственный человек способен обращать неудачи себе на пользу, извлекать ценный опыт из поражений, вырабатывать наилучший образ действий и добиваться значительного результата. Безответственный обречен все глубже погружаться в озлобленность на весь мир и болезненную жалость к себе.

В готовность брать на себя трудные моменты жизни входит: представление о том, что от меня в данной ситуации требуется и от меня ждут; способность это сделать (наличие необходимого опыта, умений и навыков); наличие привычки это делать или наличие той или иной мотивации. Воспитание ответственности – привитие вначале способности, а потом желания и привычки брать на себя трудные моменты жизни.

Развитие личной ответственности – приучение себя выполнять свои обязательства и платить за последствия своих действий. Чем платить, деньгами или временем – не важно. Важно приучить себя платить всегда, даже если совсем не хочется. Для развития личной ответственности можно практиковать следующие задания самому себе (перечислены по возрастанию трудности): взять специальные задания по обучению с обвинениями и оправданиями – приучить себя мыслить и разговаривать без обвинений и оправданий.

Записывать свои обязательства (от 3 до 10).

Например, записать несколько дел на день, которые сделать необходимо, но не хочется, – и повесить на видном месте.

Записывать свои обязательства и назначать санкции за невыполнение.

Взял обязательство не опаздывать, за каждое опоздание – плати. И не важно: хочешь или не хочешь – плати в любом случае. Проще давать обязательства внешние – то есть кому-то во внешнем мире: родителям, друзьям, начальнику. Будьте уверенными – вас проконтролируют.

Записывать свои ошибки (от 3 до 10), приведшие к невыполнению или частичному выполнению обязательств. Таким образом фиксировать свои ошибки за каждый день, через некоторое время – за каждый час.

Важно параллельно с этим непременно фиксировать свои удачи и достоинства.

Свои ошибки компенсировать дополнительными заданиями самому себе.

Остановился во время пробежки, хотя дал себе задание пробежать без остановок – увеличиваешь дистанцию.

Научить себя свои ошибки признавать сразу и в категоричной форме.

Приучить себя платить за свои ошибки – деньгами или выполнением наказания.

В неприятной или трудной ситуации, в которой неясно, кто виноват, брать всю ответственность на себя.

Однако для техники безопасности определите верхнюю сумму возможных финансовых или временных потерь.

Не забыть взять ответственность на себя помогает фоновое: «Если бы я любил». Отвечать за близких и любимых людей естественно. Такая ответственность не висит грузом и не давит, а воспринимается легко. Осуществляется просто: каждый раз, когда произошло что-то неприятное или трудное, спрашивать себя – а если бы рядом был бы мой отец? мой брат? мой близкий друг? как бы я тогда поступил? И дальше поступать созвучно своим ответам.

Общая техника безопасности: развивать ответственность нужно, важно только помнить, сколько ответственности в какой ситуации правильно взять на себя.

Развитие ответственности – давать (себе или другому) все время возрастающие нагрузки, сохраняя при этом каждый раз успешность. Развивая желание и способность нести груз ответственности.

Как стать ответственным? Для начала сделать ответственность своей ценностью. А именно: осознать, что ответственность – это важнейший

социальный навык, благодаря которому можно качественно улучшить свою жизнь и стать ее полноценным автором. Этому навыку может научиться любой человек. Поверить в это, загореться этим. Захотеть воспитывать в себе и развивать чувство ответственности. Например, искренне считать себя ответственным за события своей семейной (личной) жизни и действовать сообразно. Ответственный человек даже в трудных отношениях вряд ли будет утверждать, что его обидели. Он сознает, что автор обиды – он сам.

Можно стать более ответственными, задавая себе несколько раз в день следующие вопросы: *Какие передо мной существуют возможности для пользы дела? Что я могу сделать?*

Вместо мыслей и высказываний в стиле «я хочу» иногда лучше спросить себя: *Что я могу сделать, чтобы получить то, что хочу?*

Чтобы получить больше ясности в том, поступаю ли я ответственно, полезно спросить себя: *Если бы я хотел быть полностью ответственным за свои поступки прямо сейчас, что я должен был сделать?*

Педагогика ответственности – учет личностных особенностей в распоряжении ответственности. «Не важно, где ты сейчас, важно в какую сторону ты движешься». Два крыла этой педагогики – Тренировка (Бери по максимуму!) и Бережность (Не нужно перегружать себя ответственностью: кто будет лечить тебя потом?).

Тренировка.

Если у тебя есть такая цель и позволяют условия (ты сильный, растущий, а неудача не очень страшна), тренируй себя – всегда ищи возможность взять на себя ответственности побольше, по максимуму. Кто, если не ты?

Именно поэтому обычный девиз сильного: «Я отвечаю за все!» Это нереалистично, но полезно, как тренировка ответственности. Если тебе упала сосулька на голову, возьми максимальную ответственность на себя. Это твоя жизнь, и твоя забота думать, где ты ходишь и что может висеть у тебя над головой. Если на землю падает огромный астероид, ты едва ли его остановишь, но если ты возьмешь на себя максимальную ответственность, возможно, ты хотя бы определишь, куда конкретно он упадет.

Полезный внутренний вопрос: «А если бы я за это отвечал – что бы я сделал?». Вопрос задавай чаще, ответственности бери больше. Но для страховки предупреди окружающих: «Я пока только учусь отвечать за это!», чтобы в серьезных случаях подстраховали, пока у тебя нет

опыта. Далее тренируйся, учишься, ставь конкретные сроки, устанавливай обратную связь...

Для тренировки ответственности в деловой сфере можно использовать Линейку деловой ответственности: иждивенец – исполнитель – специалист – ответственный сотрудник – руководитель среднего звена – директор – владелец. Кем вы станете через год? Три? Пять? Оформите свое решение как цель.

Совет лентяю: если тебе нужен пинок, попроси об этом своих друзей. Пусть они нагрузят тебя ответственностью за что-то (к примеру, чтобы каждый день у тебя был план дел, а вечером – отчет) и определяют санкции, а ты отчитывайся перед ними, как перед виртуальным шефом. Помягче: Вести дневник и отчитываться перед самим собой.

Бережность.

Для слабого и усталого – будь разумно осторожен. Бери ответственности столько, сколько не сломает. Не нужно перегружать себя ответственностью: кто будет лечить тебя потом?

Гиперответственные мамы, нагружающие себя ответственностью за каждый чих уже совершеннолетних своих детей, не только приучают своих детей к безответственности, но и сами являются и для них, и других окружающих ужасной нагрузкой. Гиперответственные люди – обычно напряженные, усталые и больные. Вам это надо?

С другой стороны, задумайтесь о том, почему вы оказались слабым (Что делает человека слабым?) и что вы можете сделать, чтобы в следующий раз оказаться сильнее. Какие решения примете? Какие цели поставите? (3)

Куратор: А сейчас время подвести итоги нашего семинара. Скажите, какой тип ответственности в большей мере присущ вам? Что вы предпримете для развития своего личного чувства ответственности? Какие советы по формированию «здоровой» ответственности можете дать своим друзьям, близким?

Ответы студентов. Подведение итогов ответов.

Литература

1. Психология: учеб. / В. М. Аллахвердов, С. И. Богданова [и др.]; отв. ред. А. А. Крылов. – 2-е изд., перераб. и доп. – М.: ТК Велби, Изд-во Проспект, 2007. – 752 с.
2. Реан А.А., Коломинский Я.Л. Социальная педагогическая психология. – СПб.: ЗАО «Издательство «Питер», 1999. – 410 с.
3. Материал подготовлен на основе Интернет-ресурса <http://www.psychologos.ru/> (последний выход 18.12.2011).

Мазько С.Г.,
ст. преподаватель кафедры
методики преподавания спортивных дисциплин

СОВРЕМЕННАЯ СЕМЬЯ И ТЕНДЕНЦИИ ЕЕ РАЗВИТИЯ

(семинар)

Цель: формирование семейных ценностей.

Задачи: актуализация современных тенденций развития семьи; духовно-нравственное воспитание студенческой молодежи; развитие умений выражать и аргументировать свое мнение.

Два чувства дивно близки нам,
В них обретает сердце пищу:
Любовь к родному пепелищу,
Любовь к отеческим гробам.
На них основано от века
По воле Бога самого
Самостоянье человека,
Залог величия его.

А.С. Пушкин

1. Функции семьи.

Ведущий: Почти два столетия назад философ Франциск Рудольф Вейсс так описывал семью: «Наша связь с ней неразрушима. Она первая и последняя из наших привязанностей. В ней мы родимся, в ней умираем, и никогда не будет счастлив тот, кто не умеет жить в ладу с нею. Горе, болезни и старость находят в ней лучшее утешение. Чем старше мы становимся – тем сильнее чувствуем ее благотворное влияние; чем мы благоумнее – тем более ее ценим. Семья – наше постоянное общество, наше постоянное убежище против утомления внешней светской жизнью».

Вопросы к обсуждению:

- Скажите, какие, на ваш взгляд, функции выполняет семья в обществе?
- Можете ли вы проранжировать их по степени значимости?
- Можете ли вы сказать, что некоторые из них с течением времени утратят свою значимость?
- Какая роль отводится каждому из супругов?

Ответы студентов.

Подведение итогов:

Таким образом, основными функциями семьи являются:

1. Репродуктивная.
2. Воспитательная (развитие личности, передача накопленного опыта).
3. Рекреативная (удовлетворение потребностей в психологическом комфорте и эмоциональной поддержке, заботе о здоровье членов семьи и т.д).
4. Хозяйственно-бытовая (совместное ведение домашнего хозяйства, разделение труда, взаимопомощь).
5. Обеспечение финансового благополучия.

Каждый из вас определяет для себя степень значимости, главное чтобы эти приоритеты совпадали у супругов.

Знаете ли вы....

Согласно своду правил поведения членов еврейской общины, муж имеет десять обязанностей по отношению к жене и детям и только четыре права. В православном церковном браке всю ответственность за принятие решения берет на себя муж. Он глава – глава семьи, но не деспот-самодур, а ответственная и волевая личность.

2. Взаимоотношения в семье.

Ведущий: Таким образом, мы с вами обозначили роль семьи в обществе. Но, как же сделать так, чтобы семья стала источником любви, тепла и благополучия?

Представим себе два камня – острых, твердых. Пока они не соприкасаются друг с другом, то вроде все хорошо, никто никого не задевает, но положи их в мешок и потряси сильно и долго. Тут уж, либо камни обтесывают и уже не ранят друг друга, либо не хотят избавляться от своих острых углов, и тогда рвется мешок, и камни вылетают из него. В семье или супруги через уступки притираются друг к другу, или разлетаются, порой, к сожалению, в злобе друг на друга.

Психологи утверждают, что в семье отношения строятся на основании доминирования, ответственности, эмоциональной близости (любви).

Семья это структура, в которой реализуется отношение власти: доминирование-подчинение. Наиболее емкое определение доминирования (власти), сделал политолог Р.Э. Дал: «*Мое интуитивное представление о власти выглядит примерно так. А обладает властью над В в той мере, в какой он может заставить В сделать то, что представленный самому себе В делать не стал бы.*».

Эгалитарная семья – это равноправная семья, где существует взаимное уважение, забота каждого о каждом. Там равны не только муж и жена, но и дети. Мнение ребенка должно учитываться так же, как и мнение взрослого. Этой семье характерен демократический стиль общения. Детоцентричная семья – доминирование капризов и/или интересов ребенка. Традиционно-патриархальная семья – доминирование отца. В матриархальной семье ответственность за семью несет мать.

Зачастую, в молодых семьях, распределение властных функций и определение степени ответственности выступает почвой для конфликтов. Если ответственность за семью никто из супругов на себя не берет, мы наблюдаем попустительско-либеральный стиль общения и как результат – «псевдосемья».

Вопросы к обсуждению:

– На каких чувствах (любовь, ответственность, привязанность и т.д.), по вашему мнению, строятся отношения в семье?

– Как вы считаете, возможно ли равноправие в семейных отношениях?

– Как вы относитесь к высказыванию социолога А.Н. Елизарова *«Здоровые отношения в семье существуют только тогда, когда группа людей, называющая себя семьей, порождает и воспитывает детей»*.

– Как вы можете объяснить слова В. Сухомлинского *«Главный смысл и цель семейной жизни – воспитание детей. Главная школа воспитания детей – это взаимоотношение мужа и жены, отца и матери»*.

Ответы студентов.

Для изучения особенностей совместной деятельности, взаимодействия и коммуникации используется довольно много приемов, а принцип один: паре предлагается выполнить совместную работу, организованную так, что успех выполнения задачи зависит не от отдельных правильных решений каждого, а от согласованности, совместных действий. Это может служить как диагностикой взаимодействий, так и упражнением для развития совместных действий.

Модификации игры «Архитектор и строитель».

Участники: юноша и девушка (две пары).

Оборудование: разноцветные кубики, схемы несложных построек, ткань для того, чтоб завязать глаза, секундомер.

Ход игры: Схема постройки находится у архитектора (девушки). Строитель (юноша) с завязанными глазами под руководством архитектора, должен расставить кубики так, чтобы его постройка в конечном итоге совпала со схемой у архитектора. Время ограничено (2 минуты). Архитектору запрещены любые действия с кубиками. После выполнения юноша и девушка меняются ролями и по новой схеме повторяют игру.

Обсуждение: Общая характеристика деятельности: успешно провели игру, уложились в отпущенное время (2 мин). Характеристика контакта: взаимное расположение, используемые слова-обращения, эмоциональная окраска речи.

Подведение итогов:

Семья и брак – важнейшее социально-культурное образование, которое функционирует адекватно изменениям, происходящим в обществе и во всех областях жизни человека.

Фактором эмоционального благополучия являются семейные взаимоотношения. Работа по их выстраиванию является обязанностью каждого члена семьи. Здоровые семейные взаимоотношения являются источником счастливой семьи.

Знаете ли вы....

Как считает известный советский психолог В. Леви, ссору нужно анатомировать и отношения стоит выяснять. Однако в таких выяснениях нужно соблюдать одно правило: каждый говорит только о своих ошибках. Но нельзя превращать жизнь в сплошное выяснение отношений, иначе из тихой пристани семья превратится в театр военных действий. Если недовольств накопилось много, и слишком много претензий друг к другу, В. Леви рекомендует проводить “очищающие игры” или ролевой тренинг.

Есть только один способ разрешения семейных проблем, конфликтных ситуаций, избавления от обиды – это общение супругов, умение разговаривать друг с другом и слышать друг друга. За затяжным, неразрешенным конфликтом, ссорой, как правило, скрывается неумение общаться.

Американский психолог Дж. Готтман, специально изучавший процесс семейного общения, выявил интересные закономерности общения супругов в конфликтных семьях. Прежде всего, для этих семей характерна излишняя скованность общения. Члены их как бы боятся сказать свое слово, выразить свои переживания, чувства. Конфликтные семьи оказались более «молчаливыми», чем бесконфликтные, в них супруги реже обмениваются новой информацией, избегают «лишних» разговоров, очевидно боясь, как бы ненароком не вспыхнула ссора. В конфликтных семьях супруги практически не говорят «мы», они предпочитают говорить только «я». А это свидетельствует об изолированности супругов, об эмоциональной разобщенности, о том, что чувство «мы» в этой семье не сформировалось. И, наконец, проблемные, вечно ссорящиеся конфликтные семьи – это семьи, в которых общение происходит в виде монолога. Все это

напоминает разговор глухих, каждый говорит свое, самое важное, наболевшее, но никто его не слышит – в ответ звучит такой же монолог.

Под умением общаться мы подразумеваем не только, что следует, а что не следует говорить, но и как следует, а как не следует говорить.

По данным психологов, изучающих проблемы общения, два человека в процессе непосредственного общения передают при помощи слов только 7% всей сообщаемой информации, через интонацию голоса и жесты, которыми сопровождается разговор – 38%, через выражение лица – 55%.

3. Кого минуют узы Гименея?

Жениться, ничем не связывая себя, – предательство».

М. Монтень

Ведущий. И вот перед вами человек, с которым вам комфортно, спокойно и не хочется расставаться. И возникает вопрос: стоит ли регистрировать эти отношения, ведь свободные отношения мужчины и женщины осуждаются теперь не столь категорично.

Терминология гражданский муж и гражданская жена в обществе стала настолько распространенной и обычной, что мало кто задумывается над ее содержанием. Гражданский брак возник как альтернатива церковному. Гражданский брак «родился» еще в XVI веке в Голландии, когда люди, принадлежащие к разным верам, не могли обвенчаться в церкви. Поэтому власти разрешили оформлять такие союзы в мэрии. Именно такой брак и стал называться «гражданским». Теперь под этим названием подразумевают добровольное совместное проживание и ведение общего хозяйства двумя людьми: мужчиной и женщиной — «без каких бы то ни было взаимных обязательств». Хотя в юриспруденции понятие гражданского брака сохранило первоначальную сущность и относится к парам, которые оформили свой союз официально без венчания в церкви.

Законодательство Российской Империи, действие которого распространялось и на территорию Беларуси, устанавливало только церковную форму заключения брака. При отсутствии церковного оформления брак рассматривался как незаконное сожительство мужчины и женщины. После 1917 года последовало принятие ряда новых законов, в том числе и по вопросам регулирования брачно-семейных отношений.

Теперь под гражданским браком подразумевают добровольное совместное проживание и ведение общего хозяйства двумя людьми: мужчиной и женщиной, «без каких бы то ни было взаимных обязательств».

Их отношения не признаны ни церковью, ни государством и в основе их лежат лишь чувства, влечения или выгода, или другие какие-то мотивы. *То, что принято сейчас называть «гражданским браком» юридически определяется как сожительство.*

Консенсуальный брак¹ – так по-научному называется гражданский брак – становится новой семейной нормой. Договорились, пришли к консенсусу – можно вить семейное гнездо. Тенденция эта, кстати, общемировая.

Интересным является такой факт. По результатам опросов пар, живущих в гражданском браке: более 90 % опрошенных женщин считают себя «замужем», в то время как 85 % мужчин считают себя «холостыми».

Вопросы к обсуждению:

– Как вы относитесь гражданскому браку?

– Какие вы можете выделить плюсы и минусы гражданского брака.

Ответы студентов.

Подведение итогов:

Аргументы «за»:

1. Бесценный опыт совместного проживания при небольших финансовых возможностях.

2. Психологическая реабилитация, для тех, у кого уже был неудачный опыт создания семьи.

3. Постоянное самосовершенствование партнеров. Отсутствие уверенности в прочности отношений заставляет держать партнеров в постоянном тонусе.

4. Динамика отношений, поиск новых форм общения и взаимодействия.

Аргументы «против»:

1. Юридическая незащищенность (имущественная, помощь в воспитании детей).

2. Низкая ответственность перед партнером.

3. Неопределенность будущего (невротические расстройства).

4. Общественное мнение.

5. Болезненное реагирование детей на ситуацию (возникновение страхов, неуверенности, низкая успеваемость).

Однако ценность создания благополучной семьи неоспорима. Институт семьи и брака в Республике Беларусь является объектом повышенного

¹ Консенсуальный союз – (consensual union) обычно разнополая пара людей, живущих вместе как муж и жена, но не состоящих в законном браке. (Источник: *Большой толковый социологический словарь, 2001*)

внимания со стороны общества и государства. Политика нашего государства направлена на всяческую поддержку и защиту семьи.

В нашем университете также немало делается по поддержке молодых семей. Большую помощь нашим студентам может оказать социально-педагогическая и психологическая служба. Здесь работают квалифицированные специалисты, которые всегда готовы помочь решить возникающие проблемы у молодых людей.

Знаете ли вы...

Сотрудники Государственной службы судебных экспертиз сообщили что, инициаторами генных экспертиз по установлению биологического родства в Беларуси практически всегда являются женщины. По данным 2008 года, в Беларуси делалось около 200 таких экспертиз [6].

Психологи считают, что детская психика по гибкости мышления в несколько раз превосходит взрослую. Поэтому, если отношения партнеров носят характер гражданского брака, необходимо рассказать ребенку о сильных чувствах, которые есть между членами семьи, о различиях зарегистрированного и гражданского брака. И все-таки, большинство специалистов настаивают на регистрации отношений при появлении в семье детей.

Как свидетельствует статистика, в брак вступает только треть пар находящихся в гражданском браке. Случаи совместного проживания в течение длительного периода времени остаются редкими, 10 лет считаются критическим сроком для гражданского брака.

За последнее десятилетие в Беларуси увеличилось количество пар, состоящих в гражданском браке (с 5% до 8%). Это подтвердили данные переписи населения 2009 года. Наибольшее число незарегистрированных браков приходится на возрастную группу 18-24 года.

Поэтому крайне важно в общественном сознании формировать новый взгляд на положение семьи, статус семьянина, многодетную семью как модель семьи будущего.

Существуют нормативно-правовые документы, регламентирующие вопросы брачно-семейных отношений. Основной из них это Кодекс Республики Беларусь о браке и семье. В частности в нем говорится, что в целях укрепления брака и семьи, повышения культуры семейных отношений, осознания прав и обязанностей супругов, ответственности за детей и друг за друга лица, вступающие в брак, и супруги могут заключить Брачный договор.

3. Брачный договор

Ведущий: Право первенства в изобретении брачного контракта принадлежит не Европе и не Америке. Тысячи лет назад в Древней Греции и Риме мужчина и женщина, прежде чем создать семью, оформляли соглашение, где описывали свои имущественные отношения, сразу обсуждая также и вопросы наследования в будущем совместно нажитого имущества. Это не считалось постыдным или позорным, и такая «страховка» была очень распространена вплоть до прихода христианства.

И. Кант, в свою очередь, утверждает, что концепция договора ни в коем случае не применима к браку. Договор, по его мнению, не может породить брак, поскольку договор всегда имеет в виду что-то временное, какую-либо цель, с достижением которой он себя исчерпывает, прекращается, а брак охватывает всю человеческую жизнь и прекращается не достижением определенной цели, а смертью людей.

Результаты данных социологических исследований, проведенных в рамках реализации Национальной программы демографической безопасности Республики Беларусь на 2007–2010 годы, показывают, что более заинтересованы в составлении брачных договоров женщины. Больше всего женщин, выступающих «за» договор – среди тех, кто уже «обжегся» в браке (52,6%). Разведенные мужчины «за» заключение договора с супругой выступили в 29,3% случаях. Мужчины, состоящие в официальном браке, хотели бы заключить брачный договор в 30,6% случаях.

По данным Минского городского управления юстиции Мингорисполкома, в 2009 году нотариальными конторами Минска зарегистрировано 1019 брачных договоров. В 2010 году количество зарегистрированных договоров по Минску возросло на целых 127 штук и составило 1146.

Заведующая первой Минской областной нотариальной конторой Лилия Мороз так рассказывает о содержании брачных договоров: «В основном это имущественные вопросы, довольно редко в договоре прописываются методы воспитания детей, определение местожительства несовершеннолетних и т.д. Кроме того, есть вещи, которые просто не могут быть прописаны ни в каком, даже самом согласованном между супругами договоре. Невозможно прописать такие условия, когда один супруг ставит другого супруга в крайне неблагоприятное положение. Важно оценить, не противоречат ли их условия законодательству, Конституции. Для этого мы проводим беседу, которая длится обычно около часа. Далее мы закрепляем договоренности на бумаге, супруги идут

оплачивать госпошлину, ну и потом приходят и непосредственно подписывают договор».

Помните, если ваш будущий супруг (супруга) является гражданином другой страны, необходимо выяснить, будет ли этот договор иметь силу на его (ее) территории и не будут ли какие-либо пункты договора идти вразрез с установленными там законами [5].

Вопросы к обсуждению:

Брачный договор – проявление недоверия или способ мирно решить проблемы развода.

Можно ли строить семью и думать о возможном разрыве?

Ответы студентов.

Подведение итогов:

Социолог Ирина Соломатина отмечает, что в конце XX века стали происходить значимые изменения в системе гендерного порядка и главным субъектом этих изменений являются не мужчины, а женщины. «Именно их социальное положение, деятельность и психика изменяются сейчас значительно быстрее, чем мужская психика, об этом хорошо и много пишет профессор И.С. Кон. Возможно, именно поэтому женщины в Беларуси, как и в России, более склонны к заключению брачного договора, нежели мужчины.

С одной стороны, брачный договор придает партнерам уверенность в будущем и повышает степень ответственности и доверия между ними, ведь они при подписании договора предоставляют информацию друг другу (и юристу) о своих доходах и своем имуществе с целью недопущения обмана одной из сторон, подчеркивает специалист.

С другой стороны, брачный договор позволяет избежать судебных перепраг и сохранить психическое равновесие друг друга в случае развода. Наконец, в большинстве случаев после развода именно женщина оказывается в более трудном, чем мужчина, положении, и брачный контракт – это как раз тот документ, который может ее защитить [5].

Знаете ли вы...

Брачный договор существовал и на Руси, еще в допетровские времена. Кстати, не секрет, что и Александр Сергеевич Пушкин заключал брачный контракт с Натальей Гончаровой. После гибели Пушкина его вдова, Наталья Николаевна, благодаря брачному контракту сумела вырвать из цепких лап кредиторов свое приданое – полотняные заводы.

Официально брачные контракты стали заключаться в США с 1976 года. Примером для звезд Голливуда стал Майкл Дуглас. Известный актер и мультимиллионер тщательно продумал свой брачный договор с

красавицей Кетрин Зета-Джонс. Опасаясь, что молодой актрисе может быстро наскучить возрастной супруг, Дуглас включил в договор условие, по которому в случае развода по инициативе Кетрин ее «вознаграждение» будет минимальным. Ну а если он сам изменит жене, то разводиться они будут по законам Калифорнии: супруга получит половину всего имущества. Брачные контракты голливудских звезд насчитывают обычно 200 страниц и более, а взаимные требования иногда вызывают улыбку.

Ведущий: Эксперты отмечают, что к 2015 году белорусская семья не претерпит радикальных изменений, но некоторые ее нынешние особенности будут видны более отчетливо.

Выводы о том, что белорусская семья развивается по западноевропейскому образцу, содержатся в Национальном исследовании причин семейного неблагополучия в Беларуси, проведенном в рамках одноименного проекта Детского Фонда ООН (ЮНИСЕФ).

По мнению доктора социологических наук Людмилы Шахотько, становится характерен более поздний возраст вступления в брак, небольшая разница в возрасте супругов, сравнительно частые разводы, относительно высокий показатель безбрачия и значительное количество незарегистрированных браков.

Нельзя определенно сказать о недостатках и достоинствах этих изменений. Мы с вами попытались разобраться в плюсах и минусах новых тенденций. Главное это ваше желание сделать свою семью местом, куда хочется всегда возвратиться.

Литература

1. *Вейсс Ф.* Нравственные основы жизни Пер: с фр. – Мн.: Юнацтва, 1994. – 526 с.
2. *Дружинин В.Н.* Психология семьи: 3-е изд.– СПб.: Питер, 2005. – 176 с.: ил.
3. *Елизаров А.Н.* К проблеме поиска основного интегрирующего фактора семьи // Вестник МГУ. Сер.14. Психология. – 1996. – № 1. – С. 42–49.
4. Листопадов В. Европеизация брака: что ждет белорусскую семью завтра. – <http://www.open.by/country/27305>
5. Синюк Е. Брачный договор по белорусски – <http://rebenok.by/inf/features/~id=16928>
6. Чем опасен гражданский брак? – <http://www.interfax.by/article/23425>
7. Детский правовой сайт. – <http://www.mir.pravo.by>
8. Сайт правовой информации в Беларуси. – <http://www.pravo.by>
9. Семейный портал. – <http://www.rebenok.by>
10. Национальный центр правовой информации РБ – <http://www.ncpi.gov.b>

*Урюпина А.А.,
преподаватель кафедры английского,
общего и славянского языкознания*

ЦИКЛ МЕРОПРИЯТИЙ, ПОСВЯЩЕННЫХ ДНЮ ЖЕНЩИН

СЛОВО ЖЕНЩИНЕ

(встреча-поздравление)

Цель: формирования осознания ценности женщины в социуме.

Задачи:

- содействовать стремлению к самосовершенствованию, к пониманию и утверждению собственного Я;
- повысить самооценку и внести радостную нотку в жизнь коллектива;
- развитие творческих способностей студентов.

Этапы организации:

1. Приглашение члена клуба «Будущий психолог».
2. Подготовка мальчиками поздравления для девочек.
3. Подготовка студентки к проведению мастер-класса по искусству оригами.

Ход кураторского часа

Ни один человек не прожил настоящей жизни, если он не был очищен любовью женщины, подкреплен ее мужеством и руководим ее скромной рассудительностью.

Английский писатель Джон Рескин

Куратор: Слово «женщина» было отмечено Александром Востоковым в Хронографе XVI века: «оже азъ есмь женщина а вы храбрица войская». Александр Потебня приводил слова «женщина» и «мужчина» (на среднепольском «zenszczyzna» и «meszczyzna») для иллюстрации перехода значений от отвлеченности к собирательности и затем к единичности. Соответствующие польские слова в XVI–XVII веках еще сохраняли собирательное значение – «Женьщина» и польск. «-uzna», — свойство одной женской особи, причем «женьска» — существительное, как в вр. обл. (сиб.) «женьски идут», как в сербском, чешском «ženská».

В разных странах мира приняты различные варианты обращения к женщине, чаще всего они в той или иной мере отражают ее статус (замужняя, незамужняя, княгиня, герцогиня, госпожа и т. п.). В настоящее время в Евросоюзе идет борьба за отмену такого рода обращений, одной

из причин отмены называется указание на замужний или незамужний статус женщины, которое может быть для нее оскорбительным.

В англоязычных странах наиболее распространены обращения: к незамужней женщине – мисс (англ. Miss, сокр. от mistress); замужней – миссис (англ. Mistress, сокр. Mrs); общее обращение к замужней и незамужней в письме Ms, в разговорной речи – мадам (англ. Madam, сокр. мэ́м (англ. Ma'am)).

В Германии: – фрау. Обращение «фройляйн», как к незамужней женщине, устарело, и используется только с ироничным оттенком.

В России вообще не принято использовать обращения, в этом случае вместо них используется обращение по имени и отчеству, либо: гендерное: гражданка, женщина, девушка, грубо мать, устар. сударыня, барышня, хозяйка; в деловой прессе, при письменном обращении: госпожа (далее следует фамилия); гендерно-нейтральное: товарищ, гражданин, партнер, ребенка к матери: мама и др.

В Испании: к незамужней женщине – сеньорита (исп. señorita); к замужней – сеньора (исп. сокр. Sr.); Señora Doña (сокр. Sr. D.)

В Чехии обращение «женщина» является оскорбительным, так как слово «ženština» означает «женщина легкого поведения». Вместо этого принято обращаться «пани», к молодой девушке возможно также обращение «slečna».

На западной Украине принято обращаться «пани» (укр. пані – госпожа), к молодой девушке возможно также обращение «панна», к девочкам (до 10-12 лет) обращаются «панночка». На восточной Украине действуют те же негласные правила обращения, что и в России. На остальной территории Украины употребляют термины «добродійка», «шановна» и т.д .

Дни почитания женщины существовали еще в Древнем Риме, женщины получали в этот день от своих мужей подарки и были окружены вниманием и заботой. В современном мире также существуют праздники, так или иначе связанные с женщиной, большинство из них были предложены Организацией Объединенных Наций, но некоторые праздники, как, например, Международный женский день, возникли в результате борьбы за права женщин.

Но чтобы сделать приятно маме, бабушке, сестре или просто хорошей девушке, не обязательно ждать праздника. Приносить радость можно каждый день. Вот и сегодня наши мальчики приготовили для прекрасной половины группы сюрприз.

Исполняется номер художественной самодеятельности. Песня «Ода Женщинам» Музыка и слова Агутина Л. Исполнители студенты.

Спасибо мальчикам. А теперь научимся делать подарок близким, который будет им точно приятен, а для вас экономичен. Такие подарки можно дарить хоть каждый день. Сейчас научат нас делать цветочек из простого листа бумаги.

Мастер-класс студентки

Тюльпаны из гофрированной бумаги.

1. Отрежьте 6 полос гофрированной бумаги размером 3×18 см вдоль линий гофрирования.

2. Скрутите полоску в середине 2 раза. Сложите её пополам.

3. Сделайте выпуклый лепесток, растягивая оба слоя бумаги.

4. Сожмите и закрутите основание.

5. Нарежьте полоски зеленой бумаги шириной 2 см поперек линий гофрирования. Возьмите проволоку для стебля (15-20 см) и оклейте ее полосками, сложенными вдвое.

6. Поместите вокруг стебля 3 внутренних лепестка, затем сверху – 3 наружных. Плотнo примотайте их полосой, смазанной клеем. Из плотной двусторонней бумаги вырежьте листья и слегка закрутите их.

Куратор: А теперь, когда мы научились как можно сделать приятно другим, научимся делать что-нибудь и для себя. У нас в гостях студентка – будущий психолог, которая расскажет вам, как быть счастливыми.

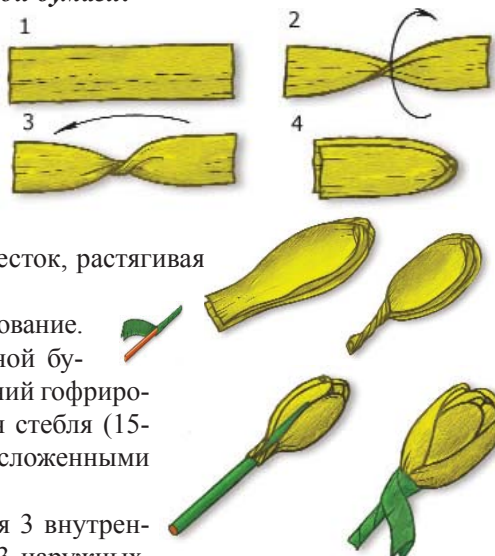
Психологический тренинг

(проводит студентка пятого курса факультета педагогики и психологии детства)

Почему люди несчастны?

Лень – наша главная беда. Нам лень быть счастливыми, нам нравится жаловаться, быть несчастными, нравится, когда нас жалеют, нравится, когда мы получаем послабления за счет нашего несчастья.

Проблемы затягивают нас в свое болото, и через какое-то время нам становится там комфортно! Мы к нему привыкаем. Быть счастливыми это труд, каждодневный и постоянный. Быть несчастными гораздо проще, для этого ничего особо делать не нужно, кроме того, это дает нам возможность



жалеть и самих себя и оправдывать своими несчастьями и депрессиями череду не совершенных поступков: недоделанную работу, отложенную уборку или встречу с друзьями, несоблюдение диеты и т.д.

Существует великое множество **способов борьбы** с депрессиями, стрессами, хандрой и просто плохим настроением, но ни один из них вам не поможет, если вы сами этого не захотите и не осознаете своего желания. «Чтобы продвигаться, надо вертеться», нужно работать над собой, развиваться, думать, делать, но не стоять на месте. Прогресс и изменения к лучшему в движении и развитии и никак иначе.

Сделай себя счастливой!

Всем известна фраза «утро вечера мудренее», одно из ее значений в том, что начинать жизнь заново, принимать важные решения, меняться к лучшему проще всего с утра. В каком-то смысле начиная жизнь сначала и с новыми силами. С какой ноги встанешь, таким будет и день. Для решившего начать счастливый день и счастливую жизнь основная задача встать с правильной ноги, причем сделать так, чтобы таковой могла оказаться и левая, и правая нога, ведь суть не в этом. Эта жизнь принадлежит нам, и только от нас зависит, какой она будет.

Итак, множество психологов советуют начинать день с позитивных мыслей, даже если в виду целого ряда обстоятельств они кажутся вам противоестественными и нелогичными. Начинайте искать положительное во всем происходящем. В хорошей погоде – источник хорошего настроения, если за окном дождь, то воспринимайте его как необходимость для природы, как залог последующей радуги, как умытые улицы, как повод взять с собой из дома новый красивый и непременно яркий зонт-трость.

Умойте лицо, примите душ, представляйте, как заряжаетесь бодростью, а с водой уходят вниз по трубам в неизвестность ваши усталость и депрессивные мысли.

Подышите с закрытыми глазами. Представьте, как глубоко вдыхаете носом светлый, чистый воздух. Задержите дыхание, медленно выдохните ртом. Представьте, что выдыхаете серый и тяжелый воздух. Повторите это несколько раз, мысленно очищая себя, что каждый последующий раз вы выдыхаете все более чистый воздух, что вас окружает теплая защитная, светлая оболочка, которая отталкивает негатив.

Приведите себя в порядок после сна, подойдите к зеркало, улыбнитесь своему отражению, пусть даже не сразу естественно, а через силу. Но повторяйте это упражнение, не ленитесь! Скажите себе, что этот день лучше, чем вчерашний, что вы притягиваете удачу и хорошее настроение, и все у вас получится.

«Испачкайте» зеркало своей любимой губной помадой. Напишите на нем крупно верхнем углу: «Я счастлива!» или «У меня все получается!» Не бойтесь использовать настоящее время, нужно ведь не просто хотеть, а обрести уверенность в счастье, радости и комфорте.

Потратьте время на составление списка минусов в вашей жизни, неприятностей, которые вас тревожат. Это не минутное дело, подойдите серьезно к этому вопросу, пусть всплывут и старые воспоминания с глубоко запрятанными детскими обидами, запишите их на бумаге по пунктам или напечатайте в компьютере. А затем возьмите новый листок, создайте новый файл и занесите туда столько же пунктов, начинающихся с «но» или «зато», обратите минусы в плюсы. Например, «я рассталась с молодым человеком, которого любила три года» – «НО теперь я набралась опыта и стала умней, я смогу найти взаимную любовь и новые серьезные отношения, в которых учту прежние ошибки». Или: «в школе меня дразнили из-за скобок на зубах, которые поставил врач»? – «ЗАТО теперь у меня красивая улыбка и ровные зубки». «Я поступила не в тот университет, о котором мечтала» – «ЗАТО здесь я встретила новых друзей, на которых всегда могу положиться». Это может оказаться не простой задачей для вас – найти свои «но» и «зато», НО вы сможете с ней справиться, покопавшись в себе и многое разложив в своей жизни по полочкам, что несомненно будет вам полезно.

Перечитайте список плюсов, повесьте его на стену или оставьте на видном месте на рабочем столе, не ленитесь его перечитывать и дополнять счастливыми событиями и положительными эмоциями. Возьмите или распечатайте листок со списками минусов. Перечеркните его, разорвите на кусочки, затем сожгите, ну и напоследок то, что от него останется, спустите в унитаз. Еще раз перечитайте плюсы, они останутся с вами. А все неприятности вы теперь ритуально «похоронили».

О том, что нужно радовать и баловать себя не стоит говорить, это абсолютно очевидно. Хорошие книги, смешные комедии, приятные люди, вкусная еда, поездки, которые вы всегда хотели совершить, Сделать себя счастливой! но почему-то откладывали. Музыка, школы танцев и тренажерные залы – превосходные способы разрядки и получения положительных эмоций. Приятные события из детства вроде похода в зоопарк, цирк и парка аттракционов, ищите события, ищите счастливые события. Берегите их в фотографиях, записях, рассказах знакомым и друзьям.

Очень важный момент: самовлюбленность – это плохо, но любовь к себе – это не только хорошо, но и необходимо. Здоровое и нежное чувство

привязанности к самой себе, которое дарит счастье и удовлетворение. Любите и хвалите себя! За каждый правильный шаг и улыбку, прочувствуйте вкус хорошего настроения, запомните его и удерживайте. Говорите себе вечером «Спасибо!» за каждый день, который вы сами себе подарили, запишите это «спасибо» на том же зеркале. Вы молодец и вы сами строите свое счастье!

А теперь проверим, **Вы умеете быть счастливым?**

Возможно, вам этот вопрос покажется странным, но для психологов очевидно, что многие люди, к сожалению, не умеют быть счастливыми. Быть счастливым – искусство, которым стоит овладеть.

Отвечая на вопросы, выберите один из трех вариантов ответа.

Вопросы

1. Когда порой вы задумываетесь над прожитой жизнью, приходите ли к выводу, что:

- а) все было скорее плохо, чем хорошо – 0 очков;
- б) все было скорее хорошо, чем плохо – 1 очко;
- в) все было отлично – 2 очка.

2. В конце дня вы обыкновенно:

- а) недовольны собой – 0 очков;
- б) считаете, что день мог бы пройти лучше – 1 очко;
- в) думаете: «Все было отлично» – 2 очка.

3. Когда вы смотрите в зеркало, то думаете:

- а) «Могло бы быть и лучше!» – 0 очков;
- б) «А что, совсем неплохо!» – 1 очко;
- в) «Все прекрасно!» – 2 очка.

4. Если вы узнаете, что кто-то из знакомых выиграл крупную сумму денег, то думаете:

- а) «Ну, мне-то никогда не повезет» – 0 очков;
- б) «Ну почему не я?» – 1 очко;
- в) «Однажды мне так же повезет» – 2 очка.

5. Если вы слышите по радио или узнаете из газет о каком-либо трагическом происшествии, то говорите себе:

- а) «Вот так однажды будет и со мной» – 0 очков;
- б) «К счастью, меня эта беда миновала» – 1 очко;
- в) «Эти репортеры умышленно нагнетают страсти» – 2 очка.

6. Когда вы просыпаетесь утром, чаще всего:
а) вам ни о чем не хочется думать – 0 очков;
б) вы взвешиваете, что день грядущий вам готовит – 1 очко;
в) довольны, что начался новый день и могут быть новые сюрпризы – 2 очка.

7. Когда вы думаете о ваших друзьях, вспоминая самые разные ситуации, то приходите к выводу, что:
а) «Они не столь интересны и отзывчивы, как хотелось бы» – 0 очков;
б) «Конечно, у них есть недостатки, но в целом они очень терпимы» – 1 очко;
в) «Замечательные люди» – 2 очка.

8. Сравнивая себя с другими, находите, что:
а) вас недооценивают – 0 очков;
б) вы не хуже остальных – 1 очко;
в) годитесь в лидеры, и это, пожалуй, признают все – 2 очка.

9. Если ваш вес увеличился на 4–5 кг:
а) впадаете в панику – 0 очков;
б) считаете, что в этом нет ничего особенного – 1 очко;
в) тут же переходите на диету и усиленно занимаетесь спортом – 2 очка.

10. Если случилась неприятность, вы:
а) клянете судьбу – 0 очков;
б) знаете, что плохое настроение пройдет – 1 очко;
в) стараетесь развлечься – 2 очка.

17–20 очков. Вы до того счастливый человек, что просто не верится, что такое возможно: вы радуетесь жизни, не обращаете внимания на неприятности и житейские невзгоды. Вы человек жизнерадостный, нравитесь окружающим своим оптимизмом, но не слишком ли поверхностно и легковесно относитесь ко всему происходящему? Может быть, немного сдержанности вам не повредит?

13–16 очков. Вы счастливый человек, и радости в вашей жизни явно больше, чем печали. Вы храбры, хладнокровны, у вас трезвый склад ума и легкий характер. Вы не паникуете, сталкиваясь с трудностями, и трезво их оцениваете. Окружающим с вами удобно. Ваших сил хватит на достижение всего, что вы задумаете.

8–12 очков. Счастье и несчастье для вас выражаются формулой «50 х 50». Если хотите склонить чашу весов в свою пользу, старайтесь не пасовать перед трудностями, встречайте их стойко, опирайтесь на друзей, не оставляйте их в беде.

0–7 очков. Вы привыкли на все смотреть сквозь черные очки, считаете, что судьба уготовила вам участь человека невезучего, и даже иногда бравируете этим. А стоит ли? Старайтесь больше времени проводить в обществе веселых, оптимистически настроенных людей. Хорошо бы чем-то увлечься, найти себе хобби.

Надеюсь, все выяснили для себя, что они очень счастливые люди. А если вы еще пока об этом не догадываетесь, посмотрите, какие любящие и заботливые люди вас окружают, и даже не сомневайтесь, что вы счастливчик!

Всем большое спасибо за участие.

Куратор: Дорогие девушки, будущие жены и мамы, надеюсь, сегодня вы смогли осознать, как важна ваша роль в формировании и развитии общества. Поэтому никогда не расстраивайтесь по пустякам, не растрачивайте себя на глупости, берегите близких и дорогих вам женщин. Ведь в ваших руках наше будущее. Это – огромная ответственность, но и весомое преимущество. Распоряжайтесь им разумно!

Литература

1. <http://www.altermed.by/index.php?item=test&pst=yvbs>
2. <http://namewoman.ru/psichologiya-lichnosti/sdelay-sebya-schastlivoy>
3. <http://ru.wikipedia.org/wiki/Женщина>

ОТНОШЕНИЕ К ЖЕНЩИНЕ В РАЗНЫХ КУЛЬТУРАХ (слайд-презентация)

Цель: воспитание уважительного отношения к женщине.

Задачи:

– информирование студентов об отношении к женщине в разных культурах мира;

– развитие познавательных способностей у студентов.

Этапы организации:

1. Подготовка слайдов для демонстрации во время мероприятия.
2. Организация технического обеспечения демонстрации.
3. Подготовка студентов к ведению слайд-презентации.

Куратор:

Студенты демонстрируют слайды и делают свои комментарии.

Куратор:**Текст для презентации**

В древние времена почти во всех странах женщины имели меньше прав, чем мужчины. Именно мужчины тогда являлись главными добытчиками в доме, а задача женщин заключалась в хранении домашнего очага и воспитании детей. Не во многих странах случалось такое, что правительницей страны становилась женщина. И если такие случаи были, то правление ее было превосходным, однако, относительно не долгим. Следует отметить женщин, которые правили такими великими странами, как Россия и Великобритания. Единственными женщинами, которые на то время превосходили мужчин и не подчинялись им, были амазонки. Они не терпели того, что должны подчиняться мужчинам и исполнять их волю. Амазонки были феминистками того времени.

В Древней Греции красивая женщина стоила несколько голов рогатого скота. Как сказал Гомер, «четыре рабочих вола за одну жену». Древние греки считали, что любовная страсть к женщине – это болезненное проявление. «Любовь к женщине – это яд», – говорил Сократ. Эзоп же был убежден, что «огонь, женщина и море – три бедствия». В древнем Риме казнили жриц, нарушивших обет девственности. Мужчины, согласно римскому праву, имели полное право на жизнь и смерть своих жен, которых они продавали, покупали, а нередко и убивали.

В Северной Америке мужчина, вступающий в брак со старшей сестрой, брал в жены также и всех ее сестер, как только они достигали определенного возраста. В Южной Америке женщинам, согласно обычаям, деформировали головы. У мундугуморов мужчины обменивали своих дочерей и сестер на новых жен. У эскимосов было распространено убийство младенцев-девочек, основывающаяся на теории, что девочек слишком много. В Древнем Китае с приходом невесты, в доме три дня соблюдался строгий траур и царило уныние, что психологически должно было подавить ее чувство достоинства. Жена обязана была всю жизнь скорбеть и печалиться о возможной утрате мужа. А для того чтобы обратиться к мужу жена должна была каждодневно блюсти строгие церемониальные правила: при первом же утреннем крике петуха особенно тщательно очистить рот, омыть руки, причесаться, заколоть шпилькой волосы и обратиться как к государю, используя строго различные возвышенные эпитеты и выражения.

В Древней Индии девочек с детства готовили к профессиональной храмовой проституции. В дальнейшем они составляли постоянный штат храма бога Вишну и становились достоянием мужчин любой касты. Даже самые знатные семьи, не раздумывая, посвящали своих дочерей этому своеобразному богослужению. В случае смерти мужа в Индии жену живьем сжигали вместе с покойным супругом. Эта свирепая традиция сохранилась в некоторых областях Индии и до наших дней. На островах Фиджи всякая женщина становилась достоянием того, кто поймал ее во время состязаний на бегах. В это время собственность на женщину отменялась. У многих древних народов всякое должностное лицо, предводитель племени или рода, шаман, хан, жрец, князь, или как бы он не назывался, пользовался по отношению к невесте правом первой ночи. У большинства народов Аляски и других народов традиция права первой ночи существует и поныне. Подобная традиция была распространена и у дагестанских народов до прихода Ислама.

Зачастую женщины ограничивались в своих действиях посредством религии. Так как именно религия является той силой, которая способна управлять массами и диктовать людям свои правила. Особенно ущемлены права женщин в исламской религии. Все эти нормы основывались на том, что женщина приходилась матерью, поэтому она должна была сидеть дома и воспитывать детей. С детства девушек готовили именно к браку, а не давали ей какие-либо учения по работе. Основной задачей девушки было сохранить девственность до брака и быть хорошей женой, после того, как ее выдадут замуж. Причем часто бывало так, что девушку отдавали замуж за кого-то без ее согласия и желания. Такие случаи происходили среди богатых семей, так как это было выгодно. О любви или желании девушки речь тогда и не шла. Так как богатым семьям было выгодно соединиться между собой, а происходило это благодаря браку их детей.

Женщина в иудаизме занимает весьма незавидное положение. «Жене сказал: умножая умножу скорбь твою в беременности твоей; в болезни будешь рождать детей; и к мужу твоему влечение твое, и он будет господствовать над тобой» (Библия; 3:15). Согласно Талмуду, еврейскому религиозно-юридическому кодексу, муж имеет право развестись с женой, если она просто разбила блюдо в его доме, или если муж найдет другую женщину, красивее, чем его жена. В принципе в иудейском законе доминирует точка зрения гиллетской школы, согласно которой муж имеет право на развод без всякой на то причины. Талмуд также требует от еврея дать жене развод, если она ела или жадно пила на улице, если кормила грудью на улице, если не зачала в течении десяти лет. Сама же жена не имеет права

на развод. Иудаизм женщине отводит строго подчиненное положение в семье и в обществе. Женщина не может быть свидетельницей в суде, не имеет права выходить на улицу без покрывала. Согласно Талмуду, жена – послушная раба своего мужа. Каждый верующий еврей ежедневно произносит молитву, в которой горячо благодарит бога за то, что он не создал его женщиной, а женщина должна в молитве благодарить бога за то, что он создал ее для послушания и подчинения мужчине.

Отношение к женщине в христианстве характеризуется таким образом: «Жены, повинуйтесь своим мужьям, как Господу, потому что муж есть глава семьи, как и Христос глава Церкви...» Женщина в христианстве была обвинена в грехопадении Адама, а, соответственно, и всего остального человечества. Как говорится в Библии: «...и не Адам прельщен; но жена, прельстившись, впала в преступление». Обвинения и само отношение христианского духовенства к женскому роду привели к очень отрицательному отношению к женщине во всей Европе и остальном христианском мире.

Августин Блаженный никогда не допускал в свой дом и к своей трапезе женщин. Исключение не было даже сделано для его родной сестры – монахини. Св. Тертуллиан говорил, что «...женщины являются вратами к дьяволу...», и что именно женщина изначально повинна в смерти Сына Божьего. Многие средневековые священники утверждали, что «...женщина опаснее змеи». А Св. Томас говорил: «истинным христианином можно стать, лишь не прикасаясь ни к какой женщине. Лишь давшие обет безбрачия могут нести святой Дух». В средние века христианские священники и монахи сторонились даже тени женщины, чтобы не осквернить свою душу.

Долгое время христианское духовенство не могло решить сложный для себя вопрос: имеет ли женщина душу?! В середине VI века Маконский церковный собор в числе прочих важных вопросов рассматривал и эту сложную проблему. Почти половина присутствующего духовенства категорически отвергла даже само предположение о том, что женщина может иметь душу, и лишь с перевесом в один-единственный голос собор христианской церкви признал, что у женщины, хоть она и является существом низшего порядка, все таки имеется некое подобие души. Христианская религиозная философия средневековья однозначно и жестко закрепляет идею неполноценности женщины и определяет ей положение похотливой и нечистой во всех отношениях твари. Помимо этого именно христианские средние века породили женоненавистническую ведьманию.

В западной культуре очень долго существовало неравенство в правах мужчины и женщины, отчасти это было связано с особенностями религиозных обычаев (например, в христианстве женщина до сих пор не может входить в клир), отчасти из-за стереотипов о неспособности женщины принимать ответственные решения. В настоящее время во многих западных странах (преимущественно, в странах Европы, а также в США) наблюдается тенденция уравнивания в правах женщины и мужчины. Перемены, произошедшие в отношении к женщине в XX веке на Западе, наиболее ярко характеризуются такими процессами, как сексуальная революция и активизация феминизма как крайнего проявления стремления к равноправию мужчины и женщины.

Этикетность женского поведения не исчезла еще и в наши дни. На европейца, воспитанного на превратно понятых идеях равенства полов, в результате которого женщина становится похожа на мужчину (короткая стрижка, брюки), а мужчина – на женщину (длинная прическа, серьги), японка производит самое благоприятное впечатление. Один восторженный путешественник как-то заметил: «Соедините воедино светлый взгляд сестры милосердия и сердце неиспорченного ребенка – и вы получите представление о японской женщине!» Японская женщина при разговоре с мужчиной всегда должна приветливо улыбаться. Порой, правда, это приводит к досадному непониманию. Например, когда я впервые очутился в Японии, моя добрая приятельница-японка стала рассказывать однажды об обстоятельствах гибели ее брата, попавшего в автомобильную катастрофу. При этом она мило улыбалась. Я воспринял это за душевную черствость, и только потом понял, что правила приличия обязывают ее демонстрировать улыбку при любых обстоятельствах. Самый лучший, самый благородный муж все-таки будет обращаться с женой, как со служанкой. Жена должна подавать мужу все, что ему нужно; когда он выходит из дому, она в сенях должна низко поклониться ему, также прислуживать ему у стола. Но можно, даже и не входя в японский дом, убедиться в полном деспотизме мужа. Когда идет дождь, жена должна держать над своим повелителем зонтик, даже и в том случае, если ей приходится для этого идти на цыпочках. В вагонах муж ложится спать на сидении, занимает три места, берет подушку, накрывается одеялом, а жена, скорчившись в уголке, дремлет, подложив под голову шелковый платок.

В Египте муж немедленно сжигал женщину за измену, а измена самого мужа не возбранялась. В Ассирии если женщина выносила из дому какую-то вещь, то считалась воровкой, и муж со спокойной совестью

отрубал ей уши. После смерти мужа жена оставалась полностью в распоряжении его семьи и была обязана выйти замуж за одного из его родственников. В Древнем Перу красивых девочек делали наложницами знати, а остальных – ткачихами в больших женских монастырях. На Руси же брака не существовало вообще. Девиц доставали себе уводом и похищением в неограниченном количестве.

У арабов до прихода Ислама часто хоронили живьем новорожденных девочек. У евреев до прихода Моисея всякий отец имел право продать свою дочь в наложницы на известный срок, означенный в продажном контракте. Девушка при этом ничего не получала, деньги, полученные при этой продаже, поступали полностью отцу. В Конго беременной женщины сторонились как нечто отвратительного и мерзкого. Среди многих народов Африки, Америки и Полинезии было принято – как обычай гостеприимства – отдавать жен на временное пользование гостям или вообще проезжим путешественникам, остановившимся неподалеку от поселка. В Финикии отцы отдавали своих дочерей в пользование чужеземцам, как и мужья в Экваториальной Африке охотно предлагали своих жен богатым чужестранцам, ибо зарабатывали на этом неплохие деньги. Подобных примеров множество. Однако перечисленного вполне достаточно, чтобы понять отношение мужчин к женщине в древности.

Литература

1. Положение и права женщины в семье и обществе в древности, средние века и новое время: Историко-юридический очерк / Щеглов В.Г., орд. проф. Демид. юрид. лица. – Ярославль: Тип. Э.Г. Фальк, 1898. – 175 с.
2. Гражданское положение женщины: С древнейших времен: (Etude sur la condition privée de la femme): Перевод с французского / Жид П.; Под ред. и с предисл.: Ю. Гамбаров, проф. – М.: Маг. «Книж. дело», 1902. – 521 с.
3. Библия, Н.З., Послание к Ефесьянам, 5

КОНЦЕРТНАЯ ПРОГРАММА, ПОСВЯЩЕННАЯ ПРАЗДНИКУ ВЕСНЫ

Цель: формирования чувства прекрасного, любви к искусству, воспитание уважительного отношения к женщине.

Задачи:

- поздравление всех женщин и девушек группы и факультета с днем Женщин;
- сплочение коллектива в процессе подготовки.

Актальный зал украшен шарами и первыми весенними цветами. На сцене – красочный плакат с поздравлением женщин с Днем 8 марта. Перед сценой стол, за которым сидят ведущие: студент и студентка.

Ведущая: Добрый день, уважаемые телезрители. Мы рады приветствовать вас на канале «Весенний».

Ведущий: Сегодня, когда вся страна все еще продолжает встречать замечательный праздник весны, когда все поздравляют матерей, бабушек, сестер и подруг, наш канал дарит вам, дорогие телезрители, большую праздничную программу.

Ведущая: И первыми вас спешит поздравить победитель проекта «Стань звездой».

Ведущая: Дорогие телезрители! В поисках талантов мы объехали все университеты, школы, лицеи, колледжи, училища и даже детские сады.

Ведущий: Ах, простите. Я плохо слышу. И не удивительно! Мы выслушали 97 тысяч участников проекта, которые пели, выли, пищали и орали на протяжении 75 часов.

Ведущая: Но наши усилия не пропали даром! Мы смогли найти лучших из лучших!

Ведущий: И сейчас перед вами выступят победитель нашего конкурса, гостя из Польши – пани Мария с самой что ни на есть актуальной песней про любовь, про большую любовь.

Ведущая: Встречайте Мария и Wielka milosc
Песня под фортепиано.

Ведущий: Ну что ж, пожелаем Марии внести достойный вклад в современную польскую и может быть белорусскую культуру.

Ведущая: В начале весны в праздник женского Дня мы поздравляем прежде всего наших матерей. Самое большое счастье матери – это здоровые, умные, красивые, талантливые дети. Такие, как участники нашей следующей передачи, лауреаты конкурса «Новые имена».

Ведущая: Дорогие телезрители! Сегодня вы имеете возможность увидеть и услышать не просто одаренных, но по-настоящему талантливых детей. На сцену приглашаются неоднократные лауреаты кинопремии Оскар театральная труппа из Британии “Duck Tales” с постановкой знаменитой пьесы для гурманов Luncheon.

Инсценировка пьесы.

Ведущий: Теперь все знают, как надо правильно питаться.

Ведущая: А теперь узнаете как правильно готовить.

Ведущий: А так как все женщины сегодня заняты тем, что принимают цветы и слушают комплименты, готовить будут мужчины.

Ведущая: И в эфире передача «Смак» и готовит сегодня Влад, его 3-х летний сын и котенок....

Студент читает рецепт.

Суп без жены

Взять чистую кастрюлю и наполнить ее тремя литрами воды, вымыть килограмм картофеля, вытащить из кастрюли тапочки трехлетнего сына, зажечь плиту, отругать сына, вытереть пол и вновь наполнить кастрюлю водой.

Поставить на огонь, забрать у сына изо рта картошку, почистить одежду сына и картошку, отобрать у малыша спички и потушить свои брюки.

Достать где-нибудь 300 граммов мяса, бросить в кастрюлю картофель, догнать кота и отобрать у него мясо, стукнуть кота веником, сказав: «На подавись!»

Вскрыть пачку с надписью: «Суп вермишелевый, с мясом, быстрорастворимый, без осадка». Посолить картофель, подмести в тарелку содержимое пачки, дать сыну подзатыльник, посолить картофель, помириться с сыном, посолить картофель.

Откачать подавившегося мясом кота, посолить, бросить в кастрюлю содержимое тарелки, помешать веником, посолить, чертыхнуться, попытаться извлечь из кастрюли лишнюю соль.

Подержать ошпаренную руку под струей воды, закрыть горячую, открыть холодную воду, ругнуть сантехников и водокачку.

Насыпать в кастрюлю сахар, отыскать во дворе сына, отшлепать его, помириться с ним, сходить с ним в кино. Вернуться бегом на кухню, выключить газ, открыть окно, выгнать полотенцем дым и гарь, успокоить соседей, пожарную охрану, похвалить сантехников и водокачку.

Закрыть кран с холодной водой, вытереть пол у себя и потолок у соседей снизу.

Попробовать суп, плюнуть, предложить суп коту. Начать очищать кастрюлю от золы, обнаружить на дне прогоревшую дыру и свои новые часы, спросить сколько времени, отшлепать сына, соседей и пожарных.

Обливаясь скуными мужскими слезами, дочистить и вернуть кастрюлю соседям.

Дать коту добавки, залатать брюки, откачать кота, помириться с котом и пойти с ним и с сыном в столовую.

Ведущий: Да, после такого сытного обеда не помешало бы немного подвигаться.

Ведущая: Это-то мы, женщины, умеем. И у нас в эфире любимая передача активных и жизнерадостных, т.е. студентов – «Короли танцпола».

Ведущий: И ее самая частая победительница Натали с композицией «Разговор со счастьем».

Танцевальный номер.

Ведущая: На адрес нашего канала приходит множество писем, авторы которых просят нас повторить особенно запомнившиеся выпуски любимых передач. Мы с радостью исполним ваше желание! Думаю, каждому телезрителю будет приятно еще одна встреча с Максимом Галкиным и передачей «Кто хочет стать миллионером?».

Пародия на телепередачу «Кто хочет стать миллионером?»

Перед сценой появляется другой столик, за которым усаживается студент, играющий роль телеведущего Максима Галкина и участница игры.

Максим: Итак, представляю вам новую участницу нашей игры. С нами сегодня Гортензия Охламонова.

Максим: Знакомы ли Вы с правилами нашей игры?

Участница: Да.

Максим: Тогда не будем терять время. Первый вопрос: Как заканчивается русская пословица: «Семь раз отмерь...»: Один раз пришей, один раз оторви, один раз откуси, один раз отрежь.

Участница: Так... Будем рассуждать логически. Что можно отмерять?

Максим: Действительно, что?

Участница: Ну, например, что-нибудь вкусное. Тогда ответ – один раз откуси.

Максим: Вы даете ответ?

Участница: Да.

Максим: Это Ваш окончательный ответ?

Участница: А что, неправильно?

Максим: Я не знаю. Я бы одним укусом не ограничился.

Участница: Тогда я беру подсказку компьютера.

Максим: Пусть компьютер уберет два неверных ответа... Так, остались ответы «Один раз отрежь» и «Один раз откуси». Какой из них Вы считаете верным.

Участница: Один раз отрежь. Все. Это мой окончательный ответ. Я вспомнила – моя бабушка была хирургом и всегда говорила, что перед операциями вспоминала эту пословицу.

Максим: Ну что ж, Ваш ответ принят. Русская пословица гласит: «Семь раз отмерь, один раз...отрежь», правильно! Переходим к следующему вопросу. Сколько букв в слове «laugh»: две, три, четыре, пять.

Участница: Какие Вы трудные вопросы задаете, Максим. Так, будем рассуждать логически. Ну, не две, это точно. И не четыре. Остается два ответа.

Максим: Железная логика.

Участница: Но, чтобы ответить правильно, нужно знать, как пишется это слово. Как же оно пишется?

Максим: Ну, не буду спрашивать, что у вас в школе было по английскому языку. Может, воспользуемся помощью зала?

Участница: Да, давайте попросим зал.

Максим: Итак, 49 процентов считают, что в слове «laugh» три буквы, 49 – «пять», и по одному проценту полагают, что в этом слове две буквы и четыре буквы.

Участница: Я выбираю ответ «пять». Пять букв.

Максим: Но почему же пять?

Участница: Я думаю, что это счастливое число. Ведь в школе по английскому языку у меня было пять.

Максим: И Вы правы! Следующий вопрос: «Кто автор книг о Гарри Поттере»: Александр Сергеевич Пушкин, Джоан Роулинг, Петр Ильич Чайковский, братья Гримм. Вы читали книги о Гарри Поттере?

Участница: Конечно, читала. Только автора позабыла. Я хочу позвонить другу. Андрею Заумному. Он все книги о Гарри Поттере читал.

Максим: Хорошо, звоним другу.

Андрей: Алло!

Максим: Здравствуйте, Андрей! Вас беспокоит игра “Кто хочет стать миллионером?” и я, Максим Галкин!

Андрей: Очень приятно.

Максим: Вы можете помочь вашей подруге Гортензии Охламоновой выиграть миллион. Вы готовы?

Андрей: Готов!

Максим: Пожалуйста, Гортензия!

Участница: Андрей, кто написал книги о Гарри Поттере?

Андрей: Джоан Роулинг!

Участница: Ты уверен?

Андрей: Да, да!

Максим: Ваш ответ!

Участница: Я соглашусь с Андреем. Хотя мне, почему-то, больше знакомо имя «Александр Сергеевич Пушкин». Да и этот, Петр Ильич Чайковский, тоже известный писатель. Он про эту, «Муху-стрекотуху» еще сочинил. Но я друзьям доверяю больше, чем себе. Раз Андрей говорит – Джоан, значит, Джоан.

Ведущая: Мы остановились на небольшом фрагменте передачи «Кто хочет стать миллионером?», но уверены, что каждый из вас помнит, как Гортензия, благодаря своим глубоким знаниям, смогла выиграть миллион. А вот участники нашей следующей передачи получили благодаря своим знаниям и талантам не меньший приз – признание и любовь миллионов телезрителей.

Ведущий: Конечно, ведь они учат нас быть красивыми, а эта индустрия никогда не будет не популярна, особенно среди женщин.

Ведущая: И у нас в эфире – передача Здоровье, а у нее в гостях – сотрудницы института красоты Юлия Александровна и Ольга Юрьевна.

Маленькие хитрости женской красоты

Выходят две девушки в белых халатах.

Сотрудница 1: Здравствуйте. Я – заведующая лабораторией в Институте красоты. А это наш ведущий сотрудник. В нашем институте мы регулярно проводим мониторинг всех новинок косметологического рынка. И вот к какому выводу мы пришли... Все эти средства для красоты не достигают заявленного эффекта.

Сотрудница 2: Короче, «развод» это все девчонки. Нас кидают!

Сотрудница 1: Екатерина Андреевна, вы же ученый?!

Сотрудница 2: Нет, ну а, что каталоги эти листаешь, кучу тюбиков покупаешь. Да я бы уже могла себя три шубы купить на деньги, которые я на эти пузырьки потратила.

Сотрудница 1: Спокойно. Мы такие не одни.

Сотрудница 2: В общем, нами разработан комплекс действенных средств для поддержания женской красоты. Без всяких химикатов!

Сотрудница 1: И так, начнем. Что бы избежать выпадения волос, смешайте шампунь и клей. Благодаря такому шампуню, ваша голова будет всегда чистой, а волосы закреплены на веки вечные.

Сотрудница 2: Что бы ваши глаза казались больше, носите очки линзами в обратную сторону. Благодаря этому вы сможете строить глазки на расстояние до 100 метров.

Сотрудница 1: Если вам кажется, что мужчины не обращают внимания на вашу грудь, при удобном случае, начинайте бить по ней ясеневым венником – внимание Вам обеспечено.

Сотрудница 2: Если вы внезапно обнаружили, что у Вас из восьми кубиков пресса заметны только четыре, не расстраивайтесь, раньше у вас и двух не было.

Сотрудница 1: Чтобы маникюр получился действительно французским, делайте его на фоне плаката с Эйфелевой башней и непременно картавьте.

Сотрудница 2: Раньше эпиляция приносила неприятные ощущения, теперь это в прошлом, просто надо постоять рядом с костром. Костер – ударьте огнем по проблемам.

Сотрудница 1: Что бы избавиться от лишнего веса, совершенно не обязательно ограничивать себя в еде, попросите главбуха ограничить Вас в зарплате и у вас будет осиная талия.

Сотрудница 2: Если Вы не успеваете ходить в солярий, гуляйте с нездорово-бледным человеком и цвет вашей кожи заиграет по-новому.

Сотрудница 1: Если Вы хотите сделать мужу приятное, то во время финала Лиги Чемпионов намажьте лицо любимым кремом и уйдите в соседнюю комнату.

Сотрудница 2: Надоело, что Вас постоянно дразнят «рыжей»? Узнайте сколько стоит двухкомнатная квартира в центре и седина поставит в тупик Ваших обидчиков.

Сотрудница 1: Если Вам говорят что у Вас некрасивые волосы, отвечайте, что зато у них глубокий внутренний мир.

Сотрудница 2: Избавиться от морщин поможет косметический салон «Сусанин». Косметический салон «Сусанин» – от нас еще никто не возвращался ... с морщинами.

Сотрудница 1: Сбросить 60 кг за один месяц Вам поможет «Чудо» в упаковке по 20 кг. Носите «Чудо» с собой и чудо произойдет.

Сотрудница 2: Если у Вас ломкие ногти и хрупкие зубы – Вам поможет отвар из кальция.

Сотрудница 1: Если у Вас сухая кожа, то закажите себе полусладкие губы.

Сотрудница 2: Скрыть Ваш возраст поможет хорошее вранье.

Сотрудница 1: Таким образом, данный комплекс средств поможет вам всегда быть на высоте.

Сотрудница 2: А если нет, то воспользуйтесь стремянкой.

Сотрудница 1: До свидания!

Поклон. Уходят.

Стихотворение

Читает студент

Вы все сегодня так прекрасны,
Так обаятельны, нежны!
Посмотришь – сразу станет ясно:
Вокруг дыхание весны!

На этой непростой работе,
Среди компьютеров, бумаг

Вы ярче прежнего цветете,
Как будто рядом добрый маг,

Который подарил вам чудо
Быть молодыми, жить любя,
А стирку, кухню и посуду
Взял, безусловно, на себя!

Так будьте счастливы, здоровы,
За все беритесь горячо,
А мы подставим вам готовы
Свое надежное плечо.

Желаем вам в делах удачи,
Любви красивой и большой!
Вы улыбаетесь, а значит,
Все в жизни будет хорошо!

Ведущий: Теперь мы можем быть уверены, что после нашей передачи вы точно останетесь сытыми, красивыми и стройными, а главное – счастливыми.

Ведущая: А последним, но не по значимости право поднять ваше весеннее настроение предоставляется ... *Называются имя фамилии исполнителей. Исполняется номер художественной самодеятельности.*

Все участники под музыку выходят на сцену.

После концерта целесообразно собрать участников концерта на чаепитие для обсуждения итогов мероприятия. Они отвечают на вопросы, соответствовало ли представление их ожиданиям, что получилось лучше всего, что хуже, почему и т.д.

Ахмаева И.В.,

*преподаватель кафедры теории
и методики физического воспитания*

НА ПУТИ К ЗДОРОВЬЮ

(семинар-практикум)

Цель: формирование мотивации студентов на здоровый образ жизни, укрепление их физического, психологического и духовного здоровья. Основными задачами являются:

– содействие развитию личности студента, его социализации, гуманизации,

- пропаганда здорового образа жизни,
- воспитание культуры поведения, нравственных качеств личности.

План проведения кураторского часа:

1. Вступительное слово куратора студенческой группы.
2. Видеофильм «Здоровый образ жизни студента».
3. Дискуссия на тему «Жизнь со знаком «+» и жизнь со знаком «-».
4. «Письма мертвых душ».
5. Физкультурный марафон.
6. Подведение итога кураторского часа.

Оборудование: плакаты, видеофильм «Здоровый образ жизни студента», мультимедийная установка, карточки со словосочетаниями для дискуссии, бумага формата А4 для написания писем, ватман, спортивная форма.

Оформление высказываний о здоровье:

«Когда нет здоровья, молчит мудрость, не может расцвести искусство, не играют силы, бесполезно богатство и бессилён разум» (Геродот).

«Здоровье – это единственная драгоценность» (Монтень).

«О спорт! Ты – наслаждение!

Ты – верный, неизменный спутник жизни.

Нашему духу и телу ты щедро

Даришь радость бытия

Ты – бессмертен! (Пьер де Кубертен).

Ход кураторского часа

Куратор: Люди часто говорят друг другу при встрече это хорошее доброе слово! Они желают друг другу здоровья. Вот и я обращаюсь к Вам – здравствуйте! А вы знаете, что дороже всего на свете? Конечно, это жизнь, это здоровье. Еще в Древней Руси говорили: «Здоровье дороже богатства, здоровье не купишь. Дал бы Бог здоровья, а счастье найдешь». Русские люди испокон веков были здоровыми, крепкими, что помогало им переносить все невзгоды и трудности.

Наш кураторский час посвящен здоровому образу жизни, прежде всего, жизни без сигарет, без алкоголя и без наркотиков! Мы постараемся понять, что здоровье – это состояние полного физического, духовного, душевного и социального благополучия. И что здоровье человека не отделено от его жизнедеятельности. Так пусть же стремление к здоровому образу жизни станет целью каждого из нас.

Демонстрация видеофильм «Здоровый образ жизни студента». Если нет возможности продемонстрировать видеофильм, предлагаем организовать познавательную дискуссию студентов «Что я знаю о здоровом образе жизни (ЗОЖ)?», в которой необходимо рассмотреть проблемы здорового образа жизни и состояния здоровья студентов.

Куратор проводит дискуссию на тему «Жизнь со знаком «+» и жизнь со знаком «-». Студентам предлагаются карточки со словосочетаниями, необходимо во время дискуссии обозначить слова-ценности, определяющие здоровый образ жизни, аргументировано обосновать выбранный ответ.

Примерные словосочетания:

- Свободная жизнь. Зависимая жизнь.
 - Радостная жизнь. Горестная жизнь.
 - Нравственная жизнь. Безнравственная жизнь.
 - Жизнь: могу, хочу. Жизнь: не могу, не хочу,
 - Желая, должен. Не желая, не должен.
 - Жизнь с надеждой, любовью. Жизнь без надежд, красотой сыты.
 - Интересная жизнь. Скучная жизнь.
 - Жизнь с целью. Бесцельная жизнь.
 - Жизнь с совестью. Бессовестная жизнь.
 - Добрая жизнь. Жизнь со злом.
 - Ответственная жизнь. Безответственная жизнь.
 - Активная жизнь. Пассивная жизнь.
 - Трудолюбивая жизнь. Ленивая жизнь.
 - Гигиеническая жизнь. Нечистоплотная жизнь.
 - Трезвая жизнь. Хмельная жизнь.
 - Жизнь с будущим. Жизнь без перспектив.
 - Продуктивная жизнь. Потребляющая жизнь.
 - Милосердная жизнь. Жестокосердная жизнь.
- Необходимые условия здорового образа жизни:*
- не пить;
 - не курить;
 - заниматься спортом;
 - полноценно и правильно питаться;
 - не употреблять наркотики;
 - не вести беспорядочную половую связь;
 - позитивное отношение к себе;
 - доброжелательное отношение к другим;
 - гармоничные отношения в семье;
 - саморазвитие, самосовершенствование.

Возможные мотивы здорового образа жизни (Для чего вы стали бы вести здоровый образ жизни?):

- Быть сильным.
- Быть всегда в форме.
- Быть уверенным в делах.
- В полной мере реализовать свои способности.
- Развиваться как личность.
- Иметь здоровых детей.
- Долго прожить.
- Получить от жизни радость, удовлетворенность.

Обстоятельства, которые могли бы побудить изменить образ жизни:

- Общее неудовлетворительное самочувствие.
- Неудачи в делах.
- Пример здорового образа жизни авторитетного человека.
- Влюбленность.
- Желание быть здоровым.
- Тяжелая болезнь.

Ваше отношение к здоровому образу жизни:

- Необходим ли, по Вашему мнению, здоровый образ жизни?
- Является ли Ваш образ жизни здоровым?
- Что Вы делаете для повышения уровня своего здоровья?

Студенты зачитывают «Письма умерших душ» (звучит грустная трагическая мелодия):

– Я – ребенок-инвалид. Мои родители – алкоголики. Я родился с врожденным пороком сердца и умер в возрасте 5 лет на операционном столе. Мои родители до сих пор живы...

– Мой отец постоянно курит, прямо на кухне. Но раком легких почему то заболел я. После длительного лечения, не выдержав боли, я выбросился из окна. Мне было 14 лет...

– Я стала употреблять наркотики, когда училась в училище. Думала, что только попробую. Умерла в 17 лет в страшных муках от передозировки...

– Я употребляя наркотики внутривенно заразилась СПИДом. Мое сердце перестало биться. А мне так хотелось жить...

Куратор:

Вглядишься, планета в их глаза –

Свое увидишь отраженье.

Смотреть и не смотреть нельзя.

В них приговор. И нет прощенья.

Останови, планета, бег!

Чтоб каждый мог других услышать,

И чтобы каждый человек

Обрел свою надежду выжить.

Студентам предлагается написать письма зависимым от вредных привычек людям, где бы они обозначили не только признаки и симптомы, но и подсказали человечеству выход из зависимости от этих пагубных привычек (некоторые из писем по желанию студентов можно авторам зачитать).

Куратор: Здоровое поколение – одно из главных достижений любой нации. Это – залог будущего, залог развития и сохранения любого народа. От состояния здоровья человека зависит успех его учебной, профессиональной и творческой деятельности, реализация своих потенциальных физических и интеллектуальных способностей. Особенно это касается детей и молодежи, которые о здоровье не очень задумываются. Отсюда понятно, насколько важно начиная с самого раннего возраста, воспитывать у детей активное отношение к собственному здоровью, понимание того, что здоровье – величайшая ценность, дарованная человеку природой.

Счастливую полноценную жизнь можно представить в виде дерева жизни. Листья этого дерева – дни жизни человека. Каждый лист будет свеж и зелен, если поддерживать крону и будут равноценны ветви «Я могу», «Я хочу», «Я должен». Эти ветви поддерживает ствол «Здоровый образ жизни» – питаемый корнями.

Куратор описывает дерево «Здорового образа жизни», в соответствии с комментариями делаются зарисовки на ватмане.

Куратор: Все ли корни перечислены? Может быть, есть дополнения? *Студенты по одному выходят к доске и зарисовывают на ватмане дополнительные «корни дерева»: отказ от вредных привычек, спорт, активная жизненная позиция, рациональное питание и т.п.*

Куратор: Для каждого человека нет большей ценности, чем его здоровье. Ведь именно здоровье способствует оптимальному проявлению важнейших социальных функций человека, и от состояния здоровья зависит вся полнота проявлений социальных богатств личности и ее образа жизни. На здоровье оказывает влияние комплекс социальных и естественных факторов. Огромную роль в этом комплексе играет система оздоровительных мероприятий, среди которых физическая культура и спорт занимают одно из первых мест, поскольку поддержание высокого уровня здоровья невозможно без определенной степени физической активности. Это и определяет обязательность и необходимость широкого и всестороннего

использования средств физической культуры и спорта, которые должны стать неотъемлемой частью жизни молодежи.

«Люди с самого рождения жить не могут без движения

Потрудились – отдохнем,

Встанем – глубоко вздохнем.

Руки в стороны, вперед, влево, вправо, поворот.

Три наклона, прямо встать,

Руки вниз, затем поднять.

Руки плавно опустили, всем улыбку подарили.

Куратор проводит физкультурный марафон: студенты по очереди показывают упражнения под музыкальное сопровождение, при этом акцентируя внимание на их положительное влияние.

Куратор: Оптимальный двигательный режим, систематическое выполнение физических упражнений – это не только сущность жизни, но и основа здоровья. Физические упражнения позволяют сохранить молодость, улучшить свой внешний вид, избавиться от лишнего веса, повысить жизненный тонус и улучшить самочувствие. Итак, образ жизни личности можно считать здоровым, если эта личность сознательно активно существует в благоприятных психических и физических условиях, не проявляя по отношению к себе и пространству агрессивности в опасных формах. Здоровье – это первая и важнейшая потребность человека, определяющая его способность к труду и обеспечивающая гармоническое развитие личности. Оно является важнейшей предпосылкой к познанию окружающего мира, к самоутверждению и счастью человека. Активная долгая жизнь – это важная слагаемая человеческого фактора.

Литература

1. Амосов, Н.М. Раздумье о здоровье / Н.М. Амосов. – М.: Физкультура и спорт, 1987. – 64с.
2. Велитченко, В.К. Проблемы физического воспитания подрастающего поколения / В.К. Велитченко // Теория и практика физической культуры, 1984. – № 4. – С. 30–31.
3. Гутько, И.П. Азбука здоровья / И.П. Гутько, В.А. Соколов, К.К. Заборовский. – Мн.: Польша, 1988. – 175 с.
4. Розенцвейг, С. Красота и здоровье / С. Розенцвейг. – М.: Физкультура и спорт, 1988. – 88 с.
5. Смирнов, Н.К. Здоровьесберегающие образовательные технологии и психология здоровья в школе / Н.К. Смирнов. – М.: АРКТИ, 2005. – 320 с.
6. Фурманов, А.Г. Оздоровительная физическая культура: Учебник для студентов вузов / А.Г. Фурманов, М.Б. Юспа. – Мн.: Тесей, 2003. – 528 с.

Цветкова Т.В.,

преподаватель кафедры экономики и управления

НИКОТИНОВАЯ ЗАВИСИМОСТЬ

(семинар)

Цели: формирование негативного отношения у студентов к курению и потребности в здоровом образе жизни; воспитание ответственного отношения к своему здоровью и здоровью окружающих.

Задачи:

– информирование студентов о вредном влиянии табачного дыма на организм человека и развитии никотиновой зависимости;

– выяснение имеющихся предрассудков и ложных представлений о курении;

– побуждение к приобретению умения противостоять давлению среды в приобщении к курению.

Куратор: «Трудно себе представить то благотворное изменение, которое произошло бы во всей жизни людской, если бы люди перестали одурманивать и отравлять себя водкой, вином, табаком и опиумом».

Л.Н. Толстой

В Республике Беларусь в целом за последние годы уровень распространенности курения и его возрастающие тенденции достигли таких величин, что, приходится говорить о настоящей эпидемии табакокурения. В настоящее время 38% мужчин и 23% женщин в Европе являются курильщиками. Среди белорусов курит 42% населения, из них 50,2% мужчин и 21,4% женщин. Согласно данным, обнародованным министерством здравоохранения и социального развития, курение и вызываемые им заболевания ежегодно становятся причиной смерти 1,2 млн человек в мире. В Европейском регионе среди умерших мужчин от всех злокачественных новообразований доля рака легкого составила 26,7%, в Республике Беларусь – 29,5%. Подобная ситуация не может быть терпимой и государство проводит комплекс мероприятий, направленных на ограничение курения табака и снижение числа курильщиков.

Как вы понимаете выбор темы нашего кураторского часа поэтому не случайный. Сегодня мы постараемся ответить на следующие вопросы:

– Как появился табак?

– Из чего состоит табачный дым?

– Почему люди курят?

– Влияние никотина на организм человека.

– Пассивное курение.

- Будущее курильщика.
- Как бороться с курением?

Вашему вниманию предлагается анкета: «Проблема курения среди студентов».

Цель исследования: Выяснить, имеет ли смысл борьба с курением среди студентов.

Гипотеза: Из-за большой распространенности этой привычки у студентов борьба с курением имеет смысл, но дает лишь маленький эффект.

Респонденты: студенты

1. Курите ли вы?
 - Да, часто
 - Да, редко
 - Нет, не курю
2. Вы начали курить из-за?
 - Проблем на учебе
 - Интереса
 - За компанию
3. Сколько сигарет вы выкуриваете?
 - 1-10
 - 10-20
 - 20 и более
4. Сколько лет вы уже курите?
5. Чувствуете ли вы особую тягу к сигаретам?
 - Чувствую сильную тягу
 - Только слегка тянет
 - Совсем не тянет
6. Часто ли ваши неудачи заставляют прибегать к сигарете?
 - Часто
 - Редко
 - Никогда
7. Широкий выбор дешевых сигарет на ваш взгляд провоцирует курение?
 - Часто
 - Редко
 - Никогда
8. Есть ли на ваш взгляд положительные стороны курения?
 - Есть много положительных сторон
 - Есть, но мало положительных сторон
 - Их нет

9. Какие положительные стороны курения вы видите?
10. Имеет ли смысл борьба с курением среди студентов?

Конечно, смысл есть
Смысл есть, но маленький эффект
Смысла нет

11. Собираетесь ли вы бросить курить в ближайшее время?
 - Хочу бросить в ближайшее время
 - Хочу бросить, но не в ближайшее время
 - Не хочу бросать
12. По каким причинам вы собираетесь бросить курить?
13. Бросали ли вы курение раньше?
 - Бросал
 - Не бросал
 - Пытался, но не получилось
14. По каким причинам вы стали снова курить?
15. Основная причина, по которой вы не хотите/не можете бросить курить?

Вопросы для анализа проведения анкетирования

1. Время проведения: _____
2. Место проведения: _____
3. Количество респондентов: _____
4. Количество вопросов: 15
5. На какое количество вопросов получено ответов? ____
6. На сколько цель исследования достигнута?
7. Сравнение с гипотезой (совпадения, расхождения):
 - а) Гипотеза оказалось верной. Практически все ответы говорят об этом.
 - б) Есть единичные расхождения.
8. Достигнуты ли цели гипотезы?
 - а) достигнуты (если гипотеза оказалась верной, значит мы уверены, что выявили, имеет ли смысл борьба с курением среди студентов)
 - б) цель не достигнута.
9. Практические рекомендации.

Основные проблемы низкой эффективности борьбы с курением: это широкий выбор дешевых сигарет и то, что курение по мнению студентов успокаивает, расслабляет и помогает снять стресс. Для решения этих проблем нужно резко повысить стоимость табачной продукции; необходимо принятие налоговых мер по сокращению спроса на табак; защита людей

от воздействия табачного дыма; регулирование состава табачных изделий; регулирование упаковки и маркировки табачных изделий; предупреждение об опасности табака; запрещение рекламы табачных изделий; оказание помощи людям в предупреждении их привыкания к табаку; контроль за незаконной торговлей табачными изделиями.

Выступление докладчика на тему: «История табака».

Куратор: Попробуйте ответить на вопрос «Что побуждает человека (подростка) взять сигарету в руки?»

Предлагается ответить нескольким студентам.

Куратор:

Яд опасный проникает
С дымом в легкие твои,
Он здоровье поедает,
Сокращая жизни дни.

Пропаганда перевозносит
Сигареты до небес,
И никто себя не спросит:
«А зачем нам этот бес?».

В жизни ветреной хватает
И без этого услад,
Но народ не понимает,
И курить он снова рад.

А курильщик был бы рад
Позабить свою привычку,
Но коварен горький яд,
Он нашел для нас отмычку!

Выступление докладчика на тему: «Табак – что нам в нем?».

Куратор: Что ж, давайте рассмотрим достаточно известные и очень актуальные факты к чему приводит курение?

ТАБАК И ЗУБЫ

Курящий с жадностью затягивается дымом, не задумываясь, конечно, о том, что вызывает в организме каждая подобная затяжка. Разрушительное воздействие на организм первым начинает тепло. Чтобы ввести дым из полости рта и носоглотки в легкие, курильщик автоматически и незаметно, слегка приоткрывая рот, вдыхает порцию воздуха. При этом температура воздуха, поступающего в рот, обычно на 40°С ниже температуры

дыма. Такие значительные перепады температуры отражаются на состоянии зубной эмали. Со временем на ней появляются микроскопические трещинки, «входные ворота» для микроорганизмов. В результате этого зубы курильщика начинают разрушаться.

ГАСТРИТ И ЯЗВА ЖЕЛУДКА

Нарушение зубной эмали способствует отложению на поверхности зубов табачного дегтя, вследствие чего она приобретает желтоватый цвет, а полость рта начинает издавать специфический запах, ощущаемый при разговоре с курильщиками. Температура дыма оказывает влияние на слизистые оболочки рта и носоглотки. Капилляры их расширяются, слизистая подвергается раздражению, воспаляется. Тепло табачного дыма и находящиеся в нем химические вещества (аммиак, кислоты и др.) раздражают слюнные железы. Наступает усиленное выделение слюны, которую курильщики вынуждены сплевывать. Часть слюны они проглатывают. Ядовитые вещества дыма (анилин, сероводород и др.), переходя в слюну, действуют на слизистую оболочку желудка, что не остается бесследным. Потеря аппетита, боли в области желудка, чередование запора и поноса, хронические гастриты и, наконец, язвы желудка и двенадцатиперстной кишки – вот расстройства, которые начинаются у курящих во много раз чаще, чем у некурящих.

ТАБАК И КОЖА

«Следы курения» появляются на лице очень рано. Курящая девушка или женщина обычно выглядит старше своих лет: преждевременное старение организма происходит в результате табачной интоксикации. Постоянное курение, как правило, сопровождается бронхитом, который проявляется кашлем после пробуждения и отхаркиванием сероватой, грязно-коричневой мокроты. Хроническое раздражение слизистой оболочки голосовых связок сказывается на тембре голоса. Он теряет звучность и чистоту, что особенно хорошо заметно у женщин, злоупотребляющих курением. Еще более наглядно у курильщиков меняется цвет лица. Дополнительные болезни: рак кожи, рак легких, рак губы.

Пассивным курением называют состояние, когда некурящие вынуждены дышать табачным дымом от курящих. Курильщик социально опасен, так как наносит вред не только своему здоровью, но и здоровью окружающих людей. С этим мы сталкиваемся в квартирах, в общежитии, на остановках. Пассивные курильщики болеют теми же болезнями, что и сами курильщики.

Доклад студента на тему «Табак и его дело».

Доклад студента на тему «Как бросить курить?». *Обсуждение докладов.*

Куратор: А теперь подведем итоги и вернемся к нашим вопросам. Мы узнали о вреде, наносимом организму, психике употреблением табака. Еще раз хорошенько подумайте, что ждет вас впереди, если будете курить. Вспомните те образы старых курильщиков, которых вы знаете и о ком сегодня говорили. Трудно ли бороться с вредными привычками? Безусловно, но если подойти к этому делу со всей серьёзностью, хорошенько настроиться на борьбу, то порвать с вредными привычками может каждый. Если вы все уяснили, то сделайте еще одно усилие и решитесь НИКОГДА НЕ ПРИКАСАТЬСЯ К СИГАРЕТЕ! Помните: здоровье, радость жизни и счастье в ваших руках!

Материалы для подготовки докладов

ИСТОРИЯ ТАБАКА

Истоки табакокурения

Табачный куст родом с Американского континента, он относится к тому же семейству, что и картошка и перец. Семена табака крайне малы, в одной унции содержится около 300000 семян. Считается, что табак выращивался еще в VI веке до нашей эры.

Первые изображения курильщиков табака, найденные в древних храмах Центральной Америки, датируются 1000 годом до н.э. Уже и III веке до н. э. там выращивали табак и владели искусством обработки его листьев для курения. Об этом свидетельствуют и многочисленные фигурки, найденные при раскопках в Гондурасе. Табак был в большом почете у местных лекарей: ему приписывали целебные свойства, листья табака использовались как болеутоляющее средство. В религиозных ритуалах древних цивилизаций Америки их участники верили в то, что вдыхание табачного дыма помогает общаться им с богами. Тогда же появились и два способа курения: в Северной Америке стали популярными трубки, тогда как в Южной Америке большее распространение получило курение сигар, скрученных из цельных табачных листьев.

Для индейцев табак представлял собой волшебное средство, которое использовалось как в религиозных обрядах, так и в политических, военных и других церемониальных действиях. У бразильцев существует миф, что табак – это атрибут самого Бога на земле. Индейцы майя с полуострова Юкатан считали звездный дождь падением частичек пепла сигар, выкуриваемых богами, гром – отзвуком от удара двух камней, с помощью которых те разжигали огонь, а молнии – отлетающими при этом искрами, облака же, полагали они, не что иное, как образующийся при курении дым.

В Европе, а позже и во всем мире, табакокурение стало распространяться после возвращения экспедиции Колумба из Америки.

28 октября 1492 года после почти трехмесячного плавания Христофор Колумб со своей эскадрой, состоявшей из трех кораблей («Санта-Мария», «Нинья» и «Пинта»), высадился на Кубе. Он был уверен, что наконец добрался до владений великого индийского правителя. Небольшой разведывательный отряд был очень дружелюбно встречен индейцами племени тайно, представителями одной из трех народностей, населявших Кубу в то время.

Позже испанский историк Бартоломе Лас Касас писал: «Туземцы ходили туда-сюда с тлеющими головешками в руках и вдыхали дым». Эти «головешки» были скрученными листьями табака, «предками» современных сигар. Индейцы предложили отведать их испанцам, и последние не смогли отказаться, хотя Колумб и сопровождавшие его представители церкви однозначно связывали табакокурение с идолопоклонническими обрядами. Но, похоже, индейцы курили и для собственного удовольствия.

Табак завоевывает Европу

В 1493 году Колумб возвратился к родным берегам. С ним и весь мир (а в первую очередь Испания) открыл для себя табак. В Старом Свете курение сразу же запретили, а в Турции за курение человека могли запросто посадить на кол.

Однако табакокурение все же продолжало распространяться. Видимо, людей привлекало все, что шло из Америки. К тому же ученые того времени подчеркивали пользу табака: считалось, что с его помощью можно было лечить язву и множество других заболеваний. Наконец, разведение табака оказалось необычайно прибыльным делом: только одно растение дает до миллиона семян. Экономические соображения оказались превыше всего: лучше не запрещать выращивание табака, а обложить его налогом. После вымирания племени Таино, табак перестал быть на Кубе предметом культа. Табакокурение получило столь широкое распространение в Испании, что даже духовенство стало вкладывать средства в табачное производство. С историей табака тесно связано имя Жана Нико. Родился он во Франции в семье бедного нотариуса. Школьные свои годы провел в родном городе, а затем перебрался в Тулузу, где занялся историей и литературой.

В 1558 году королева Екатерина Медичи послала Нико в Италию со специальной миссией. С поручением он справился замечательно, после чего был назначен на важный пост в Лиссабоне.

Этот период жизни Жана Нико определил все его будущее. Неумное любопытство исследователя и ученого стали причиной его наблюдений за флорой в садах при лиссабонском дворце, где он стал проводить много

времени. В одном из таких садов Нико и нашел растущий там табак, а тамошний директор подарил ему табачные семена. Вернувшись во Францию, Нико сам стал заниматься выращиванием табака и проводить разнообразные эксперименты с ним, уже будучи известным в литературе и науке человеком.

Прекрасно зная потребности своего времени, а также об использовании индейцами сырого табака в лечебных целях, он решил, что это его шанс стать знаменитым и богатым.

Одного из своих знакомых, молодого человека, страдавшего болезнями носа, Нико излечил компрессами из измельченных свежих листьев табака. Затем он успешно вылечил женщину с дефектами кожи лица, а господина благородных кровей избавил от абсцесса на щеке прикладыванием свежих табачных листьев.

Сформированное подобными случаями общественное мнение укрепило Нико в его уверенности в лечебном действии табака. Путь к известности был для него открыт. Пришедшая к власти во Франции после преждевременной смерти своего сына Екатерина Медичи страдала мигренями. Она обратилась за помощью к Нико, и тот порекомендовал ей растертые в порошок листья табака в качестве лечебного средства. По его предписанию она должна была брать порошок пальцами и закладывать его в нос, а «происходившие от сего насморк и чихание» должны были освободить голову королевы «от плохого». Королеве подобное лечение помогло, табак ей «пришелся по вкусу», и вот уже весь королевский двор принялся усердно нюхать табак вне зависимости от каких-либо недомоганий.

Екатерина Медичи оказала Нико огромную поддержку в его начинаниях, и вскоре табак стали выращивать во всех королевских садах, а потом и в других. Когда табак уже распространился во Франции, он постепенно стал завоевывать и Европу.

Имя Нико вошло в историю. Но незадолго до него монах ордена францисканцев Андре Теве уже выращивал в своем монастыре табак, привезенный из Бразилии. Он описал растение, не проявив, однако, никакого интереса к химическим и медицинским свойствам табака. А по имени Жана Нико был назван никотин.

Первым активным пропагандистом табакокурения в Англии был сэр Уолтер Рейли. В 1584 году он получил от королевы Елизаветы I разрешение на освоение новых земель и в том же году основал колонию в Новом Свете, которую назвал в честь королевы Виргинией. В 1585 году он вернулся оттуда в Англию, привезя с собой табак и солидную коллекцию индейских курительных трубок.

В 1603 году умерла королева Елизавета, и спокойная жизнь для английских курильщиков закончилась. Взошедший на престол Яков I оказался злейшим врагом табака. Король использовал в борьбе с табакокурением различные запреты: на курение при дворе, в общественных местах и даже на улицах.

Правда, совсем запрещать курение в Англии все же не стали. Причина – экспорт табака за границу и высокие налоги на табак в самой Англии, что существенно пополняло королевскую казну.

Уолтер Рейли собрал экспедицию в Америку на поиски мифической страны Эльдорадо, богатой золотом, в существование которой в то время верили. Страны такой он, разумеется, не нашел, зато привез оттуда то, что для него (да и для многих других — в первую очередь, коммерсантов) стало дороже золота, – сладко пахнущий табак.

Когда Рейли возвращался обратно в Англию, испанский флот принял дерзкие попытки завладеть столь ценным грузом, которые не увенчались успехом. Но когда Рейли победителем входил в английскую гавань, король принял решение о заключении мира с Испанией. Авантюрист и злостный курильщик Рейли был обвинен в попытках разжечь войну с испанским королем и приговорен к смертной казни. По дороге на эшафот Рейли выкурил свою последнюю трубку и сам выбил из нее пепел.

Как обстояло дело с табакокурением в других странах Европы? В 1624 году Папа Римский Урбан VIII издал буллу, согласно которой запрещалось курение табака. Король Испании распорядился в 1664 году, чтобы весь табак, который не потреблялся на месте, отправляли в листьях в Севилью. Там в 1676 году впервые начали делать из табачных листьев Puros – прообраз современной сигары.

В конце XVII века Англия и Испания предпринимают попытку сохранить свое господство над новым продуктом – табаком. Это было время, когда страны Карибского бассейна: Африка, Азия и Америка были охвачены табачным бумом. Последствия не заставили себя ждать, когда английские и испанские колонии стали добиваться автономии. Виргиния, для которой табак был основной статьей доходов, проявила наибольшую активность в «Войне за независимость в Северной Америке».

Табачные изделия, потребление которых не сдерживали никакие налоги, уверенно укрепляли свои позиции в Европе. В 1690 году в Англии появилась новая профессия: преподаватели по обучению искусству курения. Стала процветать контрабанда табака: это приносило хороший доход. Повсюду появлялись табачные мануфактуры: в Испании, Великобритании, Швейцарии, Бельгии, на землях Германии и в Голландии.

ТАБАК – ЧТО НАМ В НЕМ

Трудно найти вещество столь популярное в мире. Это не еда, не питье, не одежда, это – табак. Как это ни удивительно, не являясь, как и алкоголь, непосредственно необходимым человеку и человечеству, в целом им пользуется от 40 до 80% всех мужчин в возрасте от 7 до 80 лет и чуть меньше женщин. **Что же это такое?**

Как показывают исследования, табак – листья растения, содержащие клетчатку, углеводы, алкалоиды, эфирные масла и прочие химические элементы, соотношение которых зависит от сорта, типа почвы, климата и технологии его выращивания. Среди веществ, содержащихся в табаке, а их от 70 до 300, сильнодействующими являются: никотин, анабазин, оксид мышьяка, синильная кислота, эфирные масла. Однако при курении происходит сухая перегонка и образуется еще больше веществ и химических соединений. Процесс возгонки во время затягивания ускоряется, температура возрастает до 600°-900° С и образуется еще больше новых веществ и продукт неполного сгорания. Как показывают исследования, количество веществ доходит до 3000. Таким образом, курильщик вдыхает сложный газовой коктейль ради которого выращивается табак, который проходит специальную обработку, фасовку, упаковку, транспортировку и продажу.

Основные компоненты этого сложного коктейля приведены в краткой таблице 1, которую следует дополнить информацией, – что всего известны миру 482 канцерогена, из которых 481 обнаруживается в табачном дыме. И что самое удивительное, ни один из компонентов табачного дыма не является наркотическим веществом. Рассмотрим наиболее существенные компоненты, их три:

ТВЕРДЫЕ ЧАСТИЦЫ табачного дыма – это мельчайшие кусочки золы или пепла, которые обладают свойством разбухать во влажной среде, вред которых особенно ощутим для альвеол легких, попадая на которые частицы разбухают, перекрывают капилляры, нарушая таким образом основную функцию легких – газообмен. Развивается болезнь, известная у шахтеров как силикоз.

Следующим по количеству является **УГАРНЫЙ ГАЗ (СО)**. Являясь продуктом неполного сгорания углерода клетчатки, угарный газ успешно выполняет свои функции – лишает человека значительной доли кислорода, взаимодействуя с гемоглобином крови. Установлено, что если во вдыхаемом воздухе содержится 0,1% СО, то 80% гемоглобина не связывает кислород. Активность СО в 300 раз выше и это вещество вызывает просто удушье!

Основным действующим веществом в табачном дыме является **НИКОТИН**. Это яд растительного происхождения, в чистом виде маслянистая, летучая бесцветная жидкость, обладающая резким запахом и жгучим вкусом. В табаке содержится в виде солей уксусной, лимонной и яблочной

кислот. Являясь сильным основанием и будучи легко растворим, никотин практически беспрепятственно проникает через слизистые оболочки в кровь и через 1-2 минуты достигает мозга.

Механизм воздействия на человека изучен достаточно хорошо и описывается следующим образом: “По ходу нервных стволов симпатические и парасимпатические ветви имеют узлы – нервные ганглии. Именно здесь происходит передача нервных импульсов с участием медиаторов. В различных частях вегетативной нервной системы медиаторы различны по химическому составу (ацетилхолин и адреналин). Токсическое действие никотина проявляется именно в нервных узлах. Оно заканчивается в том, что никотин тормозит передачу нервных импульсов вплоть до блокирования ганглия, нервная клетка лишается способности воспринимать нервные импульсы и передавать их мышцам”. Таким образом, это яд нервнопаралитического действия, способный нарушать основные моторные функции организма – дыхание, сокращение сердечной мышцы и мышечной активности в целом.

**Количество и биологическая активность
основных составляющих табачного дыма от одной сигареты по данным**

<i>Составные части</i>	<i>Кол-во</i>	<i>Эффект</i>
Твердые частицы	15–49 мг	Т, ЧК
Оксись углерода (СО)	10–23"	Т
Никотин	1–2,5"	Т
Ацетальдегид	0,5–1,2"	ЦТ
NO	500–600 мкг	Т
Ацетон	100–250"	ЦТ
Цианистый Н	400–500"	ЦТ, Т
Катехин	140–500"	КОК
Муравьиная кислота	80–600"	ЦТ
Фенол	60–140"	ИВО
Аммиак	50–130°	Т
Акролеин	50–100"	ЦТ
Бензол	20–50	ЧК
Формальдегид	5,0–100"	ИВО
Акрилонитрил	3,2–15"	К
2-нитропропан	0,2–2,2"	К
Карбазол	0–1	К

Т – токсичен, КОК – коканцероген, ИВО – инициализирующее возникновение опухолей, ЧК – канцероген человека, ЦТ – целлатоксичен, К – канцероген

ТАБАК И ЕГО ДЕЛО

К настоящему времени литературы, посвященной вреду табака для организма человека, более чем достаточно. Поэтому целесообразно действовать от противоположного для краткости изложения.

Изучая последствия курения табака, медицина пришла к выводу, что существует всего четыре заболевания, на которые табак оказывает сдерживающее действие.

Однако не стоит обольщаться и говорить о целебных свойствах табака. Ученые утверждают лишь то, что если, например, человек курил табак до заболевания, то не стоит его отговаривать от этого, но не имеет смысла и предлагать больному сигарету, разве что с целью побыстрее расстаться с ним навсегда.

Пожалуй, и все о “пользе”. Практически не существует заболеваний, вероятность возникновения которого не возрастала бы для курильщиков табака многократно. Табак, как яд, который не действует сразу, не становится менее опасен (Г. Лессинг). Можно смело утверждать, что курильщики от старости не умирают. Табак медленно, но верно забирает 10-20 лет вполне полноценной жизни, даже абсолютно здорового человека.

Явно идентифицировать убийцу удастся только в случае смерти от рака легкого, губы, полости рта, бронхита, сосудистых заболеваний и ряда других, возникновение и развитие которых происходит именно под действием веществ, содержащихся в табаке. Перечисление может быть очень долгим. Однако стоит остановиться отдельно на последствиях курения для мужчин и женщин.

Женщине табакокурение наносит наиболее ощутимый вред, так как вносит расстройство в основную функцию женского организма – продолжение рода. Медицинская статистика свидетельствует, что именно курение табака является причиной таких заболеваний и расстройств, как отслойка и предлежание плаценты, преждевременные разрывы половых оболочек, ранние токсикозы, преждевременные роды и выкидыши, а риск мертворожденности увеличивается на 20-30%. Существует и явное влияние курения будущей матери на здоровье ребенка, так как вес детей, отравленных родительским никотином, в среднем на 30-40% меньше, чем у некурящих. А анализ числа заболеваний показывает, что в семьях, не употребляющих табак, дети меньше болеют и их организм более устойчив к обычным заболеваниям. Стоит особо заметить, что яйцеклетки женщин – долгожители, то есть живут от 10 до 30 лет. Они являются, по существу, накопителями канцерогенов. Наиболее отрицательное влияние на развитие плода в этом случае оказывает Рo210. Так, являясь просто ядовитым и

весьма химически активным веществом, полоний накапливается именно в яйцеклетках и благодаря своим мутагенным свойствам (период полураспада 200 лет) кроме вреда как токсическое вещество, вызывает мутации, особенно опасные во время зачатия и развития плода. У ребенка курящей женщины очень слабые антитела.

Таким образом, именно Рo210 является основной причиной физических отклонений и уродств потомства, так как курящая женщина как бы носит в себе постоянно действующий реактор.

Мужское курение табака тоже имеет ряд особенностей, касающихся половой сферы. Так, вызывая сосудистые заболевания, именно табачный дым является одной из наиболее важных причин развития импотенции. Риск этого заболевания увеличивается для курящих мужчин примерно вдвое.

Этим дело не ограничивается, так как никотин, являясь ядом нервнопаралитического действия, попадая в кровь, снижает долю подвижных сперматозоидов. Доля подвижных сперматозоидов в сперме здорового мужчины не ниже 60-70%. А при снижении доли подвижных сперматозоидов до 30-40% – зачатие практически невозможно. Таким образом, курение, особенно длительное, вызывает мужское бесплодие.

Важно знать, что мужские половые клетки, сперматозоиды, при нормальной половой жизни возобновляются в среднем за три месяца. Благодаря этому процесс восстановления половой функции занимает около пяти лет, за которые процент подвижных сперматозоидов увеличивается на 50%, а их подвижность до 47%. У отказавшихся от табака возможно почти полное восстановление всех половых функций и показателей за счет естественного обновления.

КАК БРОСИТЬ КУРИТЬ?

Если человек задает себе подобный вопрос, значит курительная программа начинает разрушаться. И в первую очередь возникают разумные сомнения относительно правильности прежних убеждений.

Причины, побуждающие сомнения, различны. Это и личный опыт, и антитабачная пропаганда или уже начавшиеся проблемы со здоровьем, или наблюдения за другими людьми, чей опыт носит отрицательный или положительный характер. Но часто достаточно весомым является настоятельный совет лечащего врача или друга, объясняющий уже пострадавшему от табака человеку, что лечение возможно только в случае отказа от курения.

Вариантов очень много. Главное заключается в том, что курящий табак человек, являющийся носителем целостной курительной программы, не задумывается, а часто и не хочет слушать об отказе от курения и рассматривает этот вопрос, как посягательство на свободу выбора. А выбор

есть всегда и, как показывает практика, запреты непосредственно нарушают это право, поэтому малоэффективны. Напротив, ненасильственная, часто даже скрытая пропаганда трезвости, здорового образа жизни и успехи расставшихся с табаком людей способны сформировать новые убеждения или сомнения в истинности прежних.

Следовательно, помогая человеку избавиться от табака, свободу выбора желательнее не нарушать. И лучше сделать так, чтобы этот процесс протекал без эксцессов и расстройств как психологических, так и сопровождающих их физических последствий: человек с нарушенной протабачной программой и продолжающий курить уже ощущает сильный стресс, приводящий часто к неврозу. А стрессы и неврозы каждый курящий снимает табаком и поэтому насильственное предложение резко бросить курить часто или безрезультатно, или приводит к еще большему ухудшению ситуации, когда вместе с провалом попытки усиливается убежденность в невозможности и тщетности отказа от курения табака. Тем более, курящий находится в наркотической зависимости от табака. При этом спровоцированное бросание длится 3-6 дней, затем накопленное здоровье расходуется на 2-4-х кратную дозу табака с последующим возвратом к прежней норме. Полученный отрицательный опыт закрепляется. Убежденность в целесообразности употребления табака заменяется на невозможность отказа от него. Происходит очередная модификация программы.

Рассматривая существующие методы отказа от табака, трудно найти ненасильственные, с ломкой до 72 часов. В большинстве случаев предлагается провести моральную подготовку и с определенного дня – отказаться, имея для комфортности сигареты и огонь, а также сознание победы над собой. Другими словами – на собственном волевом усилии. А если силы воли осталось меньше, чем наркотической зависимости, что тогда? Сценарий дальнейшего поведения известен, хотя и индивидуален.

Предложение перейти на более слабые сигареты вообще кроме вреда ничего не приносит. Просто для получения привычной дозы никотина курильщикам приходится чаще курить, прокачивая через свои легкие и фильтруя ими больше дыма и провоцируя тем самым силикоз. Кроме того, более частое употребление табака укрепляет рефлекторно-двигательные реакции поиска сигарет, спичек, закуривания, еще более усугубляя положение самого курильщика.

Случается, что человек сам “бросает” табак и безусловно гордится этим, хотя, возможно, что к тому времени адреналиновый цикл уже основательно разрушен и “ломки” нет. При этом курящий не получает “удовольствия”, преобладает сильное ощущение отравления из-за неполного

удаления табачных ядов. Или, если цикл защиты работает исправно, то даже волевой человек получит от резкого “бросания” несколько унижительных дней, когда любой окурочек на улице будет казаться до одури родным. Однако, о реальности “бросания” мы можем так и не узнать. Вряд ли кто-то признается, что скурился или как он мучился. И то, и другое малоприятно, да и не стоит лишней раз душу беречь – в таких случаях гордиться надо всегда собой и своим поступком.

Вначале условимся о единице курения: так, за ...одно курение примем удовлетворение ЖЕЛАНИЯ в табаке от момента возникновения желания до его ухода...

При этом, если человек совершает только одно курение, он удовлетворяет не потребность, а именно желание, и при этом не выкуривает сигарету обязательно до фильтра, и не делает одну или 100 и более затяжек, а именно удовлетворяет желание, один раз, одной затяжкой или пачкой сигарет – неважно. Следовательно, табак, выкуренный сверх потребности идет сначала на развитие, а затем и на поддержание наркотической зависимости.

Давайте разберемся: как и когда мы курим.

Большинство исследователей этой проблемы выделяют три основные момента или причины:

1. от безделья, для “убийства” времени,
2. по предложению извне,
3. ритуальное курение, по потребности.

Рассмотрим эти случаи подробно.

Так, в первом варианте, стоит себе человек на остановке, а троллейбуса нет. Скучно! И чтобы скоротать ожидание достает сигарету. Случай типичный и любой курящий это подтвердит и скажет при этом, что: “Курить, в общем-то, не хотелось”.

Значит, человек совершает сознательное самопредложение, при котором вначале происходит активация адреналиновой защиты, опережающая поступление никотина в организм. При этом ощущения минимальны, а часто даже и отрицательны.

Во втором варианте всё выглядит совсем иначе. Допустим, Сережа чем-то занят, пусть работой. В это время подходит, скажем, Саша и зовет Сережу в курилку. Тот, естественно, соглашается, но в это время звонит телефон и Сережа покидает Сашу, переключается на телефонный разговор. А Саша идет в курилку и компенсирует там свои адреналиновые накопления. То есть это условный рефлекс в чистом виде.

А вот в третьем случае рефлекс, побуждающий к патологическому действию, безусловный. Часто люди курят по времени, перед едой или

после еды, перед работой или в результате ее завершения. Так, в начале действия для возбуждения, в конце, для расслабления и успокоения такую же сигарету. Утром сигарету, чтобы – проснуться, вечером такую же сигарету, чтобы заснуть и так далее, и тому подобное..., но ритуально, а следовательно с получением именно сознательно и предварительно ими смоделированного и ожидаемого психофизического эффекта, то есть в полном соответствии с программой.

Практика показывает, что люди очень легко отказываются от первых двух вариантов. Достаточно настроя или мотивации на вежливый отказ путем сознательного переключения внимания с предложения закурить на повторение про себя простейшей установки типа – “идуший в ад ищет попутчика”, до предложения найти занятие для рук – например, четки или любую безобидную игру. Именно это и следует предлагать бросающим в начале. Сразу резко падает доза интоксикации и начинают преобладать механизмы очищения организма. При этом бросающий остается курильщиком табака, его свобода не ущемляется, но одновременно он видит, что за 2-3 дня курить стал меньше в 3-4 раза, а это ободряет и морально закрепляет уверенность в собственных силах. Тем более особых неудобств не приносит. Далее возможно переходить к следующему этапу – разрушению ритуальных потребностных циклов.

Однако, когда дело доходит до ритуального табакокурения, начинают сложности. Здесь может помочь программа, основная задача которой – разрушить систему безусловных рефлексов по времени, частоте и силе, а не снизить число курений.

Данная программа заключается в следующем: человеку нужно принять, что теперь он может закуривать, в начале программа (первый день) только через пять минут после возникновения желания. Если он забывает покурить, то в случае очередного позыва – уже через 10 минут и так далее, до полного разрушения адреналинового цикла или хотя бы снижения силы желания. Это происходит потому, что невостребованный избыток адреналина подавляет выделение следующей порции, а возникающий внутренний (безусловный) рефлексорный позыв, не получив адекватного подтверждения в период своего максимума, утрачивает четкую временную структуру и ослабевает.

Практика расставания с табаком показывает, что увеличивать время откладывания закуривания не следует резко. К концу первого дня не более чем до 10-15 минут. При этом следует так же помнить, что у втянутых курильщиков желания возникают с интервалом от 30 до 40 минут, а то и чаще (до 40-60 сигарет в день), и поэтому время откладывания закуривания не

следует увеличивать более чем на это время. Так, если желание не прошло, или что тоже Вы не забыли о необходимости закурить – закуривайте, и курите только до ухода желания, а не до конца сигареты или пачки.

Как правило, число курений удается снизить очень быстро, за 1-2 дня в 1,5-2 раза. При этом курильщик табака получает “удовольствие” от каждой сигареты и должен курить только до ухода ощущения “кайфа”, то есть совершать не более одного полного акта выкуривания одной сигареты, не поддерживая, таким образом, наркотическую зависимость. Это ощущение курящего как раз и будет свидетельством о постепенном угасании желания и зависимости, об отставании адреналиновой компенсации от интоксикации во время курения, но, как показывает та же практика, полного угасания достичь можно лишь только за 1-3 месяца, что долго и опасно. Накопленное здоровье почти очистившегося от табачных ядов организма человека при малейшем превышении потребности сыграет с ним злую шутку. Начнется втягивание в курение и попытка превратится в самоистязание.

Поэтому, не позднее чем через 3 дня, и не увеличивая время откладывания закуривания, и вне зависимости от результатов программы, курение надо бросать резко, неважно с одной или десяти штук в день, так как это и есть те индивидуальные особенности которые она выявляет. Следует особо оговорить, что длительность адреналиновой «ломки» не превышает 72 часов, после которых применение программа неоправданно, ведь именно она позволяет свести эту ломку практически к нулю. И главное здесь то, что человеку осталось совершить именно качественный переход из курильщика табака в состояние трезвенника, сознательно.

Следует заметить, что данная программа не может быть использована как средство снижения числа курений или как способ бросить курить, как, например, предлагается некоторыми медиками. Это только программа и на многих сильно втянутых курильщиков не производит внешнего ожидаемого количественного действия вообще, разрушая лишь временную структуру зависимости.

Поэтому в самом худшем случае за эти 4-6 дней курильщики уходят именно от адреналиновой зависимости и разрушают временную структуру цикла и тем самым максимально облегчают и уменьшают по времени возможную, будущую ломку, которая даже для сильно втянутых курильщиков проходит почти незаметно.

Надо также понимать, что бывший курильщик табака не утрачивает способности к курению, возможны рецидивы ломки, особенно после общения с сигаретой соседа, пребывания в накуреном помещении или

сильного стресса. Поэтому ближайшие полгода будущему трезвеннику лучше воздерживаться от курящих компаний и курилок.

Таким образом, оптимальный график с разбросом в 1-2 дня выглядит так:

1–2-й дни – отказ от убийства времени,

2–3-й дни – отказ от предложений извне,

4–5-й дни – установка на программу, которую следует закончить к 6–7-му дню – во всяком случае разрешать не более 72 часов (длительность табачной ломки).

Конечно, если Вы приходите на групповой курс избавления от табачной зависимости, работаете с руководителем – Вам легче расстаться с табаком. В подавляющем большинстве случаев отказываются все принявшие решение расстаться с табаком. Этому способствует и руководитель, и группа, и работа с дневником. Самостоятельно – сложнее. И не всегда с первой попытки. Так, если у Вас не получилось, повторите – недели через две, и если будете курить только для снятия желания, следующая попытка будет куда успешнее – просто научитесь жить без табака.

Вашему вниманию предлагаются **девять советов, как бросить курить:**

1. Решительно настройтесь бросить курить, подумайте о своем настоящем и будущем, а также о любимых людях, страдающих от Вашей вредной привычки.

2. Назначьте дату, когда бросите курить, и выполните свое намерение – почувствуйте себя человеком слова, гордитесь собой. Не тяните: чем быстрее, тем лучше.

3. Лишите себя дополнительных соблазнов – решительно разломайте все сигареты в доме.

4. До тех пор пока не отвыкнете курить, избегайте мест, где много курящих. Посещайте места, где курение запрещено, например музеи и библиотеки.

5. Отложите деньги, которые обычно тратили на сигареты, и купите подарок любимому человеку.

6. Когда желание покурить гложет Вас, жуйте жевательную резинку (без никотина) или сосите мятные конфеты.

7. Вместо того чтобы взять сигарету, пейте воду и фруктовые соки. Жидкости очищают организм.

8. Займитесь физкультурой в пределах своих физических возможностей. Вас порадует, что состояние Ваше улучшается.

9. Не дайте одурачить себя. Относитесь критически к рекламным сигарет – поразмышляйте над их поверхностным и лживым содержанием.

Не ожидайте чуда – действуйте!

Литература

1. Министерство здравоохранения Республики Беларусь [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://minzdrav.gov.by/>
2. Портал здоровья [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://tiens.by/>
3. Васильченко Е.А. Табакокурение. – М., 2000.
4. Андреева Т.И., Красовский К.С. Табак и здоровье. – Киев, 2004. – 224с.
5. Медицинский портал [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://med-portal.gomel.by/>

Головач Е.И.,

*ст. преподаватель кафедры
восточнославянской и российской истории*

СПЕШИТЕ ДЕЛАТЬ ДОБРО!

(литературный калейдоскоп)

Добро – это сохранять жизнь,
содействовать жизни,
зло – уничтожать жизнь,
вредить жизни.

А. Швейцер

Цели и задачи:

– духовно-нравственное воспитание на примерах проявления доброты и милосердия известных людей;

– показать студентам необходимость проявления таких качеств, как: сострадание, милосердие, доброта, внимание, совесть, честность.

Куратор: Говорят, что если есть в человеке доброта, значит, он как человек состоялся. В.А. Сухомлинский писал: «Если добрые чувства не воспитаны в детстве, их никогда не воспитаешь, потому что это подлинно человеческое утверждается в душе одновременно с познанием первых и важнейших истин, одновременно с переживанием и чувствованием тончайших оттенков родного слова». В детстве человек должен пройти эмоциональную школу – школу воспитания добрых чувств, которая положит начало гуманизму взрослой личности.

Человеческая доброта, милосердие, умение радоваться и переживать за других людей создает основу человеческого счастья. Идея тесного единства человеколюбия, доброты и человеческого счастья пронизывает

воззрения многих выдающихся мыслителей. Еще в V веке до н.э. китайский философ Конфуций сказал:

«Кто полон милосердия, тот непременно храбр,
Кто храбр, необязательно полон милосердия».

Людвиг Ван Бетховен полагал, «что нет ничего выше и прекраснее, чем давать счастье многим людям...».

А.М. Горький оставил после себя такие проникновенные слова: «Лучшее наслаждение, самая высокая радость жизни – почувствовать себя нужным людям... Знай, что всегда приятнее отдавать, чем взять...».

Отрадно, что ныне возрождаются такие забытые понятия, как «доброта», «милосердие», «доброжелательность», «внимание друг к другу».

Выходит студентка и читает стихотворение Р. Гамзатова.

Знай, мой друг, вражде и дружбе цену,
Ты судом поспешным не грехи.
Гнев на друга может быть мгновенным,
Изливать покуда не спеши.
Может, друг твой сам поторопился
И тебя обидел невзначай,
Провинился друг и повинился,
Ты ему греха не поминай.
Люди, мы стареем и ветшаем,
И с течением наших лет и дней
Легче мы своих друзей теряем,
Обретаем их куда трудней.
Если верный конь, поранив ногу,
Вдруг споткнулся, а потом опять,
Не вини его, вини дорогу,
Ты коня не торопись менять.
Я иных придерживался правил,
В слабости усматривая зло.
Сколько в жизни я друзей оставил,
Сколько от меня друзей ушло.
И теперь я всех вас видеть жажду,
Некогда любившие меня,
Мною не прощенные однажды
Или не простившие меня.
Знай, мой друг, вражде и дружбе цену,
Ты судом поспешным не грехи.

Гнев на друга может быть мгновенным,
Изливать покуда не спеши.
Люди, я прошу вас ради бога,
Не стесняйтесь доброты своей.
На земле друзей не так уж много,
Опасайтесь потерять друзей.

Куратор: Человеколюбие общества, семьи, отдельного человека определяются прежде всего отношением к детям, старикам, к самым беззащитным и нуждающимся в помощи, стремлением помогать людям в несчастье. Конечно, мы не всегда имеем возможность помочь, но к этому надо стремиться.

Многие организации, отдельные граждане нашей страны, студенты нашего университета осуществляют акции милосердия по отношению к воспитанникам детских домов, школ-интернатов, жителям домов престарелых, к инвалидам, воинам-афганцам. Наши знаменитые артисты и музыканты проводят концерты, средства от которых передаются на благотворительные цели. Большая благотворительная работа проводится волонтерской организацией нашего вуза. Ежегодно в 20-ти подшефных организаций (социальные приюты, детские дома, школы-интернаты) студенты выполняют более 100 выездов, осуществляется благотворительная помощь ветеранам Великой Отечественной войны, проводятся многочисленные благотворительные мероприятия и акции в университете с охватом до 2000 студентов.

А когда случилась авария в Чернобыле, землетрясение в Армении, катастрофа в Башкирии, вся страна помогала пострадавшим.

Волонтеры нашего университета

Всем нам суждено постичь простую, но высокую истину: отдавая себя, человек не растрачивает свое духовное богатство, а преумножает его. Помните библейское: «воздастся вам по вашим деяниям».

«Что припрячешь – то погубишь; что раздашь – то вернется снова», – писал Шота Руставели. Только так человеку дано оставить след в жизни, в памяти современников и потомков.

А что Вы можете сказать об этом? Какой след, по-вашему, могли бы в жизни оставить Вы?

Ответы студентов.

1-й чтец:

«След»
А ты? Входя в дома любые –

И в серые, и в голубые,
Входя на лестницы крутые,
В квартиры, светом залитые,
Прислушиваясь к звону клавиш,
И на вопрос даря ответ,
Скажи: какой ты след оставишь?
След, чтобы вытерли паркет
И посмотрели косо в след?
Или незримый прочный след
В чужой душе на много лет?

Леонид Мартынов

2-й чтец: Я прочитаю рассказ К. Паустовского «Старый повар».

Почти 200 лет тому назад на окраине Вены (столица Австрии) в маленьком деревянном доме умирал слепой старик – бывший повар графини Тун. Он ослеп от жара печей. Все убранство комнаты составляли: кровать, хромые скамейки, грубый стол, фаянсовая посуда, покрытая трещинами, и, наконец, клавесин – единственное богатство жившей вместе с поваром его 18-летней дочери Марии.

Когда Мария умыла умирающего и надела на него чистую рубашу, старик сказал: «Я никогда не любил священников и монахов. Но мне нужно перед смертью очистить свою совесть. Попроси первого встречного зайти в наш дом, чтобы исповедать умирающего. Тебе никто не откажет».

Мария накинула платок, побежала через сад и остановилась на улице. Долго она ждала прохожего. Наконец она вернулась домой. Вместе с ней в комнату вошел очень молодой, худой маленький человек. Совсем по-мальчишески он тряхнул головой, поправил напудренный парик, быстро продвинул к кровати табурет, сел и, наклонившись, пристально посмотрел в лицо умирающему. «Говорите! – сказал он. – Может, властью, данной мне от искусства, которому я служу, я облегчу ваши последние минуты и сниму тяжесть с вашей души».

И старый повар рассказал незнакомцу о том, как когда-то, когда его жена Марта тяжело заболела и, врач прописал ей дорогие лекарства и приказал кормить ее сливками и винными ягодами, поить горячим красным вином, он украл из сервиза графини Тун маленькое золотое блюдо, разбил его на куски и продал. «Мне тяжело теперь вспоминать об этом и скрывать от дочери: я научил ее не трогать ни пылинки с чужого стола».

Старик заплакал: «Если бы я знал, что золото не поможет моей Марте, разве я мог бы украсть!» – «То, что вы совершили, не есть грех и не является кражей, – сказал незнакомец, – а наоборот, может быть зачтено вам

как подвиг любви. А теперь скажите мне вашу последнюю волю». «Я хочу, чтобы кто-нибудь позаботился о Марии!» – «Я сделаю это. А еще чего вы хотите?» Тогда умирающий неожиданно улыбнулся и громко сказал: «Я хотел бы еще раз увидеть Марту такой, какой я встретил ее в молодости. Увидеть солнце и этот сад, когда он зацветет весной. Но это невозможно, сударь. Не сердитесь на меня за глупые слова».

«Хорошо», – сказал незнакомец и встал, подошел к клавесину и сел перед ним на табурет. – «Хорошо, – повторил он, – слушайте и смотрите». И он заиграл.

Незнакомец перестал играть. Он сидел у клавесина не двигаясь, как будто заколдованный собственной музыкой. Мария вскрикнула. Незнакомец встал и подошел к кровати. Старик сказал, задыхаясь: «Я видел все так ясно, как много лет назад, но я не хотел бы умирать, не узнав... имя. Имя!»

Куратор: Это был гениальный австрийский композитор Вольфганг Амадей Моцарт. Описанный эпизод из жизни композитора показывает его благородство, доброту, милосердие, проявление к старому, умирающему человеку.

3-й чтец: Если говорить о самопожертвовании, я хотел бы привести пример – жизнь великого польского педагога Януша Корчака. Я прочитаю рассказ «Великий мыслитель-педагог».

Януш Корчак, старый человек с добрыми пронизательными глазами, проживал красивую жизнь, был известным в Польше врачом, лечил раненых в русско-японскую войну, а в двадцать девять лет сделал окончательный выбор – отказался от семьи, личной жизни, чтобы всего себя посвятить чужим детям и детству. В большом доме, отданном детям, он поселился в маленькой комнатке под крышей, здесь он ночами писал сказки для детей и книги для взрослых, а дни отдавал детям.

Хенрик Гольдшмит, такова настоящая фамилия педагога, отдал России часть своей жизни, знаний, добра. Именно русских солдат он лечил в Харбине. Вся жизнь Корчака была посвящена детям. Он стал воспитателем Дома сирот в Варшаве. «Те, у кого не было безмятежного детства, страдают от этого всю жизнь», – считал он. В основе педагогики лежит доверие к ребенку, уважение к его личности. Он был требовательным и все прощал. Говорил: «Бог в ребенке». Он не учил детей религии. Был блестяще образован, искал смысл жизни.

Корчак жил в квартале еврейской бедноты, в небольшой квартире. Увлекался Сократом, А.П. Чеховым, Р. Тагором. Любимой книгой его была Библия, обряды не соблюдал, но верил в заповеди.

4 августа 1942 года он сделал последние записи в дневнике, а через два дня вместе с воспитанниками отправился в товарных вагонах в лагерь смерти в Трехлинку, а через несколько дней он вошел с ними на эшафот бессмертия – в газовую камеру. Дело Корчака не кануло в безвестность. В небольшом немецком городке Дис первый учебный день года объявлен Днем Корчака. Дети в этот день становятся хозяевами городка. По радио и телевидению идут приготовленные ими программы. Всюду в городе – дети. Взрослые лишь гости. Корчак писал: «Дети – князья чувств, поэты и мыслители. Уважайте чистое, ясное, непорочное, святое детство».

4-й чтец: А я бы хотел продолжить тему о женщинах, имеющих все блага, воспитанных в высшем свете, но пренебрегших всем этим ради своего духовного высшего призвания. В качестве примера я хочу привести жизнь Матери Марии.

Всегда были люди, к которым проникали как к источнику света, тепла и всечеловеческой любви. Мать Мария – в миру Елизавета Юрьевна Кузьмина-Караваева, бестужевка, поэтесса, которая была единственная из женщин допущена к негасимому костру высоколобых мыслителей. Рассказ о Матери Марии – это поэма о милосердии, добролюбии, бесстрашии, благородстве, поэма веры в бессмертие души, о желании спасти отдельную личность.

Девушка Лиза Кузьмина, почти девочка, в которую был влюблен Гумилев, которой посвятил свои стихи Блок, была особенной. В молодости – член партии социалистов-революционеров (эсеры), вместе с молодежью того времени она принимала участие в подготовке террористического акта. Потом в Париже встретила того, кого должна была убить. Покаялась, злом добра не достигнешь, а только пониманием. Это стало основой ее жизни. Судьба забросила ее в эмиграцию.

Там она с отцом Дмитрием Клепининым при Лурмелоской церкви создала убежище для русских эмигрантов. С ним же она разделила трагическую судьбу. Она погибла в лагере смерти в Равенсбрюке, а он в Бухенвальде.

А какие замечательные стихи вышли из-под пера Матери Марии! Но она принимает монашество. Всей душой она сострадает людям и решает, что страдание мира должна искупить собственным трудом. «Выбирать келью под елью» она не захотела, ибо считала, что забота о ближнем есть долг христианства и церкви. Все умела делать: шила, кроила, пекла хлеб. Ханжи ненавидели ее. Она писала: «Крест Христов – не просто знак религии, который мы носим, это полная отдача себя».

Война. Фашисты свозили на спецмашинах в концлагеря людей из убежищ, приютов. Среди них были друзья Матери Марии и она сама. Мать Мария поступила согласно заветам Христа: заменила собой, уже пожилой

женщиной, молодую еврейку, которую направили для сожжения в крематорий Равенсбрюка.

Мать Мария – символ добра и милосердия.

5-й чтец: Я продолжу тему Великой Отечественной войны. Она породила немало примеров поразительного человеческого бескорыстия... Мой рассказ жительницы села Семилуки Воронежской области, простой русской женщины – Прасковьи Ивановны Щеголевой. За спасение нашего летчика она заплатила не только собственной жизнью...

Это случилось 15 сентября 1942 года. Прасковья Ивановна с матерью и шестью детьми: 18 лет, 6 лет, 4 года, 5 лет, 2 годика и 12 лет – копали картошку на своем огороде. Вдруг началась стрельба, и Щеголевы увидели падающий самолет с красными звездами. Прасковья Ивановна побежала к самолету. В кабине сидел летчик, у него было окровавлено лицо. Он был без сознания. Через некоторое время летчик пришел в себя. Женщины ему помогли добраться до хаты. И тут ... показались немцы. Летчик вышел из хаты и начал ползком пробираться к оврагу. Разъяренные фашисты ворвались в дом, чтобы найти летчика. Они били Прасковью Ивановну, ее мать, детей. Овчарки стали рвать детей. Поднялся крик и стон. Но Прасковья Ивановна стояла на своем: «Не видала». Это был поединок материнского сердца, мужества и благородства с фашистской дикостью. Ничего не добившись, фашисты всех загнали в погреб и забросали гранатами. Прасковья Ивановна пожертвовала всем ради спасения летчика. Ее сила непостижима! Ее милосердие – неизмеримо! Ей подвиг – бессмертен!

Прасковья Ивановна Щеголева награждена орденом Отечественной войны 1 степени посмертно. В 1967 году на месте захоронения в честь подвига Прасковьи Ивановны был открыт памятник. На открытии присутствовал летчик Мальцев, которого спасла эта удивительная женщина, пожертвовала всем ради него.

Ее подвиг – вершина милосердия.

6-й чтец: Я вам прочту рассказ «Ее 48 детей».

Первых детей сестра милосердия Александра Абрамовна Деревская взяла на воспитание, когда ей минуло едва 18 лет. В Гражданскую войну тысячи сирот бродили по дорогам, и она приютила Митю и Тимошу. Прошло много лет. Грянула Великая Отечественная война. Александра Абрамовна выходила к эшелонам, в которых привозили эвакуированных ребят, приносила самых слабых домой. Потом пошло «ленинградское пополнение» – девять истощенных голодом и бедой детей. В город Ромны Деревская вернулась с 30-ю детьми. Но ежегодно семья прибавлялась и прибавлялась.

Дети Александры Абрамовны каждый год собираются в украинском городке Ромны на Интернациональной улице, 14, идут в школу-интернат

имени их матери. Здесь рядом поставлен памятник их маме. Женщине, матери, награжденной орденом Трудового Красного Креста за воспитание детей.

Ей посмертно присвоили звание «Мать-героиня».

7-й чтец:

Достигается недешево.
Счастье трудных дорог
Что ты сделал хорошего?
Чем ты людям помог?
Этой мерой изменяются
Все земные труды.
Может, вырастил дерево
На земле Кулунды?
Может, строишь ракету?
Гидростанцию? Дом?
Согреваешь планету
Плавок мирным теплом?
Иль под снежной порошей
Жизнь спасаешь кому?
Делать людям хорошее –
Хорошеть самому!

8-й чтец: Свою страничку я хочу назвать «Из жизни странных людей». Это рассказ о человеке, творящем добро в наши дни.

Отец Зиновий стоял посреди комнаты в черной рясе и играл на скрипке. От него исходила заразительная энергия. Моцарта сменили Бах, Вивальди. Скрипка дрожала нежно, трепетно.

Его судьба несет непростые перипетии жизни.

Отец Зиновий, бывший в миру Анатолием Корзинкиным, был профессиональным музыкантом с консерваторским образованием, преподавал в музыкальном училище. Приняв монашеский сан, становится настоятелем церкви. Путь к Богу у каждого свой. Отец Зиновий нашел свою истину, благодаря которой он воспринимает мир бесконечным, прекрасным, разумным и гармоничным. Его помыслы обращены к детям. Первым его христианским деянием было открытие воскресной школы в Щиграх. Воистину ему дал Господь многое. Дал и призвал служить людям. Им был дан незабываемый концерт, устроенный на Рождество, с конфетами, пирогами и чаем, под музыку Паганини, Чайковского, под записи знаменитых хоров духового песнопения. При воскресной школе открылся иконописный класс, детский хор. Казалось, больше уже не придумаешь. Ан нет! Он открыл еще христианский лагерь. Идея вовсе не вынашивалась, а просто вы-

прыгнула из сердца отца Зиновия, словно солнечный зайчик. Он знал, что не все попадут в пионерские лагеря. Из пожертвований прихожан, продажи свечей, ритуальных мероприятий выделены деньги на покупку дома, столов, лавок, посуды, книг, спортивного инвентаря, рояля. По своей сути этот лагерь напоминал скаутский. Многие подростки впервые услышали о М. Цветаевой, А.И. Солженицыне, О. Мандельштаме. А можете ли вы представить, как звучит рояль, скрипка, виолончель у пруда? Детский коллектив старался стать единой духовной семьей. Игумен Зиновий читает: «Пора преобразиться душой и ликом. Хватит критиковать, избличать, разрушать. Пора восстанавливаться, зарождать, возносить и славиться, любить детей...»

9-й чтец: Я прочту вам стихотворение Александра Яшина «Спешите делать добрые дела».

Мне с отчимом невесело живется
Все ж он меня растил – и оттого
Порой жалею, что не довелось
Хоть чем-нибудь порадовать его.

Когда он слег и тихо умирал, –
Рассказывает мать, –
День ото дня все чаще
Вспоминал меня и ожидал:
«Вот Шурку бы... Уж он бы спас меня?»

Бездомной бабушке в селе родном
Я говорил, мол, так ее люблю,
Что подрасту и сам срублю ей дом,
Дров наготовлю, хлеба воз куплю.
Мечтал о многом, много обещал...

В блокаде ленинградской старика
От смерти б спас...
Да на день опоздал,
И дня того не возвратят века...

Теперь прошел я тысячи дорог –
Купить воз хлеба, дом срубить бы смог...
Нет отчима,
И бабка умерла...
Спешите делать добрые дела!

Куратор: Совершая по собственной инициативе добрые дела, многие люди ожидают похвалы, благодарности, не получив которых даже начинают раскаиваться в совершенном добром деле.

Конечно, нам понятно эмоциональное восклицание У. Шекспира: «Есть ли что-нибудь чудовищнее неблагодарного человека?!» Однако здесь, видимо, надо проявить известную терпимость. Очень метко заметил римский философ Сенека: «Ты возмущаешься тем, что есть на свете неблагодарные люди. Спроси у совести своей, нашли ли тебя благодарным все те, кто оказывал тебе одолжение?» Действительно, когда мы встречаем обязанного человека, то нередко вспоминаем, как он должен быть нам благодарен. Но как часто мы встречаем людей, которых сами должны благодарить, и об этом забываем.

Суть бескорыстного отношения к человеку выразил другой римский философ Марк Аврелий: «Когда ты сделал кому-то добро и это добро принесло плод, зачем ты, как безрассудный, домогаешься еще похвалы и награды за свое доброе дело!»

Видимо, осознание сделанного добра – высшая награда для человека. «Против всего можно устоять, но не против доброты», – утверждает французский мыслитель Ж.-Ж. Руссо.

10-й чтец:

Человек – он ведь тоже природа.
Он ведь тоже закат. И восход.
И четыре в нем времени года.
И особый в нем музыки ход.

И особое таинство света,
То с жестоким, то с добрым огнем.
Человек – он зима, или лето,
Или осень. С грозой и дождем.

Все вместил в себя. Версты и время.
И от атомных бурь не ослеп.
Человек – он и почва, и семя,
И сорняк среди поля. И хлеб.

И какая в нем брезжит погода?
Сколько в нем одиночеств? И встреч?
Человек – он ведь тоже природа.
Так давайте природу беречь?

Куратор: А теперь попробуйте продолжить тему о добре и милосердии, высказывая те мысли и выражая те чувства, которые возникли у Вас сегодня после того, что Вы услышали.

Высказывания студентов.

Литература

1. Использованы материалы методические разработки классного руководителя Москалевой В.В.

Груздова С.И.,

*ст. преподаватель кафедры музыкального воспитания
и игры на народных инструментах*

ПРИКОСНУТЬСЯ К ЗВЕЗДЕ

(виртуальная гостиная, посвященный Международному Дню танца)

Цель: формирование духовно-нравственных качеств у студенческой молодежи.

Задачи:

- расширить знания студентов о жизни и творчестве выдающихся людей;
- на примере жизненного и творческого пути известных танцоров и актеров воспитывать у студентов трудолюбие, требовательность к себе, упорство в достижении цели;
- развитие у студентов мотивации творческого роста в профессии.

Оборудование: видеомэгаффон, фотографии.

План мероприятия:

Вступительное слово куратора.

Выступления о творчестве А.Я. Вагановой и Л.П. Орловой.

Выступления студентов о выпускниках Белорусского государственного хореографического колледжа (Екатерина Олейник, Иван Васильев, Ольга Гайко).

Подведение итогов (рефлексивный круг).

Ход Мероприятия

Куратор: В 1982 году Международный Комитет танца Международного Института театра при Юнеско учредил Международный День танца, который отмечается ежегодно 29 апреля. Выбор даты не случаен: в этот день родился великий реформатор балета – Жан Жорж Новерр (29.04.1727–19.10.1810).

Идея Международного дня танца состоит в том, чтобы отмечать этот вид человеческого творчества, основываясь на его универсальности, что должно помочь преодолеть все политические, культурные этнические барьеры и с помощью всеобщего языка танца объединить людей в их стремлении к миру и дружбе народов.

Язык танца универсален, он – посланец мира во всем мире, провозвестник равенства, терпимости и сострадания. Танец преподает нам уроки чувств, взаимопонимания, обращает наше внимание на мгновение бытия.

Танец дает нам ощущение жизни. Танец вместилище души, он дает телу духовное наполнение.

И именно поэтому сегодня, как ни в какой другой день хочется обратиться к творчеству людей, имеющих отношение к этой деятельности. И поэтому я предлагаю пригласить их к нам сейчас в гости. Познакомившись с подготовленной информацией об известных личностях, чья жизнь тесно связана с миром Танца, мы представим себе, что они виртуально побывали у нас в гостях.

Жизнь *замечательных* людей всегда интересна. За каждым открытием, решением, произведением стоит человек, личность, наделенная огромным творческим потенциалом. Его жизнь обладает для нас неотразимой притягательностью и оттого, что она увлекательна сама по себе, и оттого, что это школа, в которой мы можем научиться многому, и потому вполне естественно желание больше знать о них. Ибо ответ на вопрос – кто Он – удовлетворяет естественное желание больше, полнее знать людей, отмеченных особым даром, свершивших особое деяние.

Студент 1: Одним из великих людей, оставивших неизгладимый след в сфере педагогики и хореографии была Агриппина Яковлевна Ваганова, балерина Императорского балета, педагог классического танца в советской школе, основоположница нового современного метода танцевальной грамоты, автор первой книги о науке классического танца, теоретик и вдохновенный практик балетной педагогики, первый профессор хореографии, народная артистка РСФСР, наставница нескольких поколений выдающихся балерин советского балетного театра.

Ваганова была принята в театральное училище в возрасте 10 лет, в 1889 году. А родилась она 27 июня 1879 года. Отец (Яков Тимофеевич Ваганов служил в Мариинском театре в качестве капельдинера с 1882 года) скончался вскоре после ее поступления. Даже первых скромных школьных успехов дочери он видеть не мог, но его желание дать ей пусть хоть небольшое, но твердое материальное обеспечение – свершилось.

Ваганова хорошо запомнила день приема в школу. Конкурс, по тем временам, был довольно серьезный. На прием приходило около ста претендентов, а принимали не более пятнадцати. В училище в основном были дети, принадлежащие к низшим сословиям, и редко – дети обедневших дворян. Неписанные законы школы были порой жестче законов административных. Но забывались горести, проходили. Главным было другое. Выступления в Мариинском театре сторицей платили за обиды и огорчения в быту.

В бытность Вагановой воспитанницей училища театра создавались балеты Чайковского «Спящая красавица» и «Щелкунчик». Дети были заняты в том и другом. Она имела возможность присутствовать на репетициях балетмейстера Мариуса Петипа, который стал для нее лучшим выразителем чистоты классического танца, а в дальнейшем наставником рождающейся школы советского балета. Своими глазами видеть рождение великолепных образцов классического танца. Участвовать, как исполнитель, в этом процессе.

Вот, например, одно из воспоминаний Вагановой о встрече с Чайковским: «Милый Петр Ильич в антракте подошел к детям, обласкал нас, а потом, вернувшись в школу, мы все получили от него по коробке конфет».

В школе, где большие воспитывали окриком, чем лаской, где классные дамы выкрадывали дневники воспитанниц и потом при всех зло высмеивали маленькие тайны девочек, где стыдились бедности и рано узнавали о всемогущей силе высочайшего покровительства, чуткая сердечность великого композитора не могла не оставить неизгладимого следа в сердце.

1 июня 1897 года Агреппина Ваганова окончила петербургское театральное училище, где ее педагогами были А.А. Облаков, Л.И. Иванов, Х.П. Иогансон, П.А. Герд, О.И. Преображенская и была принята в труппу Мариинского театра.

Выдвигать Ваганову не спешили. Красотой она не блистала. Росту она была небольшого. Ноги крепкие, мускулистые. Руки лишены природной мягкости. Украшала фигуру очень тонкая талия, лицо – глаза. Они были красивые, серо-синие и смотрели пронизательно, насмешливо. А смотреть полагалось угодливо, искательно, так было удобнее. А многие считали, что и умнее.

За спиной у начинающей танцовщицы не было никакого, кому бы хотели угодить вершители судеб кордебалетного мира. И поэтому Ваганова упорно, невиданно для кордебалетной фигурантки тренировалась. Работая с присущей ей пытливым внимательностью. Живой, язвительный ум помогал понять собственные недостатки, преодолевать их и даже обращать в достоинства. Она не могла не обратить на себя внимание.

Через 3 года ее перевели в корифейки-исполнительницы полусольных танцев. Фамилия Вагановой стала мелькать в программках, на афише, стали появляться отклики в прессе.

И уже в начале сезона 1900 года она исполнила первую сольную вариацию в балете «Пробуждение Флоры».

Заметили! И вот получение первого места, после глухого кордебалета, в шестерке цыганок и восьмерке большого классического па в балете «Пахита».

И опять-таки, продвижением по сцене Ваганова была обязана себе. Нельзя было не заметить ее упорство, ее постоянное беспокойство. Режиссеры знали, что ей можно поручить любое место, она исполнит его, ментально разучив, всегда четко, собранно, музыкально. А это неоценимое качество для артистки кордебалета во все времена.

К тому времен, когда Ваганова приближалась к неожиданному званию «царицы вариаций», она много и упорно работала в театре под руководством Николая Густавовича Легата. Ваганова приобрела свободу, уверенную независимость в танце. Руки, которые чаще всего подвергались нареканиям критики, становились выразительные и мягче. В танце Вагановой появилась мощь, целеустремленность, размах. Видевшие ее в коронных вариациях, таких, как Царица вод в «Коньке-Горбунке», Повелительница дриад в «Дон Кихоте», утверждают, что в ее прыжках была почти мужская сила, волевая, энергичная. Это уже что-то новое, найденное самой танцовщицей.

Собственным опытом Ваганова утвердила один из главных тезисов ее будущей методики: овладев техникой, танцовщица раскрепощает тело, руки.

14 апреля 1914 года Ваганова станцевала свой последний балет А. Горского «Конек-Горбунок», сопровождающий танцовщицу неизменным успехом.

И лишь через год, 5 мая 1915 года, Ваганова была переведена в разряд балерин. А 14 июня этого же года, она была уволена на пенсию. Уволив Ваганову на пенсию в июне дирекция в сентябре 1915 года вновь приглашает ее для участия в четырех балетах (в главных ролях).

Тогда-то она и «воспользовалась правом» получить прощальный бенефис. Не пригласи ее дирекция на повторные выступления после увольнения на пенсию, может быть, и бенефиса бы не было. Ваганова была самолюбива, крута характером. Просить она не любила.

В январе 1916 года Ваганова станцевала свой заключительный спектакль «Ручей», и опять огромный успех. Последний, доставший ей много счастливых минут. Театр она покинула все же победительницей – «царицей вариаций» и, как ей мечталось, балериной императорского балета.

Куратор: Жизнь известнейшей актрисы и красивейшей женщины Любви Орловой тесно связана с его величеством Танцем. Во всех фильмах она прекрасно танцует. Поэтому не удивительно, что мы пригласим и ее сегодня в нашу виртуальную гостиную.

Студент 2: В роду Любви Петровны был герой 1812 года декабрист Миша Орлов, женатый на старшей дочери генерала Раевского Екатерине, в которую был безнадежно влюблен Пушкин. Более 20 портретов Екатерины Николаевны оставил Пушкин на полях рукописи «Бориса Годунова!» Она стоит в ряду обворожительных, дамских персонажей, который столетие спустя логически завершился образом Любви Орловой.

Отец, Любви Петровны, Петр Федорович Орлов, был женат на Евгении Николаевне Сухотиной, племяннице мужа дочери Толстого Татьяны Толстой-Сухотиной. Но, глядя на довоенных экранных героинь Любви Орловой, ни за что не скажешь, что в актрисе течет голубая кровь: крепко сбитая, плотная, ни тебе тонких ручек, ни точеных лодыжек, настоящая физкультурница, идеал эпохи, женщина с веслом. Никакой аристократической бледности и томности, лихо отбивает четку, «диги-диги-ду»; пристроив в качестве импровизационных усов пучок соломы азартно отплясывает «джигитку». А между тем в жизни Любовь Петровна выглядела весьма аристократично. Она была невысокой и стройной – талия 42 сантиметра, и ножки у нее были идеальной формы, и руки изящные. Однако на экране она умудрялась изображать полную противоположность себе самой – и ей верили! Безоговорочно верили.

Первым, кто восхитился Любочкой Орловой, был сам Федор Шаляпин, являвшийся другом семьи Орловых. Случилось это в 1908 году на детском балу, который великий певец устраивал в своем особняке на Новинском бульваре в Москве. Среди детворы он заметил маленькую девочку с белоснежными локонами до плеч и с восторгом поднял ее на руки. Любочке было тогда 6 лет. А когда она сыграла роль Редьки в домашней оперетте «Грибной переполох», Шаляпин первым же предрек ей славу артистки. Он так и сдружился с маленькой Любочкой, что сочинил ей стихи и подарил автопортрет. Поначалу, после окончания Столичной консерватории (1919–1922), а позже и хореографического отделения Столичного театрального техникума (1922–1925), Любовь Орлова работала в Столичном музыкальном театре, которым заведовал Владимир Иванович Немирович-Данченко. Там она выступала как оперная певица и исполнительница хореографических номеров.

Дебютом в кино стало выполнение роли Грушеньки в картине «Петербургская ночь» (1934) режиссера Григория Рошаля. Это была одна из

первых экранизаций романа Достоевского «Братья Карамазовы», поставленная еще в эру немого кино. Эта роль потребовала от Орловой возможностей работы драматической актрисы. Далее – роль Эллен Гетвуд в немом кинофильме Бориса Юрцева «Любовь Алены». Поворотным моментом в ее творчестве стала роль домработницы Анюты в кинофильме Г. Александрова «Веселые ребята». И при этом Анюта – актерская работа на голливудском уровне. Да и сам фильм «Веселые ребята» ничуть не уступает лучшим комедиям того, классического, Голливуда: песни (и каждая хит), танцы, трюки, лихой сюжет, замечательные диалоги, а уже по количеству «гэгов» «Веселые ребята» до сих пор в десятке лучших фильмов отечественного кинематографа. Чего стоит одна только скачка Анюты на быке, да еще задом наперед.

Ею восхитился сам Сталин в 1934 году, когда посмотрел в Кремле эту комедию. И уже через две недели после премьеры комедии, в январе 1935 года, когда отмечалось 15-летие российского кино, подписывая указ о награждении высшими наградами корифеев кино С. Эйзенштейна, С. Юткевича, Л. Кулешова и других, Сталин своими руками вписал в этот искрометный ряд и Любовь Петровну Орлову, фактически дебютантку. А вот основной герой комедии Леонид Утесов, под которого делался кинофильм, не получил ничего, не считая фотоаппарата... Следующим фильмом был «Цирк», основой которого явился мюзикл «Под куполом цирка» Катаева, Ильфа и Петрова. Как всем нравились ее подпрыгивающие брови и наивно распахнутые в дежурной комедийности глаза! Александров успел изучить некоторые свойства ее лица. Он оттачивал каждый жест, полуповорот, взмах ресниц. Но, правда, и Орлова со своей энергией и упорством была адекватна этому вниманию. Неизменную команду – режиссера Александрова, композитора Дунаевского, поэта Лебедева-Кумача – окрестили орловскими рысаками, потому что зрители раз и навсегда приняли «Цирк» как кинофильм Орловой. Любовь Орлова вошла в каждую семью российских людей. На улице встречные замедляли шаг, мужчины снимали шапки, а на самых суровых лицах появлялось выражение радушия. Песни, которые пела Орлова, пела вся страна. Она стала любимой актрисой Сталина. Наверное, непосредственно это и дало возможность Александрову и Орловой на 100 процентов реализоваться в те годы. И выжить... Когда вышел кинофильм «Волга-Волга», Сталин на даче часто устраивал его просмотры, на которые приглашались самые избранные. Но Любви Петровны среди их не было. Как-то так повелось, что она сначала не стала посещать кремлевские и неофициальные приемы, а позднее это уже было обыкновено. «Орловой нет?» – «Орлова занята!»

Любовь Орлова была очень прелестной и обладала безупречным мастерством, непревзойденно пела и танцевала. Она стала одной из самых фаворитных и возлюбленных актрис конца 30-х – начала 40-х годов. Поначалу она играла только комедийные роли, которые и принесли ей известность.

Героини Любви Орловой – американская актриса Марион Диксон из кинофильма «Цирк» (1936), почтальон Дуня в «Волге-Волге» (1938), ткачиха Таня в кинофильме «Светлый путь» (1940), доктор Никитина в комедии «Весна» – были разными по характеру, специальности, образу жизни, но у всех их было одно общее: все они делали вид времени, где торжествовало добро и справедливость, где исполнялись все мечты и сбывались желания. Эти фильмы напоминали красивые сказки со счастливым концом, которые происходили как бы в истинной жизни, где-то рядом.

Героини Любви Орловой были близкими и понятными миллионам зрителей, и они с восторгом следили за всеми перипетиями их экранной жизни.

Зрители больше знают Любовь Орлову по ее комедийным ролям, но она так же успешно работала над драматическими видами – Паолы Менотти в картине режиссера Рошаля «Дело Артамоновых» (1941), журналистки Дженет Шервуд в кинофильме режиссера Александрова «Встреча на Эльбе» (1949). В годы войны Любовь Орлова снялась в паре боевых киноборников.

Любопытно, что Любовь Орлова сохраняла верность одним и тем же режиссерам и старалась их не поменять. Причина была обыденный. Она просто усваивала замечания режиссеров и в то же время могла проиграть весь рисунок кинофильма или спектакля, каждый раз становясь как бы соавтором постановщика. Но такое ей мог позволять далеко не каждый режиссер, поэтому их выбор в творческой жизни актрисы был чрезвычайно ограничен.

По сравнению с другими актрисами (скажем, Мариной Ладыниной, которая также обладала незаурядной наружностью и талантом) Любовь Орлова все время выигрывала. Она находилась на экране в постоянном действии, и, не считая того, каждое ее движение было филигранно точным, обдуманым, осязаемым. Несмотря на то, что все ее героини совершенно разные, время от времени кажется, что актриса повсеуременно играла только саму себя.

В последнем кинофильме «Скворец и Лира» Любовь Орлова сыграла роль российской разведчицы, вся жизнь которой проходит перед зрителем. Этот образ как бы соединил в себе знакомые черты всех героинь Люб-

ви Орловой, которые актриса обогатила новыми красками. Здесь на сто процентов открылся драматический талант актрисы, потому что она в 1-й раз не пела не танцевала на экране. Все свое внимание она сосредоточила на внутренних переживаниях своей героини.

В последние годы жизни актриса фактически окончила сниматься в кино и работала в Столичном театре имени Моссовета (с 1947).

Рампа и не так безжалостна к стареющим звездам, как кинокамера, и знаменитая миссис Патрик Кемпбел (которую Орлова, кстати, сыграла в пьесе «Милый лжец») с большим успехом выступала в роли восемнадцатилетней Элизы Дулиттл в свои сорок девять. И такой выход Любовь Петровна для себя предполагала: не зря считают, что приглашение сниматься в «Весне» Ростислава Плятта и Файны Раневской – отчасти «разведка боем» перед наступлением на театр им. Моссовета. После съемок ведущие актеры вернулись на родную сцену, а вместе с ними как бы «вернулась» и Любовь Орлова. Она играла в этом театре до конца, но ролей было мало (с 47-го по 74-й год – всего шесть), и, к сожалению, ни одна из ее работ не была записана на пленку.

Эффектного появления, как в случае с кино, не получилось, звезда Любви Орловой на театральном небосклоне так и не заблестала. Но память о себе в театре им. Моссовета Орлова оставила хорошую. Лучше всех сказала Раневская: «Говорить о Любочке, что она добрая, все равно, что назвать Льва Толстого не плохим писателем».

Актриса Наталья Богунова, которой посчастливилось работать вместе с Орловой, ведает о ней с реальным восхищением: «Орлова была звезда. <...> Вот мы ездили в Ростов-на-Дону на сбор урожая. Я была ведущей концерта, и она с одной чечеткой в своем номере, так ее отчечечит, люди просто вообще там погибали от восторга. Ей было около 70. Но она была независима в театре. Она была актрисой вне интриг».

Орлова умудрилась сохранять за собой первую ступеньку не только в тридцатые, а навсегда, на всю ту эпоху, при этом в военные годы не сыграв ни в одном фильме.

Она и в жизни создавала образ идеальной актрисы и никогда из этого образа не выходила. Не позволяла себе. Поэтому при любых политических переменных Любовь Орлова оставалась «выездной», «железный занавес» для нее никогда не опускался. И действительно, для представления за границей она была просто идеальной кандидатурой: безупречно одетая, с безукоризненными манерами и знаниями иностранных языков, она органично смотрелась не только на фоне Кремля, но и на фоне Эйфелевой башни, и на фоне Белого дома. И при этом власти предрержащие точно знали: на Орлову можно положиться, в смысле идеологии она не подведет.

Борьба Орловой с возрастом уже стала притчей во языцех. Но – nobles oblige, положение обязывает. Главной актрисе СССР, «девушке-мечте» не могло быть больше двадцати пяти. И она боролась, неутомимо, методично, веря и надеясь, не позволяя себе расслабиться ни на минуту, – в войне, которую выиграть до конца невозможно. Стойкий оловянный солдатик, обреченный на неминуемое поражение, впрочем, до какого-то времени казалось, что сила Орловой заставит отступить даже время.

Но надежде на то, что тренаж, режим, диета помогут сохранить молодость на киноэкране, не сбылась. Не зря Любовь Петровна перед съемками всё таки сомневалась, сможет ли в свои семьдесят сыграть двадцатилетнюю. Да, фигуру она сохранила (диета, тренаж), талия по-прежнему 42 сантиметра, но вот лицо... и руки... Что же, снимать руки молодой дублерши?!

Орлова бдительно следила за модой. Когда в 1946-м прилетела в Париж, в аэропорту, оглядевшись, вдруг заметила, что у парижанок юбки длиннее, чем у нее. Тут же отправилась в туалет, спустила свою юбку на несколько сантиметров, закрепила булавками, накинула мех и вышла к машине. Но попозже, присмотревшись, обнаружила, что у элегантных девушек Парижа юбки даже короче той, в которой прилетела она. Тут же в гостинице обрезала юбку, подшила (ножницы, нитки с иглками и булавки у нее всегда были с собой) – теперь никто не скажет, что советская звезда не отвечает последним парижским стандартам.

В конце сороковых по дороге на гастроли в Семиполотенск машина, в которой ехали Любовь Орлова с аккомпаниатором Львом Михайловым, застряла. Вдалеке виднелись какие-то ветхие строения, было жарко, хотелось пить, Любовь Петровна с Мироновыми отправились туда. Это было поселение поволжских немцев, которых зимой 42-го года выслали в степи Средней Азии. Дом, куда зашла актриса, был беден и убог, но безукоризненно чист. Каждая щелочка вымыта, каждая плешка блестит, каждая тряпица аккуратно свернута и лежит на своем месте. На детях застиранная, залатанная, но аккуратная одежка. И сама хозяйка одета очень бедно, но тщательно и аккуратно. Это произвело на Орлову сильно впечатление: «Вот, Лева, какой урок жизни! Вот так, только так должна содержать себя всякая женщина. В какой бы дороге ты не оказался, в каком бы дерьме не плавал, не опускайся, будь красивым. Лопни, а держи фасон!»

Просмотр фотографий о Вагановой А.Е. и Орловой Л.П., комментарии к ним.

Куратор: А сейчас мы пригласим в гости в нашу виртуальную гостиную наших современников, выпускников Белорусского государственного хореографического колледжа.

Студент 3: Екатерина Олейник. Вот, что рассказывает о себе Екатерина:

«Я родилась 10 сентября 1987 года в семье, не связанной с балетом. С раннего детства занималась в цирковой студии, народными танцами, музыкой, художественной гимнастикой, пела в хоре. В 1994 году поступила в школу с хореографическим уклоном. А в 1998 году поступила в Белорусский государственный хореографический колледж. Именно с этого момента началось мое знакомство с балетом. Кстати, в балет меня привела мама. Это была ее несбывшаяся мечта детства. Мы с мамой стали посещать все балетные спектакли, меня интересовали все постановки, поскольку раньше на балете я никогда не была. Не могу сказать, что учеба в училище захватила меня с первых дней. Все те движения, которые мы так тщательно изучали, были мне уже знакомы со школы. Интерес возник, когда мы стали заниматься на пуантах.

Это было что-то новое, неизведанное; помню даже дома в них ходила. Но в конце года меня ждал жесткий вердикт экзаменаторов о том, что мне грозит отчисление из-за отсутствия данных. Вот тогда и началась моя страсть к танцу. Я решила, что буду работать над собой, что хочу стать балериной и учиться именно здесь. Я понимала, что не могу позволить, чтобы меня отчислили. С первого года обучения нас занимали в спектаклях Национального Академического Большого театра балета. Через 6 лет, будучи ученицей 1 курса я получила предложение от своего педагога Лаппо Ольги Александровны поучаствовать на Международном юношеском конкурсе классического танца «Хрустальная туфелька». Конечно, это было очень волнительно, поскольку я не знала с кем мне придется соревноваться и вообще вся конкурсная атмосфера очень напряженная. Очень помогла тогда поддержка педагога. Это, кстати, был единственный конкурс, на который я ездила с педагогом. На конкурсе мы должны были показать, кроме вариаций и современного танца, классический урок, у каждого из нас на купальнике был номер, по которому жюри делало свой выбор. На этом конкурсе я получила свою первую награду – звание лауреата третьей степени. Из значимых событий лет учебы можно назвать фестиваль «Третье балетное лето» в Кракове. Студентам преподавали азы польских танцев и танца модерн. Итогом послужил концерт, на котором все участники демонстрировали свое мастерство. Через два года после первой победы, я решила попробовать свои силы на конкурсе в Варне, который является одним из престижнейших балетных соревнований. Исторически это первый конкурс в истории балета. Перед этим соревнованием, я думала только о том, какие мировые звезды выступали на этой сцене, и для меня была

большая честь даже то, что я могу танцевать там же. Я не рассчитывала на победу и не предполагала ее. И второе место (а тем более при отсутствии первого) стало для меня итогом проделанной работы». После этого конкурса меня наградили Гранд-премией и званием лауреата Специального Фонда Президента Республики Беларусь по поддержке талантливой молодежи.

И вот уже предвыпускной курс, на котором мне доверяют партию Китри в школьном спектакле «Дон Кихот», в дуэте с Иваном Васильевым, ныне известным по всему миру премьером Большого театра в Москве. С этим спектаклем группа из колледжа ездила с гастрольями на Кипр. В марте 2006 года я поучаствовала и в политической жизни страны. Дирекция колледжа назначила меня Делегатом Третьего Всебелорусского Народного собрания, как представитель молодежи Фрунзенского района города Минска. И параллельно готовилась к участию в Фестивале хореографических училищ и школ в Казани. Выпускной курс в колледже... Он сложный для всех – госэкзамены, отчетный концерт, стажировка в театре – ощущение, что живешь только балетом, еле успевая перебегать из репетиционных залов колледжа в театр и обратно, иногда прямо в прическе и в одежде, чтобы сэкономить время. И вот среди этого суматошного года, где-то зимой, новость: «Катя, ты будешь танцевать сольную партию в театре!» Конечно, даже поверить в это было сложно, что мне, еще ученице, доверяют выступить на сцене театра соло, но мечты сбываются, и в марте 2007 года дебютировала на сцене Национального Академического Большого театра балета в партии Дианы в балете «Эсмеральда». Репетиции были сложными – превращение из ученицы в балерину. Помогло, конечно, то, что это па-деде я уже танцевала в колледже, но все было новое для меня: театр, партнер, педагоги, будущие коллеги, атмосфера. И здесь меня поддерживал мой педагог – Лаппо Ольга Александровна, которая приходила даже на театральные репетиции.

В июне 2007 года окончила Белорусский государственный хореографический колледж с Дипломом с отличием. Хочу сказать «Спасибо» всем своим педагогам, которые эти долгие 9 лет давали нам знания и первый жизненный опыт. После выпуска еще одна радостная и неожиданная для меня новость: в театр меня принимают на должность солистки, минуя кордебалет. В августе 2007 года еду на конкурс в Шанхай, где становлюсь Дипломантом. Первую ведущую партию тоже помню очень хорошо. Это была Маша в балете «Щелкунчик» в постановке Валентина Елизарьева. Почти год спустя после моего прихода в театр. После этого премьеры последовали одна за другой. И уже на второй год работы меня переводят на

положение Ведущей. Конечно, сейчас я уже не назову точные даты своих премьер, но спектакли перечислить смогу «Лебединое озеро», «Щелкунчик», «Баядерка», «Бахчисарайский фонтан», «Пахита», «Дон Кихот», «Кармина-Бурана», «Золушка».

В марте 2008 года – обладатель Специального Приза Майи Плисецкой на Международном балетном конкурсе в Будапеште. Этот конкурс был очень тяжелым для меня и запомнился не с лучшей стороны из-за травмы ноги. Даже сейчас сложно об этом вспоминать... На протяжении 2008 года являлась Стипендиатом Специального фонда Президента Республики Беларусь по поддержке талантливой молодежи. 2009 год был моим реваншем. Сразу 2 бронзовые медали на конкурсах в Москве и в Сеуле, которые шли друг за другом. В Москве я выступала дуэтом с моей коллегой и бывшим однокурсником – Егором Азаркевичем, а после он отправился домой – в Минск, а я – в Сеул. Жизнь артиста – это еще и гастроли, возможность смотреть интереснейшие страны мира. Вместе с театром я гастролировала в Египте, Сирии, Корее, Ливане, ЮАР.

И последний мой конкурс – Джексон – приз Sarezio. В получении этого приза участвовали: мой репетитор – Татьяна Михайловна Ершова, мой партнер – Константин Кузнецов, хореограф-модерн – Дмитрий Каракулов, репетитор-модерн – Юлия Дятко, и конечно руководство театра. Каждый конкурс для меня особенный – они совершенно разные. Каждый – это ступенька к чему-то новому, новая грань себя, источник вдохновения. Так же как и каждая роль. У меня часто спрашивают: «Какая ваша любимая роль?» И я всегда затрудняюсь с ответом. Потому что каждая дорога для меня. Даже, когда в начале репетиций – она мало интересна или не похожа на тебя на столько, что чужая. Но ближе к премьере она становится «своей». И уже определенно нельзя сказать, что она не твоя. Вообще создание роли настолько захватывающий процесс, что у меня возникла мечта сыграть в кино или драматическом театре. Люблю смотреть разные постановки в разных жанрах, на талантливых людей, читать биографии известных людей, книги по психологии, хорошее кино. В жизни нужно попробовать все и стремиться к лучшему».

Студент 4: Иван Васильев. Атмосфера в зале на его выступлениях напоминает помешательство футбольных трибун. Молодежь в восторге свистит и топает ногами, а чинные театралы со стажем переглядываются: «Два двойных кабриоля, из которых он опускается на колено, круг жете ан турнан вперемежку с фуэте в воздухе, а в конце – четыре со де баска подряд. Такое возможно только в фигурном катании!»

Иван Васильев родился во Владивостоке. Потом его семья переехала на место нового назначения отца-военнослужащего – в Днепрпетровск. В детстве вместе с братом Виктором, который старше на два года, он занимался народными, бальными, современными танцами. Мама Ивана очень любит балет, поэтому дети рано приобщились к высокому искусству. Однажды на гастроли в провинциальный украинский городок приехал Вадим Писарев со спектаклем «Дон Кихот». Заворожено глядя на сцену, маленький Ваня сказал: «Хочу туда». Так братья попали в балетную школу при местном театре.

С 2002 г. по 2006-й учился в Белорусском государственном хореографическом колледже (педагог Александр Коляденко). Во время учебы стажировался в Национальном академическом Большом театре балета Республики Беларусь, где исполнил партию Базиля в балете «Дон Кихот» Л. Минкуса (хореография М. Петипа, А. Горского, К. Голейзовского, В. Елизарьева) и партию Али в балете «Корсар» А. Адана (хореография М. Петипа в редакции П. Гусева). По окончании колледжа был принят в балетную труппу Большого театра Беларуси, но уже в конце того же, 2006 г., перешел в труппу Большого театра России, где также сразу занял положение солиста. Репетирует под руководством Юрия Владимирова.

Гастроли

В 2005 г. участвовал в юбилейном концерте в честь 60-летия Пермского государственного хореографического училища в Перми.

В 2006 г. принимал участие в Международном фестивале классического балета имени Р. Нуреева, проходящем в Казани» (Али в «Корсаре»). Вместе с учащимися колледжа выезжал на гастроли на Кипр.

Конкурсы

В 2005 г. завоевал I премию Международного конкурса артистов балета в Москве (младшая группа).

В 2006-м – I премию Открытого конкурса артистов балета России «Арабеск» в Перми. И как лучший танцовщик конкурса получил Приз Фонда балета Кореи. В том же году был удостоен Специального отличия (высшая степень для конкурсантов младшей группы, аналог Гран при, предусмотренного для конкурсантов старшей) Международного конкурса артистов балета в Варне. В Большом театре дебютировал в партии Базиля в балете «Дон Кихот» Л. Минкуса (хореография М. Петипа, А. Горского в редакции А. Фадеечева). Корреспондент журнала «Minsk where» (август 2006 год) спросил Ивана, что считается дурным тоном в балете, на что Васильев ответил: «Например, когда в классической хореографии начинают делать цирковые трюки. Или когда, выходя на поклон, начинают сами себе

хлопать, кричать публике: «Я вас люблю!»), посылать воздушные поцелуи. Есть же каноны поведения артиста на сцене, и во всем должно быть чувство меры. Меня давно преследует стихотворение М. Лисянского – где об этом хорошо сказано:

Чувство меры – редчайшее чувство,
Исключительная черта.
Без него умирает искусство
И кончается красота...

Куратор:

Ребята, сегодня вы пополнили свои знания о творчестве известных «звездных» людей, как старшего поколения, так и совсем молодого.

- 1) Чем удивили и поразили вас эти люди?
- 2) Как вы думаете, что стало залогом их успеха?
- 3) Какие черты характера помогли им в этом?
- 4) Какую из этих черт вы хотели бы позаимствовать у них? Почему?
- 5) Какие их жизненные позиции вам близки?

Рефлексивный круг (студенты высказывают свои впечатления, мнения).

Литература

1. *Кремшевская, Г.Д.* Агрешпина Яковлевна Ваганова / Г.Д. Кремшевская. – Л.: Искусство, 1981. – 136 с.
2. *Пасютинская, В.М.* Волшебный мир танца / В.М. Пасютинская. – М.: Просвещение, 1985. – 223 с.
3. *Кравченко, Т.* Сестра Веры и Надежды: [о Л.Орловой] / Т. Кравченко // Стогу. – 2011. – № 2. – С. 68–74.
4. Кураторский час: метод. рекомендации. – Могилев: МГУ им. А.А. Кулешова, 2008. – 112 с.

*Лазарчик Т.В.,
преподаватель кафедры экономики
и управления*

ФАНДРАЙЗИНГ

(лекция)

Цель: сформировать целостное представление о фандрайзинге и показать возможность его использования.

Задачи: познакомить студентов с исходными терминами и понятиями в области фандрайзинга; показать роль фандрайзинга в рыночных отношениях

Ход мероприятия

Куратор: В рыночных отношениях фандрайзинг способствует поиску, сбору спонсорских средств: для осуществления социально значимых проектов, программ и акций; поддержки социально значимых институтов.

«Фандрайзинг» – понятие, хорошо известное узкому кругу лиц. Любкой человек, имеющий хоть какое-то отношение к третьему сектору, знает о нем. В то же время широкому кругу читателей это слово практически ни о чем не говорит. Являясь калькой с английского (fund – средства, финансирование, raise – нахождение, сбор), фандрайзинг представляет собой методику (в широком смысле) поиска источников финансирования.

Становление фандрайзинга как отдельного междисциплинарного направления связано с бурным развитием в последние десятилетия сектора неприбыльных организаций (НПО). Таким образом, в определение фандрайзинга необходимо внести одно существенное дополнение, а именно: фандрайзинг – это поиск источников финансирования, необходимых для осуществления деятельности НПО, включая реализацию неприбыльных программ и проектов.

Термин фандрайзинг с английского fund – средства, финансирование, to raise – поднимать, добывать, собирать. Существует множество определений фандрайзинга (сокращенно с англ. FR), в которых FR рассматривается как искусство или умение, методика или процесс, управленческая деятельность. Фандрайзинг занимается поиском ресурсов (людей, оборудования, информации, времени, денег и др.) для реализации проектов и/или поддержания существования организации.

Под фандрайзингом понимают: искусство получать от людей то, что вы хотите, когда и где хотите, для той цели, которую вы определили; ответственное управление привлеченными средствами; привлечение материальных и денежных ресурсов из различных источников для поддержки организации или специального проекта.

Этапы фандрайзинга: отбор потенциального дарителя (исследование рынка, изучение их возможностей, сфер приложения доноров и потребностей, поиск совместных интересов), письмо к дарителю, встреча с дарителем, презентация и демонстрация проекта/программы, преодоление возражений, приглашение к участию и предложение возможных вариантов, получение соглашения и заключение соглашения, получение пожертвований и благотворительных писем; анализ, оценка, проверка результатов по использованию финансовых средств, предоставление отчета финансовых средств дарителю, осуществление долгосрочных отношений и поддержка отношений. Описание самого проекта: постановка проблемы (соотносит-

ся с задачами фондов), цели и задачи (во имя чего они будут реализованы), методы проекта (достижения целей и задач); общая стоимость проекта, оценка и отчетность, дальнейшее финансирование; результат деятельности и риск, необходимая помощь и детальные сметы расходов с подробными комментариями.

Демонстрация слайдов. Осуществляется при помощи студентов.

МАТЕРИАЛЫ ПРЕЗЕНТАЦИИ

Принципы фандрайзинга:

ПРИНЦИП 1. Информировать.

ПРИНЦИП 2. Просите.

ПРИНЦИП 3. Используйте индивидуальный подход.

ПРИНЦИП 4. Старайтесь понять позицию донора.

ПРИНЦИП 5. Ищите доноров, соблюдающих этические принципы.

ПРИНЦИП 6. Благодарите.

ПРИНЦИП 7. Вкладывайте деньги и время, чтобы удержать доноров.

ПРИНЦИП 8. Поддерживайте хорошую репутацию.

ПРИНЦИП 9. Следите за отчетностью.

Стратегия фандрайзинга включает пять шагов: культура, планирование, тренинг, внедрение, менеджмент:

- Создание в организации широкой фандрайзинговой культуры;
- Разработка обстоятельных стратегических и оперативных фандрайзинговых планов;
- Обучение тех, кто занимается фандрайзингом;
- Внедрение новых фандрайзинговых подходов, соответствующих вашей организации;
- Мониторинг прогресса и оценка результатов.

Формирование культуры фандрайзинга:

Сформулировать и обсудить главные ценности организации, т.е. убеждения, нормы поведения, идеи, которыми организация руководствуется при выполнении своей миссии. Ценности формируют отношения как внутри организации, так и с ее партнерами. На основе ценностей строятся отношения с донорами и волонтерами.

Ценности и интересы – это основа формирования культуры организации.

Опыт сбора средств и опыт успешных сделок фандрайзера зависит от планирования. Это не значит, что, спланировав все в деталях, организация немедленно получит желаемую сумму, но вероятность эффективного поиска денег растет пропорционально уровню подготовленности.

Планирование фандрайзинга:

- Определение общей цели фандрайзинга
- Вовлечение в процесс сбора средств всех заинтересованных сторон
- Формирование культуры фандрайзинга
- Постановку Конкретных целей и задач
- Разработку стратегии
- Определение форм деятельности

Разработка стратегии фандрайзинга:

СТУПЕНЬ 1. Для чего осуществляется сбор средств?

СТУПЕНЬ 2. Насколько эффективной является деятельность организации?

СТУПЕНЬ 3. Чем характеризуется внешняя финансовая среда?

СТУПЕНЬ 4. В чем состоит фандрайзинговый потенциал?

СТУПЕНЬ 5. Действующая структура финансирования.

СТУПЕНЬ 6. Планируемая структура финансирования.

СТУПЕНЬ 7. Общение с потенциальными донорами

СТУПЕНЬ 8. Стратегии для каждого источника финансирования.

СТУПЕНЬ 9. Планирование фандрайзинговой деятельности.

СТУПЕНЬ 10. Обращение к донорам.

СТУПЕНЬ 11. Осуществление, оценка и анализ фандрайзинговой деятельности.

Ключевые показатели успешного фандрайзинга :

Ключевой показатель 1 – Системность в работе по фандрайзингу

- Системность в работе правления неприбыльных организаций
- Системность в работе менеджеров неприбыльных организаций
- Целостность в работе
- Финансовый контроль за работой
- Положительный имидж данной работы
- Хорошая программа по фандрайзингу

Ключевой показатель 2 – Формирование позитивной организационной фандрайзинговой культуры

- Фандрайзинг является приоритетом для неприбыльных организаций
- Здесь знают и учитывают интересы доноров
- Фандрайзинг – это постоянная тема для разговора
- Фандрайзинг – в функциональных обязанностях и в показателях работы каждого сотрудника неприбыльных организаций

Ключевой показатель 3 – Фандрайзинг является приоритетом для руководителей неприбыльных организаций

- Фандрайзингу уделяется достаточно времени
- Осуществляются личные контакты с главными донорами

– Обеспечивается успех фандрайзинга

– Фандрайзинг постоянно включается в повестку дня

Ключевой показатель 4 – Фандрайзинг спланирован, направляем и управляем

– Осуществляется долгосрочное стратегическое планирование фандрайзинга

– Осуществляется оперативная коммуникация и формируются соответствующие планы

– Определены четкая ответственность каждого сотрудника и четкие сроки исполнения

– В штате неприбыльных организаций есть ответственный за фандрайзинг, имеющий полномочия относительно бюджета и финансово-хозяйственного обеспечения

– Осуществляются мониторинг и коррекция процесса фандрайзинга

– Фандрайзинг сориентирован на результат

– Осуществляется обучение по фандрайзингу

Ключевой показатель 5 – Фандрайзинг приносит результаты

– Обеспечивается разнообразие источников дохода

– Обеспечивается постоянное увеличение количества доноров

– Постоянно увеличивается годовой доход организации

– Уменьшаются расходы на фандрайзинг

– Неприбыльная организация функционирует как бизнес структура

Ключевой показатель 6 – Осуществляется коммуникация, обеспечивающая успешный фандрайзинг

Проходят регулярные встречи по вопросам фандрайзинга

– Готовятся оперативные отчеты по контактам с ключевыми донорами

– Осуществляется ежемесячный мониторинг прогресса по фандрайзингу

Ключевой показатель 7 – Системность в работе с донорами

– Осуществляется аккуратный и полный учет средств, полученных от доноров

– Готовятся ежегодный отчет и другие описательные брошюры по деятельности неприбыльных организаций

– Предоставляется своевременный и убедительный отчет донорам

Слово куратора: Фандрайзинг может принимать различные формы. Если говорить о наиболее традиционных источниках финансирования, то мы увидим, что в первую очередь – это пожертвования, вложения спонсоров, которые приходят от частного и государственного бизнеса. Затем

следуют: проведение целевых/благотворительных мероприятий по сбору средств; гранты, распределяемые фондами; финансирование из бюджета; создание малых предприятий, кооперативов, акционерных обществ с целью доходов от собственной коммерческой деятельности; пожертвования частных лиц; доходы от сбора членских взносов.

Выделяются различные виды финансирования фандрайзинговых мероприятий:

Благотворительность – добровольное бескорыстное пожертвование физических и юридических лиц в форме предоставления получателям минимальной финансовой, организационной и иной благотворительной помощи.

Благотворительность – являясь проявлением филантропии, не предполагает каких-либо обязательств, в том числе и финансовых со стороны получателя финансовой поддержки.

Формы благотворительности – меценатство и спонсорство.

Меценатство – это благотворительность в сфере искусства. Меценаты – преимущественно частные лица, жертвующие свои средства безвозмездно.

Меценат – физическое лицо, оказывающее материальную, финансовую, организационную и иную благотворительную помощь на бескорыстной добровольной основе.

Спонсор – юридическое или физическое лицо, оказывающее на добровольной и бесприбыльной основе материальную поддержку благотворительной деятельности в целях популяризации исключительно своего имени (названия), торговой марки и т.д.

Донор – юридическое или физическое лицо, оказывающее материальную, финансовую, организационную и иную благотворительную помощь неприбыльным организациям на добровольной бескорыстной основе.

Спонсоринг. Переводится как поручительство, попечительство, поддержка. По содержанию процесс спонсоринга представляет собой подбор или организацию события, ведение или контроль процесса, гарантированное осуществление проекта и учет интересов спонсора. Спонсорство – это целевые субсидии для достижения взаимных целей, то есть взаимовыгодное сотрудничество, реализация совместных проектов. Спонсорская поддержка оформляется договором, содержащим взаимные обязательства сторон.

Патронаж – покровительство не только финансовое, но и организационное, оказываемое на стабильной и долговременной основе.

Грант – благотворительный взнос или пожертвование, имеющее целевой характер, предоставленное физическими и юридическими лицами в денежной и натуральной формах.

Бесприбыльный (некоммерческий) проект – комплекс запланированных мероприятий, объединенных общими задачами, целью которого является достижение социально значимого эффекта, а не получение прибыли.

Выступление студента: Наиболее распространенным источником финансирования являются средства спонсоров, которым взамен предоставляется пакет рекламных услуг.

К рекламным услугам относят:

- указание спонсора в титрах ТВ-программы, посвященной проекту;
- показ рекламного ролика спонсора внутри программы;
- указание спонсора в афишах, растяжках, флайерсах, мини-постерах и других видах печатной продукции;
- рекламные щиты в месте проведения мероприятия;
- объявление ведущего со сцены об участии той или иной фирмы в организации и проведении мероприятия;
- участие спонсора в пресс-конференциях, посвященных данному событию;
- упоминание о событии в газетных и журнальных публикациях и телеэфире, посвященных проводимому событию;
- интервью со спонсором в газетных публикациях;
- предоставление спонсорам VIP билетов на все спонсируемые ими мероприятия.

Слово куратора: В сфере фандрайзинга задействованы: неприбыльные организации, подразделяющиеся на шесть групп в качестве основных производителей и одновременно потребителей фандрайзинговых услуг; разнообразные по своим целям, задачам и характеру деятельности финансирующие (в том числе донорские) организации; оказывающие дополнительные услуги коммерческие и некоммерческие структуры – фандрайзинговые фирмы (консалтинговые услуги), консалтинговые школы (обучение), фандрайзинговые информационные центры (предоставление информации).

Основная задача неприбыльных организаций в сфере фандрайзинга – разработка и реализация разнообразных фандрайзинговых стратегий: подготовка проектов на донорские организации, социальное партнерство с органами власти, корпоративный фандрайзинг и т.д. В странах СНГ уже накоплен значительный (успешный и не очень) опыт поиска финансирования для неприбыльных организаций. С другой стороны, для многих (особенно начинающих) организаций фандрайзинг остается недостаточно изученной сферой деятельности.

Основные формы финансирования, осуществляемые благотворительными фондами:

грант – благотворительное пожертвование (взнос), предоставляемое донорской организацией для реализации неприбыльного проекта или программы;

беспроцентная возвратная финансовая помощь (возвратный грант) предоставляется неприбыльным организациям для реализации проектов, предполагающих получение доходов в результате осуществления деятельности по проекту. Возвратная финансовая помощь предполагает полный или частичный возврат предоставленного финансирования;

оплата услуг – оплата (на договорной основе) услуг, предоставляемых неприбыльной организации донорской организации (проведение семинаров, исследований).

Наиболее распространенной формой финансирования неприбыльной организации донорскими организациями являются гранты. Они предоставляются в результате проведения грантовых программ-конкурсов, объявляемых среди неприбыльных организаций. Грантовые программы могут быть открытыми или закрытыми. В первом случае к участию в конкурсе допускаются все организации, которые отвечают определенным требованиям донорской организации (например, неприбыльная организация должна быть внесена в Реестр неприбыльных организаций). К участию в закрытых конкурсах допускаются только те неприбыльные организации, которые соответствуют особым условиям грантовой программы (например, только региональные партнеры донорской организации или неприбыльные организации, ранее получавшие (или не получавшие) гранты от благотворительных фондов).

С точки зрения периодичности проведения программы гранты делятся на:

разовые конкурсы-программы грантов, которые проводятся БФ один раз (как правило, они направлены на достижение определенных целей или задач);

циклические конкурсы-программы грантов, которые повторяются через определенные промежутки времени – один-два раза в год;

постоянные конкурсы-программы грантов, которые не имеют определенных сроков подачи заявок на финансирование. Проекты рассматриваются по мере поступления (программа малых грантов Посольства Королевства Нидерландов);

конкурсы грантов либо проводятся БФ самостоятельно, либо несколько организаций объединяются для совместного финансирования.

Существует большое количество различных типов грантов. Перечислим основные из них:

Гранты общей поддержки – благотворительная помощь, оказываемая неприбыльным организациям на поддержку их основной деятельности, обеспечение устойчивости и развития.

Гранты на программы или проекты – благотворительная помощь, предоставляемая на реализацию конкретного проекта или программы.

Гранты с частичным финансированием – вид благотворительной помощи, предполагающий обязательное привлечение дополнительных источников финансирования (другие донорские организации или собственные средства неприбыльной организации).

Капитальные гранты – благотворительная помощь, предоставляемая на капитальные затраты неприбыльной организации (приобретение недвижимости, ремонт, приобретение необходимого оборудования).

Корпоративные гранты – благотворительная помощь, которая оказывается неприбыльным организациям предпринимательскими структурами; либо гранты, предполагающие софинансирование проекта бизнесом.

Начальные гранты – благотворительная помощь, предоставляемая неприбыльным организациям на начальном этапе их развития (как правило, до 1 года) в целях обеспечения их устойчивости и институционального развития; либо гранты на создание новых организаций (новых направлений в рамках действующей организации).

Гранты в натуральной форме – благотворительная помощь, предоставляемая в виде материальных ценностей, а не денежных средств.

Перспективные гранты – благотворительная помощь, предоставляемая организации в размере, равном учредительному фонду организации, но выплачиваемая по частям (доля выплаты равна сумме доходов, которую получила бы организация за год, если бы учредительный взнос был сделан единовременно).

Посреднические гранты – благотворительная помощь, предоставляемая спонсором для проведения социально ориентированной политики от его имени.

Стимулирующие гранты – благотворительная помощь, составляющая определенный процент от необходимой неприбыльной организации суммы с целью ее стимулирования к дальнейшему обращению к донорам; либо средства, выделяемые на проведение кампаний по сбору средств для неприбыльной организации.

Целевые гранты – благотворительная помощь, предоставляемая НПО целевым образом для осуществления конкретной деятельности.

Выступление студента: Процесс соискания грантов.

1. Неприбыльная организация устанавливает для себя ясные точные цели, и только после этого ищет фонды для реализации этих целей. В этом случае, неприбыльная организация – активная сторона, если цели общественной организации не совпадают с целями грантодателя, она начинает поиски другого источника.

2. Другой подход определяется нуждами грантодателя: каковы его интересы, цели, миссия. В этом случае стратегия неприбыльных организаций – подстраивание к запросам грантодателя. Неприбыльная организация – только простой исполнитель пожеланий фонда.

3. Заявка на грант. Заявка – это письменная просьба о выделении гранта, с которой вы обращаетесь в фонд, корпорацию или другое учреждение и предлагаете использовать вашу организацию, ее опыт, профессионализм ваших сотрудников для работы по решению конкретной проблемы в вашем районе, регионе или в какой-то специальной области.

Обычно заявка состоит из 10 или 15 страниц хорошо подготовленного и написанного материала. То, что заявка большая по величине еще не значит, что она хорошая.

Помните! что заявка, это всегда позитивный инструмент, она подается на финансирование деятельности не против чего-либо, а для чего-либо.

Заявка представляет программу, которую вы создали.

Цель программы – решение реально существующей важной проблемы. Если отсутствует четко определенная проблема, то невозможно предлагать программу по ее решению.

Заявка представляет Ваши идеи и пути решения проблем.

Заявка – это план: В заявке представлен подробный план действий по осуществлению проекта.

Вы разработали этот план и будете точно следовать тому, что Вы запланировали, если Вы и Ваш грантодатель не имеете на этот счет особой договоренности.

Заявка – это просьба: Необходимо помнить о том, что заявка представляет собой просьбу. Вы запрашиваете финансирование, техническую помощь, оборудование, книги, либо что-нибудь еще. Заявка – это не вымаливание денег. Заявка – это хорошо продуманная просьба.

Заявка – орудие убеждения: Заявка – это инструмент, который Вы используете для того, чтобы убедить кого-то в своих идеях, понять вашу точку зрения, согласиться с Вами и с Вашей программой, и, в конечном итоге, профинансировать Ваш проект. Заявкой Вы убеждаете грантодателя в том, что Вы абсолютно надежны и вселяете в него уверенность в Вас и Вашем проекте.

Заявка – это обещание и обязательство: В заявке Вы обещаете решить проблему. Вы также берете на себя обязательство оставаться в рамках предложенного проекта. Ваше обещание и обязательство морального плана, однако, если Вы получите финансирование, это обещание и обязательство становятся юридической нормой и это должно быть четко отражено в Вашей заявке.

Некоторые частные и государственные фонды располагают подробными анкетами, которые необходимо заполнить. В этом случае Вы просто заполняете их анкету и Вам нет необходимости писать Вашу собственную заявку.

Однако большинство фондов требует заявку, написанную Вами, и данное пособие поможет Вам это сделать. Помните о том, что в разных фондах – свои требования к написанию заявок, различные приоритеты, сроки подачи заявок и цели. В каждом случае нужно узнать как можно больше о требованиях грантодателя и дать именно ту информацию, которая необходима.

Типы заявок.

Можно выделить два типа заявок на проекты:

1. письмо-заявку (a letter proposal) или запрос (a letter of inquiry), представляет собой короткий документ от одной до пяти страниц.

2. полную заявку (a full proposal). Полная заявка может занимать от 10 до 100 страниц, состоять более чем из двух разделов с указанием различных деталей проекта. Такого рода заявки, как правило, ожидают от организаций в правительственных фондах.

1. Письмо-заявка (запрос)

Как было сказано выше, письмо-заявка – это короткая форма документа, который информирует фонд о содержании вашего проекта. Многие частные фонды используют короткое письмо-заявку в качестве документа, вполне достаточного для принятия решения о том, финансировать или нет предложенный проект. Бывает, что ознакомившись с письмом-заявкой, фонд попросит Вас прислать более подробную заявку. Все зависит от того, вызвал ли Ваш проект интерес в фонде. На первый взгляд может показаться, что составление письма-заявки намного проще полной заявки. Наш собственный опыт говорит об обратном. Короткое письмо потребует от Вас значительно больше труда, точности, более тщательного отношения к составлению каждого предложения. В конечном счете на составление короткого письма-заявки Вы потратите примерно столько же времени, что и на полную заявку.

Каждое письмо-заявка должно содержать семь компонентов:

1. Краткое содержание
2. Выбор фонда

3. Проблема

4. Решение

5. Квалификация

6. Бюджет

7. Заключение

2. Полная заявка (рекомендации по оформлению)

Титульный лист вашей заявки должен содержать заголовки, выделенные жирным шрифтом, вы должны привлечь внимание рецензента вашей заявки к тому, что он должен заметить в первую очередь. Например, если рецензент вынужден пятнадцать минут искать место в заявке, где говорится об объеме запрашиваемого финансирования, то вполне возможно, что эта информация так и не будет обнаружена.

Помните! что время у тех, кто рецензирует Ваши предложения, ограничено; они должны находить важную информацию в Вашей заявке быстро и легко.

Составление проекта, поиски грантодателя, оформление заявки – это, конечно, важные задачи. Однако на их исполнении заботы не кончаются. Нехватка времени на составление заявки обычно является причиной досадных промахов: слишком подробного изложения информации о чем-то одном и ее недостатка о других видах деятельности, а также наличия орфографических и грамматических ошибок. Поэтому, как только поставлена последняя точка в заявке, перечитайте текст сами и/или дайте его прочитать другим до того, как Вы оформите окончательный вариант заявки.

Для чего это нужно? Как подходящая одежда необходима для создания Вашего позитивного имиджа во время собеседования с потенциальным работодателем, так и внешний вид Вашей заявки должен понравиться человеку, который ее будет рассматривать. Не жалейте времени для того, чтобы придать своей заявке вид профессионально составленного пакета с убедительной информацией.

Последние штрихи в составлении заявки. Редактирование первой черновой версии.

Составив черновик своей заявки, отредактируйте его, уделяя особое внимание краткости, ясности и точности. Для этого Вам понадобится, по крайней мере два раза очень тщательно прочитать текст своей заявки. Текст наверняка нуждается в нескольких редакциях. Наши советы подскажут Вам, с чего начать.

Первое чтение. Проверьте, несет ли предоставленная Вами информация ту смысловую нагрузку, которую Вы в нее вкладываете.

Для решения этой задачи воспользуйтесь следующими наводящими вопросами:

– Соответствует ли структура вашего текста структуре, описанной в этом пособии?

– Имеется ли в заявке вся необходимая для фонда информация?

– Исключена ли из основного текста и приложения ненужная информация?

– Имеет ли заявка понятную и логическую структуру? (Проблема – методы + ресурсы + помощь фонда = решение).

– Второе чтение. Проверьте, выбраны ли Вами адекватные слова и выражения, ответив на вопросы:

– Не злоупотребляете ли Вы слишком специфическими, трудными для понимания терминами?

– Передают ли слова и фразы Вашу личную уверенность в успешной реализации проекта?

– Можете ли Вы заменить общие слова выражениями, несущими более конкретное и точное значение?

– Проверьте орфографию, пунктуацию и грамматику.

После завершения чистового варианта отложите Вашу заявку и вернитесь к ней через несколько дней. За это время на смену эмоциональности автора придет критическое восприятие стороннего наблюдателя, что поможет Вам усовершенствовать свою заявку. Пусть ее прочтает человек, мнение которого Вы уважаете.

Как правило, около 90%, всех заявок на финансирование отклоняется грантодателями.

Основные причины отклонения заявок:

1. Подающий заявку не выяснил как правильно обращаться в фонды и часто даже не выяснил, подходит ли фонд для финансирования данного проекта. Поиск фондов требует времени и труда. Поиск фондов заключается не в том, чтобы найти один фонд и обратиться в него, и только в него каждый раз, когда Вам необходимо финансирование (конечно, возможно грантодатель сам хочет, чтобы Вы обращались только к нему). Найдите по крайней мере пять-десять потенциальных грантодателей, интересы которых совпадают с интересами Вашей организации или проекта.

2. Тщательно обдумайте свой проект, взвесьте все. Например, если Вы будете сотрудничать с другой организацией в Вашей стране или за рубежом, даст ли это Вам возможность обратиться к большему числу потенциальных грантодателей.

3. Если Вы уже дважды получили финансирование в одном и том же фонде в одной и той же области, не обращайтесь в этот фонд снова (бывает, однако, грантодатель согласен выделять Вам гранты несколько лет

подряд). Некоторые фонды не выделяют гранты одной и той же организации дважды. Если это верно в Вашем случае – начинайте искать нового грантодателя, с новыми идеями, большим объемом финансирования, более долгосрочными грантами и т.д.

4. Точно определитесь с областью финансирования. Обращайтесь в фонды, работающие на Вашу страну или регион.

5. Не просите финансирования больше, чем грантодатель обычно выделяет.

Помните, что Вы нужны грантодателям, к которым Вы обращаетесь, в такой же степени, в какой они нужны Вам. Фонды ищут небольшие, недавно образовавшиеся организации, полные новых идей, энергии, имеющие новые проекты. Фонды хотят, чтобы Ваше предложение было сделано не наспех, а обстоятельно.

Десять заповедей получения грантов

1. Только ищущий находит: Помните, что только постоянно занимаясь поиском можно найти средства. Иногда важнее бывает знать, кого спросить, чем как спросить. Выяснить, к кому надо обращаться, можно лишь проведя изучение фондов.

2. Ухаживание должно предшествовать предложению: Вы не будете просить кого-либо жениться на Вас, если не уверены, что вы подходите друг другу. Таким же образом вы с грантодателем должны подходить друг другу перед тем, как делать «предложение».

3. Конкретизируйте Вашу заявку: Заявка должна как можно более соответствовать типу фонда. Общие, расплывчатые заявки не получают финансирования.

4. Если Вы хотите получить средства, Вы должны их иметь: Фонды охотнее выделяют средства тем, кто уже получил финансирование из других фондов. Грантодатель чувствует себя увереннее, выделяя Вам недостающие средства и зная, что Вы уже получили средства из другого источника.

5. Запрашивая средства, вселяйте в грантодателя уверенность в Вас: Если когда-нибудь Вам приходилось торговаться, Вы наверняка заметили, что опытный торговец не говорит: «Если вы это купите...», а как правило: «Когда вы это купите...» Старайтесь не вызвать у грантодателя чувство, что Вы рассматриваете его, как один из возможных вариантов возможного сотрудничества.

6. При составлении письменных заявок то, что не бросается в глаза, убирается из заявки: Как уже отмечалось выше, большинство заявок просматриваются рецензентами очень быстро. Поэтому любая заявка, нужная

информация в которой не бросается в глаза и поиск которой занимает много времени, требует пересмотра.

7. Составляя бюджет, не делайте ошибок: Проверьте все цифры несколько раз. Используйте калькулятор. Бюджет, в котором имеются ошибки в подсчетах, заставляет грантодателя сомневаться в Вашем умении обращаться с деньгами.

8. Если сомневаетесь, каким стилем писать заявку – выбирайте простой язык: Жаргон и специальный язык редко производят впечатление. Лучше всего писать заявку простым и понятным языком. Преобладание в заявке существительных и глаголов говорит о хорошей заявке, прилагательных и наречий – о слабой заявке, а простой язык всегда производит благоприятное впечатление на грантодателя.

9. «Нет» не значит «Никогда»: У многих людей отказ в финансировании вызывает чувство горечи и разочарования. Не стоит поддаваться этим чувствам. Такой поворот событий следует рассматривать, как вызов; стоит также убедить себя в том, что «Нет», значит «Попробуйте снова». Упорные, настойчивые люди, как правило, добиваются своего.

10. Не уставайте говорить «Спасибо».

Слово куратора: Кроме оказания помощи в виде грантов существуют и другие особенности работы с донорскими организациями:

Высокая степень конкуренции. Грантовые программы известных донорских организаций собирают 400 и более проектов, из которых отбирается для финансирования обычно не более десяти процентов.

Заявка на финансирование подается в виде проекта.

Отбор проектов для финансирования происходит на конкурсной основе.

Особые правила подачи проектов. Как правило, проектные заявки составляются на основании аппликационных форм. Аппликационная форма (специфическая форма анкеты) представляет собой набор разделов, освещение которых является обязательным. У некоторых благотворительных фондов аппликационные формы разработаны настолько подробно, что подготовка проекта, по сути, сводится к ответам на вопросы анкеты.

Определенные правила рассмотрения проектов. Процедура рассмотрения проектов обычно происходит в несколько этапов. На первом этапе проекты проверяются менеджерами программы с точки зрения их соответствия приоритетам программы грантов и правильности оформления документов. На втором этапе проекты рассматриваются членами специальных экспертных комиссий, принимающих решения о финансировании. На третьем этапе проекты утверждаются директором (правлением) благотворительного фон-

да. В отдельных случаях эта процедура бывает еще более сложной. Например, экспертная комиссия проводит отбор в несколько туров (этапов), либо национальные представительства международных благотворительных фондов отправляют отобранные проекты на утверждение в центральные офисы.

Значительные сроки рассмотрения проектов. Как правило, процедура рассмотрения проектов (с момента подачи заявки до начала финансирования) занимает от трех до 12 месяцев. Реальные сроки рассмотрения необходимо учитывать во время подготовки проекта, поскольку он может «морально устареть» еще до начала финансирования.

Специфические правила отчетности по проекту. Ведение документации, оформление и подачи отчетов по грантам предполагает наличие специальных навыков и умений от директора и бухгалтера проекта.

Выступление студентки: Появление на рынке фандрайзинга привело к потребности в специалистах этой профессии. Профессиональные навыки фандрайзера: разбираться в вопросах налогообложения и социальной сферы, знать законодательство, быть в курсе событий коммерческого сектора, а также обладать рядом таких качеств, как умение расположить к себе собеседника за короткое время, заинтересовать и убедить в необходимости участия в проекте, наладить неформальные отношения с потенциальным спонсором и другие.

Выступление студента: Процесс привлечения средств имеет много сходств с организацией PR-компании. В фандрайзинговой компании используется поэтапная модель и стандартные средства связей с общественностью.

Фандрайзинговая компания, как и PR-компания требует четкого планирования, проработки деталей, строгого контроля над выполнением всех задач, а также креативности и быстрого реагирования.

Слово куратора: В рыночных отношениях потребность в деньгах порождает потребность в фандрайзинге. Таким образом, фандрайзинг это не только комплекс различных инструментов и процедур добывания средств для некоммерческой организации. Это, прежде всего, наука об успешном убеждении других в том, что деятельность вашей организации заслуживает внимания и поддержки. Проблема не сводится к тому, сколько финансов в организации и что она с ними делает. Суть вопроса в том, КАК она определяет приоритетные направления своей финансовой политики, которые, в конечном счете, являются приоритетными направлениями всей ее программной деятельности. В этом и состоит искусство фандрейзинга, поиска финансирования. Но самое интересное, что формулы успеха до сих пор так и не придумано, поэтому каждый идет своим путем и выбирает сам как просить деньги.

Литература

1. *Алексеева, Е.* Путь к успеху: пособие для неправительственных некоммерческих организаций. – М. : Голубка, 1995. – 521 с.
2. *Арефьева, И.Л.* Как научиться разрабатывать проекты и получать гранты!?! / И.Л. Арефьева, Л.Ю. Внукова, Т.В. Лазарев. – М. : Международный Институт Развития «ЭкоПро», 2008. – 456 с.
3. *Баталов, А.С.* Учитесь просить деньги. Материалы лекций грант-менеджеров / А.С. Баталов. – М. : ФКЦ АСНОУ, 1999. – 323 с.
4. *Даушева Д.А.* Как просить деньги / Д.А. Даушева, Е.А. Симонова. – М.: Радуга, 1994. – 496 с.
5. *Русинова, Ф.М.* Менеджмент : учебник для вузов / Ф.М. Русинова, М.Л. Разу. – М. : ФБК - Пресс, 1998. – 504 с.

Зайцева С.В.,

старший преподаватель кафедры правоведения

РАБОТА ЗА ГРАНИЦЕЙ: МИФ ИЛИ РЕАЛЬНОСТЬ?

(практикум)

Цель: обсудить с участниками занятий цель выезда за границу; источники информации о работе или замужестве за границей; трудности, с которыми может столкнуться человек за границей; выработать основные правила безопасного выезда за границу.

Ход работы. В начале занятий группа разбивается на подгруппы по 4-5 человек. Обсуждение вопросов проходит в подгруппах. Затем ответы зачитываются и обсуждаются всей аудиторией.

Первый этап. Продолжительность: 10 минут.

Описание задания. Каждая группа обсуждает вопросы; записанные на доске:

С какой целью уезжают за границу?

Где получают информацию о работе за границей?

В чем заключается опасность при выезде за границу?

Комментарий. Перед выполнением задания лучше обратить внимание участников на то, что должно быть 3-4 варианта ответов.

Возможные варианты ответов:

на первый вопрос: трудоустройство; совершенствование знаний языка; обучение; знакомство с новыми людьми; замужество; отдых, туризм;

на второй вопрос: объявление в газете; от знакомых, родственников; через брачное агентство; посредством Интернет; студенческий обмен и т. д.;

- *на третий вопрос:* принуждение к той работе, о которой не было указано в контракте; невыплата заработной платы; работодатель может забрать документы (паспорт, билет); незнание языка делает невозможным использование своих прав, помешает обратиться за помощью.

Второй этап. Продолжительность: 10 минут.

По данным программы «Ла Страда-Беларусь», основным источником получения информации о работе являются объявления в газетах. Поэтому данный этап направлен на выработку умений анализировать газетные объявления.

Описание задания. Группам раздаются листы с газетными объявлениями. В течение 5 минут участники занятий просматривают их и отвечают на следующие вопросы.

– На что Вы обращали внимание при чтении объявления?

– Какие данные обязательно должны быть указаны в объявлении?

– Какие рекламные объявления вызвали у Вас наибольшие сомнения?

Почему?

– По каким рекламным объявлениям Вы бы поехали на работу за границу? Почему?

Комментарий. Для проведения этих занятий следует сначала подобрать в газетах рекламные объявления, предлагающие работу за границей, вырезать их и наклеить на лист формата А4, предварительно зачеркнув реальные телефоны и адреса фирм.

Третий этап. Продолжительность: 10 минут.

Описание задания. Ознакомить с основными правилами безопасного выезда за границу. Каждая подгруппа обсуждает следующий вопрос:

– Какие правила необходимо знать, чтобы обезопасить свой выезд и пребывание за границей?

Комментарий. Ниже приводятся правила безопасного выезда, которые должны быть обсуждены в аудитории.

Правила безопасного выезда.

1. Работа должна быть легальной.

2. Фирма-посредник должна иметь лицензию на трудоустройство.

3. В паспорте должна быть рабочая виза.

4. Контракт должен быть составлен в доходчивой форме, в нем не должно быть непонятных или двусмысленных пунктов.

5. Нужно знать точный адрес будущей работы (оставить его родным и друзьям), а также данные лиц или фирмы, которые вас трудоустроивали.

6. Родные должны знать, куда Вы едете.

7. Билеты должны быть в обе стороны (обратный с открытой датой).

8. Нельзя никому доверять свой паспорт.
9. Нужно сделать ксерокопии всех важных документов: паспорта, визы, контракта и др.
10. Оставьте родным свою последнюю фотографию.
11. Договоритесь с родными об условной фразе, которая даст понять, что с вами что-то случилось.
12. Поддерживайте постоянную связь с домом.
13. Узнайте телефон белорусского посольства в той стране, куда Вы едете, и телефоны служб, которые могут оказать помощь. Если что-то случится с паспортом, нужно обращаться в дипломатическое представительство своей страны.
14. Возьмите с собой разговорник или словарь.

Четвертый этап. Продолжительность: 7 минут.

Описание задания. Каждой подгруппе раздаются листы с историей девушки (для женской аудитории); для смешанной аудитории можно раздать листы с историей, в которой описывался бы случай, произошедший с мужчиной. В течение 5-7 минут учащиеся читают историю, обсуждают ее в подгруппе, чтобы ответить на следующий вопрос:

– Какие шаги могла предпринять девушка (юноша), чтобы обезопасить свой выезд и пребывание за границей?

Примеры историй молодых людей, оказавшихся за границей

История Оли

Оля выросла в небольшом городе. После школы она поступила в институт в Минске. Когда девушка училась на третьем курсе, в их семье случилось несчастье. Ее отец погиб в автомобильной катастрофе. После этого жить стало очень тяжело, так как у Оли было две сестры и надо было помогать матери их воспитывать. Материальное положение семьи очень ухудшилось. Девушка стала искать работу. Ее однокурсник посоветовал обратиться к своему знакомому, который недавно спрашивал, не хочет ли кто-нибудь поработать в Германии. Олю познакомили с молодым человеком, который представился Эдиком. Он с большим сочувствием отнесся к проблемам Оли и обещал помочь. Рассказал, что жил в Германии три года, и сейчас один из его знакомых ищет девушку для работы в ресторане. Молодой человек помог ей оформить визу и купить билеты. Деньги ему она должна была вернуть после первой зарплаты. Маме Оля решила ничего не говорить, так как боялась, что та будет против этой поездки.

Вместе с Олей в Германию поехали Эдик и еще две девушки. Во Франкфурте они остановились в отеле. Молодой человек собрал у всех паспорта для регистрации. Поскольку работать они должны были в другом городе,

за ними приехал немец, чтобы отвезти их к работодателю. По-немецки девушки не говорили, поэтому спросить у мужчины в пути ничего не могли. Девушек привезли в отель, поселили всех в одной комнате. Через некоторое время к ним пришел незнакомый человек и на ломаном русском языке объяснил, что они находятся в борделе, их сюда продал Эдик, и что с завтрашнего дня они будут обслуживать клиентов.

Сначала Оля отказалась обслуживать клиентов. Ее избили и объяснили, что у нее нет шансов убежать: ее охраняют, паспорта у нее нет, языка она не знает. К тому же она должна вернуть деньги, которые за нее заплатил хозяин. Ей пригрозили, что убьют, и никто об этом не узнает. Оля все равно отказывалась. Тогда ее заперли на несколько дней в комнате, еды не давали, периодически избивали, угрожали расправиться не только с ней, но и с ее семьей, о которой они знали все. В конце концов, у Оли уже не осталось сил сопротивляться. Кроме обслуживания клиентов по вечерам и ночам, девушек, живущих вместе с Олей, заставляли работать и в ресторане, который располагался на первом этаже этого же здания. По утрам они мыли посуду и убирали помещения.

Однажды один из клиентов в ресторане затеял драку. Прибыла полиция. У всех проверили документы. Тех, у кого их не было, арестовали. В тюрьме полицейские позволили Оле связаться с посольством Республики Беларусь в Германии. Работники посольства обещали помочь ей вернуться на родину. Но Оля решила, что сначала даст показания против тех людей, которые виноваты в том, что с ней происходило в течение трех месяцев, пока она находилась в Германии.

История Юрия

Юрий жил в большом городе вместе с родителями. Семья считалась благополучной. После школы Юрий поступил в вуз. Как и многие студенты, он совмещал учебу и работу. Как-то, пролистывая газету, он увидел объявление фирмы о работе за границей. Работа предлагалась в основном физическая, но заработная плата была достаточно высокая. Подсчитав, сколько можно заработать во время летних каникул, Юра обратился в эту фирму с целью трудоустройства по выбранной специальности. Ему предложили поехать за границу по туристической визе, поскольку для открытия рабочей визы требовалось время. Юрий не хотел ждать, поэтому согласился на срочное оформление документов. Родители знали о намерениях своего сына, но не стали препятствовать, поскольку считали, что ничего плохого с ним произойти не может.

Через две недели Юра был в Европе. Первый месяц прошел хорошо. Когда пришло время выплатить зарплату, работодатель сказал, что денег

не заплатит и его куда не отпустит (паспорт Юра отдал своему хозяину по прибытию на работу). Ситуация осложнялась еще и тем, что Юрий находился нелегально в стране, поскольку срок действия визы уже закончился. Итак, он остался один в чужой стране, без денег и без документов.

Комментарий. Обсуждая эти истории, следует обратить внимание учащихся на следующие моменты.

1. Ольга и Юрий поехали за границу по туристической визе, которая не давала им права работать. Необходимо помнить, что оформление рабочей визы занимает от нескольких месяцев до полугода.

2. Ими не был подписан трудовой контракт.

3. Частное лицо не имеет права трудоустраивать (история Ольги).

4. Мать не знала ни о цели отъезда, ни о местонахождении дочери (история Ольги).

5. Не следует отдавать паспорт незнакомым людям.

6. Знание языка при трудоустройстве за границей должно быть хотя бы на разговорном уровне.

7. Следует узнать до отъезда, куда можно обратиться в непредвиденном случае.

В конце дискуссии обязательно следует дать ответ на следующий вопрос:

Куда могли обратиться Ольга и Юрий за помощью, попав в сложную ситуацию за границей? (В посольство РБ, полицию, женские неправительственные организации.)

Цель заключительного этапа занятий: закрепить на примерах те практические действия, которые следует предпринять перед поездкой за границу.

Литература

*Колосов А.В.,
доцент кафедры археологии
и специальных исторических дисциплин*

ОСОБЕННОСТИ ОРГАНИЗАЦИИ И ПРОВЕДЕНИЯ ВЫЕЗДНЫХ, ПОХОДНЫХ МЕРОПРИЯТИЙ (походов выходного дня, туристических походов, экспедиций и др.) (методические рекомендации)

Любое мероприятие, предполагающее жизнь в походных условиях, требует огромных усилий в создании оптимальных условий быта, обеспечении

порядка и дисциплины во время его проведения. И какими бы романтичными или сенсационными, на первый взгляд, не казались полевые экспедиции, речь идет о человеке, за безопасность здоровья и жизни которого отвечает каждый из ее участников: будь-то куратор (руководитель), студент, волонтер и т.д. Любая романтика подобного рода мероприятий, при неправильной их организации, может превратиться в настоящий кошмар, безответственное действие и необдуманные поступки участников – привести к трагедии.

Основой для написания настоящих методических материалов стал личный опыт проведения археологической практики на историческом факультете. В задачи предлагаемой публикации входит знакомство с некоторыми важными, на мой взгляд, моментами организации различных видов походов, в том числе организованных в рамках кураторских мероприятий. Я намерен изъять содержание текста от информации о специфике конкретного вида деятельности, и коснусь только общих положений, что позволит составить целостное представление о проведении походных мероприятий различной формы и содержания и использовать их в своей работе. Публикуемый материал соответствует «Инструкции об обучении мерам безопасности при проведении учебно-полевых практик на историческом факультете», разработанной мною в 2009 году.

Проведению планируемого мероприятия предшествует организационное собрание, на котором куратор студенческой группы проводит инструктаж по технике безопасности во время проведения мероприятия. Знания студентами Инструкции фиксируются в журнале по технике безопасности. Кроме этого, куратор знакомит студентов с целями и задачами мероприятия, местом их проведения, условиями проживания, правами, обязанностями и ответственностью участников во время проведения.

Следует отметить, что состав группы студентов формируется заблаговременно, с учетом их индивидуальных особенностей. Возможно, кому-то из студентов академической группы противопоказаны походные условия проживания. Студенты, имеющие медицинские противопоказания, к участию в мероприятиях, проводимых в лагерных условиях, не допускаются.

Куратор готовит проект приказа о проведении мероприятия, проводимого за пределами черты города Могилева. Только после утверждения приказа ректором университета мероприятие имеет право быть проведенным. Куратору студенческой группы следует считать студентов со времени начала пешего движения по маршруту или посадки в транспортное средство.

Хорошим помощником в организации мероприятий является рабочий план его подготовки с указанием ответственных лиц за каждый пункт данного

плана. Подготовка должна осуществляться тщательно и продуманно. Все выявленные недостатки должны быть устранены до выезда или выхода на маршрут.

Планировать подобного рода мероприятия лучше куратору, имеющему опыт проведения походов и экспедиций, дисциплинированному и волевому, способному обеспечить порядок и прошедшему проверке знаний по вопросам техники безопасности. Куратор студенческой группы несет ответственность за организацию и проведение мероприятия, здоровье и жизнь каждого его участника с момента и до возвращения на исходный пункт (но только в срок, оговоренный в приказе).

Несчастные случаи, происшедшие при проведении полевых практик расследуются и учитываются в соответствии с Инструкцией о расследовании и учете несчастных случаев с обучающимися и воспитанниками (07.08.2003 г., № 58). Администрация университета при получении сообщения о несчастном случае должна принять экстренные меры по оказанию помощи пострадавшим. Несчастные случаи расследуются и оформляются в соответствии с существующим законодательством.

Студенты обязаны выполнять все распоряжения куратора, регламентирующие его поведение во время проведения мероприятия в дороге, быту и во время отдыха. В свою очередь, куратор обязан принимать неотлагательные меры при любом нарушении дисциплины (лихачество, халатность, пренебрежение трудностями, употребление спиртных и слабоалкогольных напитков, курение в транспорте во время переездов, на месте проведения мероприятий и т.д.). Такое действие как самовольный уход с места дислокации в период проведения мероприятия также категорически запрещается. Границы временной базы или лагеря, за пределы которых выход без разрешения не допускается, определяется на месте куратором.

ДВИЖЕНИЕ ПО МАРШРУТУ

Общими требованиями при разработке пешего и/или транспортного маршрута при проведении лагерных, туристических, походных мероприятий является его доступность и проходимость, обеспечивающие безопасность жизни и здоровья всех участников.

Каждый член мероприятия, проводимого за пределами университета, должен быть ознакомлен с особенностями маршрута, руководствоваться принятыми Правилами дорожного движения Республики Беларусь и условиями преодоления препятствий на местности во время движения по маршруту. Курение и распитие спиртных напитков во время пешеходного движения по маршруту и в транспортном средстве запрещено.

Куратору необходимо организовать наличие в маршрутной группе компаса, спичек в водонепроницаемом чехле, топора или большого ножа.

Участники маршрута должны иметь соответствующую сезону, погодным условиям и специфике маршрута (лес, река, поле и т.д.) одежду. До начала маршрута куратор должен проинформировать участников о необходимости использования требуемого комплекта одежды и оборудования.

Всякие одиночные маршруты запрещаются. В случае если маршрутная группа состоит из двух человек и один из них оказался неспособным передвигаться, второй обязан оказать помощь и принять меры для вызова спасателей.

Движение группы по маршруту осуществляется компактно. После 45–50-минутного перехода необходимо организовать привал для отдыха на 10–15 минут.

При движении к месту проведения мероприятия на транспортном средстве запрещается использование случайного, неподготовленного, неисправного и непригодного для перевозки людей и грузов (оборудования) автомашины, автобуса, катера, лодки, которые не соответствуют стандартам и положению ГАИ, действующим Правилам дорожного движения Республики Беларусь.

Ответственность за подготовку транспортного средства к перевозке людей и грузов, соблюдение правил его вождения, за аварии и несчастные случаи с людьми, возлагается на водителя транспортного средства. При аренде транспортного средства у предприятий, имеющих соответствующее разрешение (лицензию) на право аренды и перевозки, водителем проверяется исправность арендуемого транспортного средства в присутствии ответственного лица предприятия и представителя заказчика. Аренда технически неисправных транспортных средств, а также грузовой машины с необорудованным кузовом для перевозки людей запрещается.

Все транспортные средства оборудуются приспособленными для прочного крепления тяжелых грузов и бочек с горючим и водой, ящиками для инструментов, образцов мелкого инвентаря и продуктов, скамьями для сидения, аварийным инструментом и спасательными средствами.

Контроль во время посадки людей и погрузки оборудования в транспортное средство осуществляют водитель, руководитель практики и старший по машине, назначенный из числа опытных и дисциплинированных членов экспедиции.

Люди на транспортных средствах размещаются с максимальными удобствами. Грузы на транспортных средствах размещаются равномерно и аккуратно: тяжелые, колюще-режущие предметы и инструменты

(топоры, пилы, палаточные кольца и т.д.) укладываются на дно кузова и закрепляются.

При движении автомашины запрещается оставлять незапертыми борта, ехать на подножках, сидеть на бортах, стоять в кузове, соскакивать и садиться на ходу. На каждую автомашину во время ее движения назначается старший дежурный, отвечающий за порядок.

При заправке горючим, при переправе на пароме, крутых уклонах и других опасных местах особенно в дождливую погоду пассажиры должны покинуть машину.

Лодки, используемые при работе на воде, должны быть устойчивы, иметь достаточную грузоподъемность, перегружать лодки запрещается. Лодки должны быть обеспечены спасательными средствами.

Во время переездов по железной дороге запрещается находиться у открытых дверей вагонов, на подножках и на переходных площадках, выходить из вагонов до полной остановки поезда, а также садиться в поезд на ходу.

В лесу. Во время движения по лесу необходимо всегда проверять стороны горизонта и прекрасно представлять направление маршрута. По возможности следует запоминать свой путь, отмечая на нем предметы, которые могут служить ориентирами (лежащее дерево, пень, ручей, обрыв, просека и т.д.).

Следует избегать движения через труднопроходимые заросли кустарников и деревьев, в которых может создаться небезопасная для жизни и здоровья ситуация (встреча с диким зверем, укусы змей, потеря членов группы и т.д.).

Прежде чем войти в лес, необходимо запомнить, на какой стороне расположено солнце. Если оно было расположено справа, то при выходе из леса солнце должно быть с левой стороны. Задержка на один час и более требует при выходе из леса всегда держаться на 15° левее по направлению к солнцу.

Надежным ориентиром в лесу являются просеки, которые делят его на кварталы: основные просеки делаются в направлении север-юг, поперечные – по линии запад-восток. На пресечении просек устанавливаются квартальные столбы, на которых обозначены номера кварталов. Числа показывают, как на местности расположены кварталы: с меньшими числами – на северо-западе и северо-востоке, с большими – на юго-западе и юго-востоке. Ребро между двумя смежными гранями столба с наименьшими числами показывает север.

Во время движения по лесу, на лугу и возле реки, следует обращать внимание на особенности положения природных объектов, которые могут сориентироваться на местности.

Южное направление всегда отмечается длинными и густыми ветками деревьев, наличием сгустков смолы на сосне, белой, гладкой и чистой поверхностью коры березы, широкими годовыми кольцами на пнях, редким травянистым покрытием на лесных полянах пологой стороной муравейника.

Северное направление определяется по редким и коротким ветвям деревьев; чернеющей корой сосны после дождя; трещиноватой, с наростами и многочисленными неровностями, поверхностью коры березы; наличием мха, грибов и лишайника на поверхности пня, камня, дерева; крутой стороной муравейника, прикрытой пнем, камнем или деревом.

Заблудившийся, должен вернуться по следам на прежнее место и сориентироваться снова. Если не удалось найти обратный путь, заблудившийся должен выходить к реке, где есть плавник для костра.

В тихую солнечную погоду определить направление на дорогу можно по звуку: шум идущего поезда (5–10 км), автомобильный сигнал, ржание лошади, лай собак (2–3 км), шум грузового автомобиля (1 км), стрельба из охотничьего оружия (2–5 км), крик (1–1,5 км), треск падающих деревьев (800 м), шум от шагов, рубка леса (250–500 м), разговор (50–200 м). При этом необходимо помнить, что слышимость звука снижается в лесу, на песчаных и распаханных почвах, солнечную знойную погоду, против ветра.

На реке. Переход рек пешком без применения охранных мер допускается только при небольшой глубине, слабом течении и твердом дне. При значительных скоростях течения и неизвестном характере дна следует принять охранные меры.

За выбор места и времени переправы ответственность целиком лежит на кураторе студенческой группы. Место переправы должно быть тщательно исследовано.

Для уменьшения давления водного потока на массу тела, во время переправы через реку, следует держаться к нему боком. Если вода поднимается выше колена, используется специальная палка-опора, которая упирается в дно по течению. Если удержаться на воде трудно, переправа группы осуществляется цепочкой.

Если вода в реке доходит до пояса, следует отказаться от такой переправы: для этого используются другие способы – подвесной или по бревну.

Болото. При преодолении болота необходимо определить степень его проходимости: наличие порослей осины, травы вперемешку с осокой, густых очесов мха. Передвигаться по болоту нужно на расстоянии 2–3 метров друг от друга.

Болото считается труднопроходимым, если на нем растет пушица, т.е. трава, на которой после цветения остаются головки пуха, если среди мха попадаются лужицы застойной воды, и если болото густо поросло деревьями и кустарником. Болото пройти практически невозможно, когда на нем растет камышовая растительность, а на поверхности плавает травяной покров.

ОРГАНИЗАЦИЯ ПОЛЕВОГО ЛАГЕРЯ

Куратор до начала мероприятия должен иметь четкое представление о месте его проведения, определить необходимое оборудование для обеспечения безопасности и наилучшего удовлетворения бытовых и гигиенических требований в лагере.

Оптимальными условиями для организации лагеря являются: наличие ближайшего населенного пункта, источников питьевой воды, леса, водного объекта (река, озеро), возвышенных участков рельефа.

Лагерные стоянки в поле должны выбираться засветло, на видном месте, в удобных и безопасных, с точки зрения бытовых и санитарно-гигиенических требований, местах для размещения людей.

Запрещается разбивать лагерь в местах с сухостойким и горелым лесом, производить работы в непосредственной близости от других, могущих упасть, деревьев, не приняв меры предосторожности.

На открытой местности устройство полевого лагеря осуществляется в местах, прикрытых от ветра пригорках, холмах, балках террасы.

Во избежание смыва и подтопления не рекомендуется обустроить лагерь на низкой пойме, в лощинах, на склонах и непосредственно у подножия возвышенностей рельефа.

При установке палаток выбирают ровную, без уклона, площадку, заранее очищенную от веток, шишек и пней. При расчистке площадки лагеря от деревьев запрещается нахождение вблизи них лиц, не занятых рубкой.

Палатки располагаются с учетом преобладающего направления ветра, степени освещенности, воздействия солнечных лучей. Две палатки желательно устанавливать входом друг к другу.

В сухую солнечную погоду палатки проветриваются. После захода солнца, в дождливую погоду вход в палатку должен быть закрыт, чтобы постель и вещи не отсырели.

Разжигать костер рядом с палатками запрещено. Полевая кухня и костер располагаются отдельно от палаточного лагеря, на расстоянии не менее 5–7 м от палаток.

Разведение костра желательно производить на месте старого кострища, на песке, галечной площадке или камнях. Зона костра окапывается

специальным противопожарным ровиком, обкладывается по периметру камнями.

Для обеспечения пожарной безопасности, соблюдения правил санитарно-гигиенического содержания места лагеря в порядке куратором назначаются дежурные по лагерю: старший дежурный, дежурный по кухне и его помощник, костровой.

В обязанности старшего дежурного по лагерю входит организация общей помощи куратору за соблюдением правил пожарной и санитарно-гигиенической безопасности, устранении бытовых проблем, возникающих в ходе проведения мероприятия.

В обязанности дежурного по кухне и его помощника входят: своевременная закупка продуктов, организация питания, соблюдение санитарно-гигиенических правил хранения и использования продуктов, предметов полевой кухни (столовых приборов, посуды, костровых принадлежностей и т.д.). Костровой постоянно следит за соблюдением правил пожарной безопасности в лагере, заботится о заготовке дров, поддержании огня на кухне.

МЕРЫ БЕЗОПАСНОСТИ В УСЛОВИЯХ ПОЛЕВОГО ЛАГЕРЯ

Представить себе полевой лагерь без костра не возможно, хотя бы потому, что он является источником тепла и энергии, которые используются для приготовления пищи, сушки обуви и одежды. И вместе с тем заготовка дров для нужд полевого лагеря требует особых навыков. Начнем с того, что валка деревьев производится только с разрешения лесных хозяйств и лесничеств. В качестве дров обычно используется валежник, сухостой, отдельные ветки. Валка ценных и особо охраняемых пород деревьев строго запрещена.

При спиливании дерева необходимо обратить внимание на естественный наклон дерева, направление и скорость ветра, направление наклона дерева, имеющиеся технические повреждения древостоя и ее санитарное состояние (сухая, гнилая и отмершая древесина). При сильном ветре валка деревьев запрещается.

Валка деревьев осуществляется опытными и дисциплинированными участниками мероприятия. Контроль во время работ осуществляет непосредственно куратор.

Перед спилом дерева необходимо:

- а) проложить для каждого участника работ пути эвакуации – под углом примерно 45° в стороны, противоположные направлению падения ствола;
- б) очистить пути эвакуации, удалить имеющиеся препятствия;
- в) сделать небольшой подпил ствола в прикорневой части, противоположный основному резу (пропилу). Подпил определит направление валки.

При валке необходимо держаться сбоку от падающего дерева и возвращаться назад только сбоку по пути эвакуации.

Во избежание пожара запрещается разведение костра на участках с высохшей травой, созревшими хлебами, под хвойными и высохшими породами деревьев, вблизи стогов сена и скирд соломы.

В лесу, где опасность пожаров особенно велика, запрещается:

- а) бросать не загашенные спички и окурки;
- б) разводить костер на неподготовленном месте, вблизи стволов деревьев и на торфяниках.

Теперь несколько слов о правилах поведения во время купания в водоемах и первым важным и необходимым условием проведения мероприятий на воде является умение его участников плавать. Поэтому лицам, не умеющим плавать, следует вести себя предельно осторожно во время купания и всегда держаться линии берега на мелководье под наблюдением куратора, опытных в плавании участников экспедиции. Также следует исключить:

- а) купание без разрешения куратора;
- б) индивидуальные и ночные купания;
- в) заплывать далеко от берега;
- г) плыть против сильного течения;
- д) подплывать к водоворотам;
- е) плыть рядом с катером или моторной лодкой.

Купание разрешается только группами в безопасных местах под контролем куратора студенческой группы.

В случае если человек тонет, оказание помощи осуществляет только умеющий плавать. Спасатель должен немедленно подплыть к тонущему сзади, а если это невозможно, за 2–3 м поднырнуть под него и, повернув к себе спиной, буксировать к берегу.

Помощь пострадавшему сводится в устранении причин, затрудняющих нормальное кровообращение и дыхание: расстегивают застёжки, открывают рот, очищают его от ила и песка, кладут пострадавшего животом на бедро согнутой ноги спасателя и, похлопывая по спине, от поясницы к затылку, удаляют воду из верхних дыхательных путей. При необходимости делают искусственное дыхание массаж сердца.

Для предотвращения судорог мышц перед купанием необходимо сделать небольшую разминку, включающую бег, подъемы и сгибания ног, легкий самомассаж. При возникновении судорог и критической ситуации на воде рекомендуется:

- а) сохранять самообладание и не поддаваться чувству страха;

- б) позвать на помощь людей;
- в) плыть на спине, не выполняя резких движений;
- г) при необходимости во время плавания выполнять движение только одними руками или ногами;

д) сделать резкий укол булавкой, которую желательнее необходимо иметь при себе на купальном костюме, в место наибольшей плотности и болезненности мышц;

е) несколько раз резко и сильно надавить пальцами на место судороги;

ж) при судорогах икроножной мышцы нужно, взявшись за большой палец, тянуть на себя стопу, выпрямляя при этом ногу в коленном суставе;

з) при судороге мышц живота – согнутые в коленях ноги подтягивать к животу;

и) при судороге мышц рук – сжимать и разжимать кулаки;

к) перед началом противосудорожных действий сделать глубокий вдох.

И последнее. Если при движении группы по маршруту или в месте ее дислокации для проведения запланированного мероприятия настигала гроза, укрываться от дождя, устанавливать палатки под одиноко стоящими деревьями запрещается. Телефоны мобильной связи, радиоприемники, плееры во время грозы также должны быть отключены.

В случае обнаружения взрывоопасных предметов следует немедленно вызвать сотрудников милиции и прекратить проведение мероприятий до их прибытия. Участники похода должны быть удалены на безопасное для жизни расстояние. Место взрывоопасной находки ограждается и до прибытия сотрудников милиции доступ к нему запрещен.

ОРГАНИЗАЦИЯ ПИТАНИЯ

От правильной организации питания в условиях лагеря зависит здоровье ее участников. Для расчета закупаемых продуктов исходят из числа участников, физических нагрузок, возрастной и половой суточной потребности человека в необходимых калориях, витаминах, минеральных веществах. Оптимальным решением этому является организация трехразового питания и сбалансированный пищевой рацион.

Среди основных продуктов, которые составляют пищевой рацион в полевых условиях, можно выделить крупы, макаронные изделия, бобовые, картофель, тушенка из свинины и говядины, хлеб черный, соль, сахар, специи, чай. Вот примерный суточный расчет отдельных продуктов на человека с учетом физической нагрузки (даны средние значения): крупы – 125 г, макароны – 140 г, картофель – 100 г, хлеб черный – 250 г, печенье – 80 г, сахар – 80 г.

Теперь коснемся условий хранения продуктов питания и использования их в пищу в условиях поля. Продукты питания должны содержаться в специальных закрытых ящиках или коробках с соблюдением условий хранения и сроков реализации. Все сыпучие продукты (крупы, сахар, соль, специи) должны быть плотно упакованы в водонепроницаемые полиэтиленовые пакеты, стеклянные или пластиковые банки.

Мясные и рыбные консервы рекомендуется брать только в металлических банках. Копченые и полукопченые мясные продукты во избежание заплесневения смазывают жиром или растительным маслом и заворачивают в бумагу; сливочное масло перетапливают и разливают в стеклянные емкости с плотно закрывающимися крышками. Масло и жирные продукты не рекомендуется хранить в полиэтиленовой посуде.

Продукты питания, требующие повышенного внимания к условиям хранения и срочной реализации (сливочное масло, мясные и рыбные консервы) могут храниться отдельно в специально устроенных ямах-погребах, изолированных от воздействия внешней среды.

Качество приготовленной пищи зависит от правильного состава используемых продуктов, их количества и продолжительности варки. До полной готовности на костре требуется: до 7–10 мин варки манной крупы, 10–20 мин – геркулеса; 40–60 мин – пшеничной; 60 мин – гречневой, овсяной и рисовой, 90–100 мин – перловой, 120–180 мин – бобов, гороха и фасоли; 20–25 мин – цыпленка, 1 ч – курицы; 1 ч 30 мин – телятины, 2 ч – баранины, 2–3 ч – говядины и свинины; 10 мин – щавеля, 15 мин – картофеля нарезного, 20 мин – капусты цветной, 20–30 мин – капусты белокочанной и целого картофеля, 1 ч 30 мин – свеклы в кожуре. Сухие овощи перед употреблением замачивают в чистой воде на 1–1,5 ч.

Крупы перед варкой необходимо тщательно промыть в чистой воде. Кашу сначала варят на сильном огне, а после загустения – на медленном. Для качественного приготовления каши руководствуются правилами расчета, исходя из того, что на стакан (200 г) геркулеса требуется три стакана воды, 4–6 стаканов воды для перловой и пшеничной, 5–8 – для рисовой, 5–10 – для гречневой, манной и овсяной круп, 3–4 для бобов, гороха и фасоли.

При сравнении емкости посуды и объемного веса воды можно исходить из следующих данных: 1 чайный стакан (250 см куб.) соответствует 16,5 столовым ложкам или 50 чайным ложкам; 1 граненый стакан (200 см куб.) – 13 столовых ложек или 40 чайных ложек; 1 столовая ложка составляет около 3 чайных ложек; 1 л воды – 4 чайных стакана – 1 кг; 1 граненый стакан – 200 г; 1 столовая ложка – 15 г; 1 чайная ложка – 6 г.

Необходимо помнить, что 1 чайная ложка вмещает 5–10 г томатного пюре, 5–10 г – соли, 4–8 г – манной крупы; 1 столовая ложка равна 12–25 г томатного пюре, 15–40 г соли, 10–25 г манной крупы; 1 кружка (0,5 л) соответствует 170–250 г – макаронных изделий (вермишель, лапша), 440 г – томатного пюре, 500–650 г – соли; 300–400 г – овсяной, 335–400 г – манной, 365–420 г – гречневой, 365–460 г – перловой, 385–400 г – пшеничной, 410–460 г – рисовой крупам, 350–440 г – фасоли, 385–460 г – гороха.

Запрещается использовать продукты питания, срок хранения которых истек или, в силу различных причин, изменивших свои вкусовые качества, цвет, запах, с наличием инородных включений, плесени, гнили, грибка, личинок насекомых и т.д., что может стать причиной серьезного отравления.

В условиях полевого лагеря нельзя употреблять вареную колбасу, консервы во вздувшихся банках, пить сырое молоко и воду. Сбор и употребление в пищу неизвестных ягод и грибов строго воспрещается.

Для профилактики описторхоза использовать речную рыбу в пищу рекомендуется только после тепловой обработки: не менее 20 мин варки и 15 мин прожаривания небольшими кусками. При засолке речная рыба должна находиться не менее 14 дней в рассоле (на 1 кг рыбы – 300 г соли).

Для устранения пищевых и бытовых отходов на расстоянии не менее 50 м от лагеря и бровки береговой линии устраивается мусорная яма, которая должна быть постоянно прикрыта (присыпана грунтом) и по мере заполнения закапываться.

ПЕРВАЯ МЕДИЦИНСКАЯ ПОМОЩЬ

Для предупреждения осложнений при несчастном случае, повреждении или внезапном заболевании необходимо обеспечить оказание первой медицинской помощи до прибытия медработника на место происшествия или доставки пострадавшего в лечебное учреждение.

Лицо, оказывающее первую помощь, должно владеть соответствующими медицинскими знаниями и опытом по осуществлению подобного рода мероприятий. От правильного оказания помощи зависит успех дальнейшей медпомощи.

Для оказания первой медпомощи группа, участвующая в выездном или походном мероприятии, должна быть снабжена аптечкой, состав и условия содержания которой определяются в соответствии с принятыми стандартами. Кроме этого, каждый участник должен иметь индивидуальный набор лекарственных средств, предназначенных для оказания само- и взаимопомощи. Аптечка должна быть также в наличии и у водителя транспортного средства, занимающегося перевозкой участников.

Минимальный состав аптечки представлен: а) болеутоляющими, жаропонижающими и противовоспалительными средствами (амидопирин, анальгин, ацетилсалициловая кислота, цитрамон); б) успокаивающими и сердечно-сосудистыми средствами (настойка валерианы, корвалол, валидол); в) желудочно-кишечными средствами (активированный уголь, но-шпа, гастрал); г) антисептическими средствами (перманганат калия, борная кислота, спиртовая настойка йода, бриллиантовая зелень, перекись водорода, борный вазелин); д) раствор аммиака (нашатырный спирт) для вдыхания при обмороке; е) перевязочными средствами (стерильные бинты, вата, бактерицидный пластырь); ж) резиновым жгутом для остановки кровотечения; з) термометром для измерения температуры тела.

Прием лекарственных средств должно строго соответствовать инструкции (листку-вкладышу по применению препарата). Запрещается использовать препараты:

- а) срок годности которых истек;
- б) испорченные в результате неправильного хранения и эксплуатации;
- в) неизвестного происхождения и назначения;
- г) не одобренные фармакологическим комитетом Минздрава Республики Беларусь.

Немедленное оказание первой помощи необходимо при остро развивающихся и угрожающих жизни состояниях (отравление, кровотечение, утопление, кома, шок, электротравма, укусах змей).

Оказание первой помощи предусматривает:

- а) немедленное прекращение действия внешних повреждающих факторов (электрического тока, давление тяжестью);
- б) удаление пострадавшего из зоны неблагоприятных условий;
- в) проведение мероприятий в зависимости от характера повреждений (рана, вывих, перелом, ожог, отравление и т.д.);
- г) немедленное обращение за медпомощью в ближайшую больницу, поликлинику, фельдшерский пункт, аптеку.

В местах скопления насекомых применяются специальные марлевые накладки или специальные сетки, пропитанные репеллентами. Этими препаратами пропитываются одежда и палатки.

Каждый участник должен иметь необходимые средства защиты от укусов насекомых и их предупреждения (комаров, клещей, мокриц), одобренных фармакологическим комитетом Минздрава Республики Беларусь и срок реализации которых на момент использования не истек. Использование репеллентов должно строго соответствовать инструкции. Запрещается наносить эти препараты на слизистые оболочки кожи лица (губы, веки, глаза), на участки кожи с открытыми ранами, ссадинами, царапинами.

Во избежание проникновения в кожу клеща необходимо постоянно производить тщательный осмотр одежды и тела, стараться избегать посещения влажных и затененных мест в лесу с густым подлеском и высокой травой.

Не следует вытаскивать клеща, если он глубоко впился в тело. Место поражения обильно смазывают вазелином, маслом, ихтиоловой мазью для самостоятельного удаления клеща. Насекомого сохраняют в плотно закрытой емкости для дальнейшего проведения лабораторных анализов в медучреждениях на наличие инфекционных заболеваний.

Для предупреждения вирусных и инфекционных заболеваний от укусов насекомых перед выездом в поле желательнее сделать соответствующие прививки.

Укусы пчел, ос и шершней устраняются осторожным удалением жала из ранки пинцетом или иглой, наложением марли смоченной раствором аммиака, разведенным водой (1:5) и холодной примочки сверху. Зуд от укусов комаров снимается раствором аммиака (нашатырный спирт).

При укусах змей необходимо: пострадавшего уложить на землю, пальцами выдавить яд из ранок (жидкость беловатого цвета с примесью крови), обработать ранки йодом или бриллиантовой зеленью, пораженную конечность сделать неподвижной с помощью прибинтованных к ней палки или доски, пострадавшему дать обильное количество жидкости, срочно обратиться в больницу. Для медленного всасывания змеиного яда в организм, транспортировка укушенного змеей человека осуществляется в положении лежа.

При ушибах на поврежденную область, предварительно смазав ее йодом, накладывают холод (резиновый пузырь или полиэтиленовый мешок со льдом или холодной водой). Для быстрого устранения гематомы (синяк), на второй день на ушибленное место прикладывают компресс из ткани смоченной в теплой воде, полиэтилена, прикрытого куском марли и зафиксированного бинтом. Растирать и массировать место ушиба запрещено.

Для защиты ран, царапин, ссадин, порезов от загрязнений и инфицирования нужно: промыть место повреждения перекисью водорода и раствором перманганата калия, обработать участок кожи вокруг раны спиртом, одеколоном, водкой, йодом или бриллиантовой зеленью; наложить стерильную повязку из марли, бинта и ваты. Повязка должна плотно прилегать к поврежденному участку тела, но не сдавливать его.

Для предупреждения растяжения голеностопных суставов рекомендуется их перебинтовывать забинтовывается эластичным бинтом. При растяжении связок и суставов эластичный бинт накладывается на место травмы в виде 8-образной повязки.

Потертости и мозоли смазывают смягчающим антисептическим кремом. В случае покраснения кожи место поражения обрабатывают настойкой йода или бриллиантовой зелени, припудривают стрептоцидом и заклеивают пластырем. Для профилактики мозолей следует избегать ношения тесной или неправильно подобранной обуви, работы без средств защиты рук.

Для оказания помощи при ожогах необходимо определить степень поражения кожи:

I степень – покраснение и болезненность;

II степень – покраснение, болезненность, пузыри;

III степень – омертвление всех слоев кожи и тканей;

IV степень – поражение мышц, костей, внутренних органов.

При ожогах отдельных частей тела кожу в зоне поражения обрабатывают спиртом, одеколоном, водкой (при их отсутствии можно зону поражения покрыть зубной пастой) и накладывают сухую стерильную повязку. Пузыри вскрывать не рекомендуется. Последующее лечение ожогов I и II степени сводится в смазывании пораженных участков кожи противоожоговыми мазями, синтомициновой эмульсией или мазью Вишневского.

При небольших ожогах пораженное место погружают на 5 – 10 мин в холодную чистую воду с последующим наложением стерильной бинтовой повязки, смоченной в спирте, растворе перманганата калия, питьевой соде.

При обширных ожогах любой степени пострадавшего необходимо срочно доставить в лечебное учреждение.

При солнечном и тепловом ударах пострадавшего необходимо перенести в тень, придать ему полусидящее положение, освободить шею от стесняющей одежды, поднести к носу ватку, смоченную в нашатырном спирте, при необходимости сделать искусственное дыхание. Для возбуждения дыхания пострадавшего слегка похлопывают по лицу, смоченным водой, полотенцем или платком. Пришедшего в сознание обильно поят подсоленной водой, кладут ему под голову холод и дают валериановые капли.

Для предупреждения теплового и солнечного удара в сухую знойную погоду студентам запрещается участвовать в мероприятиях на открытых площадках без головного убора, тесной, не пропускающей воздух одежде.

При желудочно-кишечных отравлениях желудок промывают слабым теплым раствором перманганата калия (марганцовки) или теплой кипяченой водой 1,5–2 л до появления рвоты. Эту процедуру повторяют несколько раз. Больному необходимо дать слабительное, после – настойку валерианы; укрыть одеялом, напоить чаем, обратиться за помощью в больницу.

При поражении электрическим током необходимо обесточить источник тока, перенести пострадавшего в безопасное место, вызвать врача,

провести мероприятия по восстановлению деятельности сердечно-сосудистой системы и дыхания (искусственное дыхание, закрытый массаж сердца). При этом запрещается: прикасаться к открытым частям тела пострадавшего при действующем источнике тока без средств электрозащиты и изоляции; закапывать пораженного током в землю или присыпать его землей.

После завершения выездного или походного мероприятия производится уборка территории лагеря. Все мусорные ямы должны быть засыпаны грунтом. Костёр следует загасить полностью. Перед началом движения по маршруту или посадкой в транспортное средство проверяется списочный состав группы и проводится краткий повторный инструктаж о мерах безопасности в пути следования.

Быкова С.Ю.,

доцент кафедры биологии

ОРУЖИЕ СОЛДАТ – СОБАКИ!

Малознакомые события из истории Великой Отечественной войны 1941–45 гг.

(лекция со слайд-презентацией)

Разговор о служебных собаках

Цель: воспитание гуманизма у студенческой молодежи.

Задачи: познакомить студентов с малознакомыми событиями из истории Великой Отечественной войны 1941–1945 гг.

Ход кураторского часа

Выступление куратора сопровождается демонстрацией слайдов на мультимедийном проекторе.

22 июня 1941 года мирную жизнь советских людей оборвала война.

Фашизм. Как он страшен!

Сожженные деревни и села, разрушенные города, рвы, наполненные женщинами и детьми. Массовые насилия, каких не знал мир. Душегубки. Это – фашизм.

Советский союз потерял более 20 млн своих граждан. 700 городов оказались полностью разрушенными, тысячи сел и деревень сожжены, разграблены.

Цифры потерь варварского нашествия для многих из нас известны. С лозунгом «Тыл кует победу!» также знакомы, а вот о роли четвероногих животных знают не все. В лучшем случае назовут лошадей как конную силу. Сегодня мне хотелось бы поговорить о ... собаках.

Издавна собаку окрестили четвероногим другом. Она помогала и пастиху, и охотнику, и пограничнику. С глубокой древности и до наших дней она преданно служит ему. На заре человеческой эры она охраняла его от зверя, помогала добывать пищу и одежду, служила надежным транспортным средством в северных районах. Позже собак стали использовать для выпаса скота, охраны жилищ и других помещений, поиска и спасения людей, для военного дела и т.д.

В благодарность за верность, службу люди устанавливают памятники собакам.

В мире установлен не один памятник четвероногому другу. О некоторых Вы хорошо знаете. Наверное, каждый назовет памятник в Ленинграде (ныне Санкт-Петербург) в саду Института экспериментальной медицины, многие знают о памятнике сенбернару Барри в Париже. Благодаря фильму «Хатико – мой лучший друг» теперь знают и о памятнике в японском поселке. Перечень установленных памятников собаке эти не заканчивается.

А вот назовете ли вы специальности собак на полях сражений Великой Отечественной? Примерное количество мобилизованных особей? Некоторые факты из их службы?

Для начала стоит сказать, что в Советском союзе служебное собаководство активно стало развиваться с 1924 года, когда был создан Центральный учебно-опытный питомник-школа военных и спортивных собак, впоследствии – Центральная военная школа служебного собаководства.

Однако подлинную массовость служебное собаководство получило в Осовиахиме (ДОСААФ СССР) с организацией клубов служебного собаководства.

К 1941 году служебную собаку применяли для охраны в промышленности, на транспорте, в совхозах и колхозах, по охране государственной границы, по борьбе с преступностью.

Накануне нападения на СССР гитлеровской Германии, собаки являлись вполне полноправными бойцами Красной Армии.

Впервые в истории советских Вооруженных Сил, подразделения нартовых упряжек собак для вывоза тяжелораненых воинов с поля боя стали применяться во время войны с белофиннами. За короткое время в условиях суровой зимы 1940 года были вывезены и доставлены на медицинские пункты тысячи раненых и обмороженных бойцов и командиров. Благодаря

такой оперативности врачам удалось сохранить жизни многим воинам. На обратном пути, к передовым позициям, на этих упряжках подвозились боеприпасы, продовольствия и другие важные грузы.

С началом Великой Отечественной войны клубы служебного собаководства быстро перестроились, они бесперебойно поставляли собак для армии. Например, Московский областной клуб послал в армию 7890 собак; Московский городской и Рыбинский – каждый около 6000; Свердловский – 5509 собак; также хорошо помогали Горьковский, Казанский, Тамбовский и другие. В годы Великой Отечественной войны на фронтах сражались 68 тыс. псов со своими вожатыми.

Они принимали участие в комплектовании специальных частей служебного собаководства. В этот период и были сформированы отряды истребителей танков, а позже батальоны собак-миноискателей. Служить в части ушли многие известные собаководы.

Ум собаки и терпение ее воспитателя делают чудеса.

Кто из бойцов зимой не видел на фронте нартовых собак? Это русские лайки пушистые, ласковые, выносливые.

Опыт использования нартовых упряжек собак был приумножен в годы Великой Отечественной войны. На фронтах действовало около 15 тысяч упряжек собак. Зимой на нартах, летом на специальных тележках они вывезли с полей сражения тысячи и тысячи раненых и контуженых воинов вместе с их оружием.

В течение только зимы 1942 года в боях за Ленинград 16-й отдельный отряд нартовых упряжек собак вывез 1729 человек и доставил 20 тонн боеприпасов и продовольствия, другой на этом же фронте – 2250 раненых. В некоторых случаях нартовые упряжки заменили полностью работу санитаров рот и батальонов, а сроки эвакуации раненых сократились.

Они уничтожили или подбили 300 танков противника, доставили 200 тыс. донесений, размотали 7883 км телефонного кабеля, вывезли с передовой 680 тыс. раненых, отыскали четыре миллиона мин и взрывных устройств. О подвигах четвероногих солдат и в 1941–1945 гг. можно говорить отдельно...

Вожатые санитарно-ездовых упряжек собак в составе Центральной школы военного собаководства участвовали в историческом Параде Победы в Москве. Рядом с ними на коротких поводках были их четвероногие друзья. Верным помощникам саперов ордена не дают – им дают только медаль. Да и ту не за мины, не за верность и героизм, а за то, что от самой собаки не зависит. Обычно ее одевают, как и награды хозяина, в знаковые праздничные дни!

Во второй мировой войне собаки были во всех воюющих армиях. Британские спецподразделения «коммандос» совершали рейсы на территории, тщательно охраняемые гитлеровцами. Доберманы были натренированы на амбразуры, ведущие огонь, они закрывали их собой. Были и другие новшества. Приоритет применения противотанковых собак, спасших жизнь многим советским воинам, принадлежит СССР. Наибольшей эффективности минно-розыскных собак также было достигнуто в Советской Армии. Впервые была найдена фугасная бомба на глубине более метра, собаки брали след на глубине 30 см талого снега. Известен случай, когда служебная собака, спустя много лет обнаружила убийцу своего хозяина на освобожденной от гитлеровцев территории Германии и загрызла его, погибнув при этом.

После войны в Америке была издана солидная книга, в которой описываются действия своих служебных собак, но даже и в ней признается, что русские показали образец подготовки и использования собак в военное время.

После освобождения Германии, представители военного руководства Красной Армии, зная расположение питомников служебных собак, выехали в их расположение. Что же они увидели? Горы трупов – трупов собак...

Оказывается в канун дня капитуляции Берлина, когда советские снаряды рвались на улицах города, в питомник приехали эсэсовцы и приказали выводить собак по одной. Они в упор расстреливали их в течение часа, убив 400 собак.

Это было обдуманное злодейство, продолжение тотальной войны. Ведь собаки – это ценность, и гитлеровцы понимали это.

Что можно противопоставить этой слепой ненависти? Чувства молодых бойцов, выносящих, по сути рисковавших собственными жизнями, из разбомбленного горящего питомника маленьких слепых щенков под рев вражеских бомбардировщиков? Это было на территории Беларуси, в первые, тяжелейшие дни войны, когда она пылала под фашистскими бомбами.

В мирное время в народном хозяйстве страны (СССР) использовалось около 700 тыс собак – служебных, охотничьих, пастушеских, что давала экономический эффект около 100 млн руб. в год. Каждого второго нарушителя границы задерживали с помощью собак.

Только по министерству путей сообщения благодаря применению собак экономия на зарплате составляла более 1,5 млн руб. в год.

Актуальность применения собак в народном хозяйстве не снижается. Сфера их применения может быть расширена.

Кроме того, нельзя не учитывать положительного влияния собак на здоровье людей, вынуждая владельцев быть на воздухе в любую погоду, кроме того, общение с собакой снижает риск возникновения стрессозависимых состояний и заболеваний.

Сегодня мы приоткрыли одну из страниц истории Великой Отечественной истории. Аспект этой темы остается за пределами внимания средств массовой информации. Теперь, я думаю, вы немного иначе будете относиться к нашим четвероногим друзьям, ведь, кто знает, на какие подвиги они будут способны в будущем? Возможно, они в буквальном смысле спасут Вашу жизнь или Ваших близких.

Литература

1. Служебное собаководство. – М.: Патриот, 1991.
2. Твой друг: сб. – М.: Изд. ДОСААФ СССР, 1986.

*Радевич Н.Н.,
педагог социальный*

ОСОБЕННОСТИ РАБОТЫ КУРАТОРА СТУДЕНЧЕСКОЙ ГРУППЫ С СОЦИАЛЬНО УЯЗВИМЫМИ КАТЕГОРИЯМИ СТУДЕНТОВ I КУРСА

Цель: социально-педагогическая и психологическая поддержка студентов, социально-незащищенных категорий, содействие их успешной адаптации и социализации в вузе, формирование социально-правовой ответственности.

Задачи:

- содействие в адаптации к новым жизненным условиям и необходимым навыкам социально ориентированного поведения в обществе;
- организация совместного общения и создания доверительной и комфортной обстановки в группе;
- проведение целенаправленной подготовки к самостоятельной жизни формирование системы нравственных ценностей и мировоззрения.

От успешности каждого отдельного человека состоит благополучие самого общества. Условия успешной адаптации в вузе определяется рядом факторов. Важнейшими из которых являются: как наличие государственной поддержки и помощи при получении образования, жилья, трудоустройства,

так и социального окружения учащегося, морально-нравственного климата, комфортности нахождения в группе, а также значимую роль в воспитательном процессе приобретает ведущая роль куратора студенческих групп.

Для успешного формирования специалиста и гражданина сегодня выпускнику высшего учебного заведения необходимо обладать следующими характеристиками: активной жизненной позицией, наличием целей и планов, направленных на будущее и упорством в их достижении, ответственным перед обществом за собственное поведение, уверенным в себе и психологически устойчивым. Владение этими качествами – это не только одно из важнейших условий социальной адаптации, но и залог успешности в самостоятельной жизни любого человека. На сегодняшний день в силу от ряда независимых от нас социальных причин существуют различные категории студентов, которые живут в разных социальных и материальных условиях. Они имеют право на пользование специальными социальными льготами, определенными Законодательством Республики Беларусь и дальнейшее сопровождение как социально-уязвимых категорий студентов, находящихся в трудных жизненных условиях.

Куратору студенческой группы для создания благоприятной воспитательной среды в группе необходимо обратить внимание на особенности жизнеустройства социально-уязвимых категорий студентов, с учетом их индивидуально-личностных характеристик. Работа куратора состоит в том, чтобы помочь такому студенту осознать себя в качестве достойного члена общества, сформировать жизненное самоопределение в окружающем мире с помощью психолого-педагогических средств и занятий.

Социально-уязвимые категории студентов:

Студенты сироты:

- зачисленные на государственное обеспечение
- находящиеся на опеке родственников
- студенты, потерявшие последнего родителя во время обучения, но не имеющие статуса студента-сироты

Категории студентов-сирот:

Дети-сироты – лица в возрасте до 18 лет, у которых умерли оба или единственный родитель;

Дети, оставшиеся без попечения родителей – лица в возрасте до 18 лет, которые остались без попечения единственного или обоих родителей вследствие лишения родителей родительских прав, отобрания их у родителей, признания родителей недееспособными, безвестно отсутствующими, нахождения в розыске и др.;

Лица из числа-детей сирот и детей, оставшихся без попечения родителей – лица в возрасте от 18 до 23 лет, имевшие к моменту достижения ими возраста 18 лет статус детей-сирот.

Студенты-инвалиды (студенты из числа детей-инвалидов I, II, III группы, а также III и IV степени утраты здоровья)

Студенты, имеющие специальные социальные льготы (студенты, пострадавшие от катастрофы на ЧАЭС, имеющие льготы в соответствии с Постановлением Министерства здравоохранения Республики Беларусь от 25.10.2007 г. № 97)

Студенты из многодетных и малообеспеченных семей, студенческие семьи

Студентки-матери, матери-одиночки, воспитывающие детей в неполных семьях

Несовершеннолетние студенты, совершившие правонарушение и требующие дальнейшего педагогического сопровождения

Студенты-первокурсники, испытывающие трудности в адаптации к условиям обучения вуза

Важной задачей куратора студенческой группы является целенаправленная и педагогически корректная работа по организации благоприятных условий адаптации студентов, из числа социально-уязвимых, в социуме группы.

Направления деятельности куратора студенческой группы с социально-уязвимыми категориями студентов

Диагностика-коррекционная деятельность

Ежегодно социально-педагогическая и психологическая служба университета проводит социально-педагогическую и психологическую диагностику студентов 1 курса с целью выявления трудностей их адаптации к условиям жизни, которая включает: составление социальных паспортов факультетов, академических групп для выявления социально-незащищенных категорий студентов, изучение межличностных отношений и эмоционального благополучия в группе. В общежитиях ежегодно изучаются интересы и потребности студентов-первокурсников, проводится диагностика психологической атмосферы в комнатах, диагностика уровня общительности среди студентов. Куратору студенческой группы необходимо создать информационную базу данных группы о социальном статусе студентов и направить их для проведения диагностики.

Сопровождение социально-незащищенных категорий студентов.

Социальное сопровождение этих категорий студентов начинается в летний период во время подачи документов в университеты и вступительных

экзаменов. Работа с абитуриентами включает сбор и первоначальное формирование пакета документов на студентов, которые имеют льготы при зачислении в вуз. Эта работа проводится социальным педагогом университета. Все данные об этих категориях студентов необходимо иметь и куратору студенческой группы в журнале учета студентов для дальнейшего внутригруппового сопровождения. В течение года работа со студентами социально-уязвимых категорий продолжается в рабочем порядке:

- *формирование пакета документов на студентов-сирот для зачисления на государственное обеспечение;*
- *проведение круглых столов на тему «Твои права и льготы»;*
- *работа с органами управления социальной защиты и опеки по постановке на улучшение жилищных условий, выплаты пенсионного обеспечения сирот и др.;*
- *оказание материальной помощи;*
- *предоставление социальной стипендии;*
- *социально-правовое сопровождение при окончании вуза или отчислении по академической неуспеваемости и др. причинах.*

Социально-педагогическая и психологическая профилактика.

Большое внимание куратор студенческой группы должен уделять формированию активной жизненной позиции, пропаганде здорового образа жизни и профилактике вредных привычек и зависимостей у студентов, социально-уязвимых категорий студентов. Социально-педагогическая и психологическая служба университета предлагает такие формы работы, как проведение тренинговых упражнений, лекций-практикумов, бесед и участие студентов в социально-значимых проектах. По итогам заседаний Совета профилактики проводится индивидуальная работа со студентами, требующими особого педагогического внимания, нарушающими правила внутреннего распорядка в университете и в общежитиях. Эти студенты должны привлекаться к самостоятельному проведению занятий по пропаганде здорового образа жизни, профилактике вредных зависимостей для студентов группы по методу «равный обучает равного». Ведется учет и выявление студентов, находящихся в социально-опасном положении, требующих особого психолого-педагогического внимания. Этим студентам куратору необходимо направить в социально-педагогическую и психологическую службу университета для консультирования и совместного дальнейшего педагогического сопровождения и взаимодействия.

Консультирование.

Большая роль в профилактической работе со студентами этих категорий отводится индивидуальной консультации. После индивидуальной

работы куратора со студентами, требующими особого психолого-педагогического внимания необходима консультативная помощь специалиста социально-педагогической службы.

Для выполнения целей и задач учебно-воспитательного процесса в студенческой группе необходима организация совместного внутригруппового общения и создания доверительной и комфортной обстановки в группе.

Информация для куратора студенческих групп:

Государственное обеспечение – комплекс установленных государством мер, направленных на материальное обеспечение условий для реализации основных прав и удовлетворения жизненно важных нужд и потребностей детей-сирот, детей, оставшихся без попечения родителей.

Материальное обеспечение студентов-сирот состоит из:

1. Выплаты денежной суммы государственного обеспечения;
2. Стипендии или (социальной стипендии при невысокой успеваемости);
3. Пенсии по утрате родителей из органов социального обеспечения;
3. Оказание материальной помощи 1 раз в год по заявлению (профком студентов);
4. Выпускное пособие по трудоустройству по окончании университета.

Дополнительные информация о правах и обязанностях студентам из числа социально-уязвимых категорий:

1. Студенты-сироты зачисляются на государственное обеспечение учебного заведения при наличии статуса сироты, присвоенного решением исполнительного комитета по месту жительства.
2. Предоставления места проживания в общежитии университета, без взимания платы.
3. При отчислении из учебного заведения студента-сироты в связи с его окончанием или по другим причинам учебное заведение обязано решить вопрос о трудоустройстве и обеспечении жильем.
4. При предоставлении студентам, из числа детей-сирот академических отпусков по медицинским показаниям за ними сохраняется государственное обеспечение в полном объеме.
5. За дни занятий, пропущенные по неуважительным причинам, денежная сумма по государственному обеспечению, начисленная за пропущенные дни, высчитывается из ежемесячного государственного обеспечения студентов-сирот.
6. Студентам-инвалидам I, II и III группы, студентам из числа детей-инвалидов III и IV утраты здоровья, из числа бывших военнослужащих,

ставших инвалидами вследствие ранения, контузии, увечья или заболевания, полученного при выполнении интернационального долга, выплачивается к установленной стипендии надбавка в размере 50% .

7. Студенты-инвалиды I и II группы освобождаются от оплаты за пользование общежитием.

8. Студентам-инвалидам оказывается материальная помощь к Международному дню инвалида (3 декабря).

9. Студенткам-матерям, оказывается материальная помощь 2 раза в год (14 октября – День матери и 8 марта).

Практические советы по проведению работы кураторами студенческих групп с социально-уязвимыми категориями студентов

Использование элементов тренинга в проведении кураторских часов

Тренинговое упражнение – это форма специально организованного общения, воздействие которых основано на активных методах групповой работы.

В ходе тренинговых занятий значительно эффективнее решаются вопросы развития личности. Элементы тренинга позволяют участникам пересмотреть свои стереотипы поведения. Не следует ждать каких-то глубоких изменений в сознании. Но у большинства происходит переосмысление или смена внутренних установок. Участники педагогических тренинговых упражнений во время занятия овладевают разными способами взаимодействия, что очень важно в сфере общения. Компетентность в сфере общения – одна из важных форм социализации личности. Такое занятие дает участникам прекрасную возможность идентифицировать, сопоставлять себя с другими. Целесообразно использовать тренинговое упражнение в комплексе с различными дополнительными формами и методами проведения кураторского часа.

Тренинговое упражнение «Моя особенность».

Цель: разминка.

Все сидят по кругу и по очереди называют себя по имени и добавляют слово, обозначающее качество, отличающего его от других людей (5 минут).

Тренинговое упражнение «Что такое хорошо и что такое плохо?»

Цель: установить нравственные представления студентов чуткости, проницательности, честности, справедливости, дисциплины.

Участникам предлагается в письменном виде привести хорошо известные примеры:

- совершенного тобой или кем-то другим предосудительного поступка,
 - зла, сделанного тебе другими,
 - доброго дела, свидетелем которого ты был,
 - совершенного кем-то бесчестного поступка,
 - пример безвольного поступка человека,
 - проявления кем-то из твоих друзей безответственности,
- Обсуждение проводится в кругу по очереди (15 мин).

Игра «Ассоциации»

Цель: знакомство, узнать больше информации друг о друге, помогает пересмотреть привычные стереотипы.

Выбирается ведущий, выходит за дверь. Один из участников придумывает ассоциации на самого себя. На какое животное, птицу, дерево, цветок, любой предмет я похож. Участник-ведущий возвращается в группу. Ведущий тренинг озвучивает ассоциации. Задача угадать человека. 3 попытки. Каждый из участников должен побывать в роле ведущего и угадываемого. В конце обсуждаем: что было самым сложным, что нового вы узнали друг о друге, о себе (5-7 мин).

Упражнение «Автопортрет»

Цель: обратить внимание участников на уникальность каждой личности.

Материалы: Бумага, мелки (фломастеры, ручки, карандаши), скотч или липучка.

Правила проведения: Каждый участвующий рисует автопортрет. При этом самые яркие черты лица (длинные ресницы, курносый нос, пухлые губы) намеренно преувеличиваются. На выполнение этой части задания отводится 5 минут. Участники не должны подсматривать друг за другом. Картины не подписываются. В конце работы листы бумаги складываются вдвое. При выполнении задания многие участники будут испытывать затруднения. Объясните им, что рисунок не должен обладать фотографической точностью. Создавать живописный шедевр также не требуется. Ведущий может сам принять участие в упражнении. Соберите все рисунки в большую коробку. Предложите кому-нибудь не глядя вынуть один лист. Каждый должен угадать, чей автопортрет он достал. Все по очереди показывают рисунки и высказывают предположения о том, кто является их автором, делятся личными впечатлениями.

Интерпретация результатов: Обсуждение почти всегда проходит оживленно. Большую симпатию обычно вызывают те «художники», кто изобразил себя, не приукрашивая.

Рекомендации для тренера: Картины можно развесить по стенам. Это будет означать, что здесь каждого члена группы принимают во всей его самобытности (10 мин).

Игровое упражнение «Категории»

Цель: потренироваться в высоком уровне взаимодействия между друг другом и усилить чувство принадлежности к группе.

Этапы проведения игры:

Первый раунд: «Найдите всех участников, которые родились в одном городе, районе, улице... что и вы. Это нужно сделать как можно скорее... «(Следите за тем, чтобы участники выполняли задание действительно быстро!) Как только образуются соответствующие команды, предложите каждому ее участнику вкратце рассказать о месте своего проживания. В таком случае Вы будете уверены, что задание выполнено верно.

Второй раунд: «Быстро найдите игроков, которые родились под тем же созвездием, что и вы... « Образовавшиеся команды можно попросить показать свое созвездие.

Третий раунд: «Найдите как можно быстрее всех участников, у которых столько же братьев и сестер, сколько и у вас. Единственные дети собираются в свою команду».

Варианты: другие признаки, по которым могут составляться команды (сходная жизненная ситуация или похожий род занятий, одинаковый цвет глаз, общий любимый цвет и др. (15 мин).

Упражнение «Учимся ценить индивидуальность»

Цель: научиться ценить индивидуальность другого, корректно относиться к этому.

Члены группы рассаживаются по кругу, у каждого заготовлены бумага и карандаш. В начале игры скажите примерно следующее: «Мы часто хотим быть точно такими же, как остальные, и страдаем, чувствуя, что отличаемся от других. Иногда действительно хорошо, когда мы – как все, но не менее важна и наша индивидуальность. Ее можно и нужно ценить». Предложите каждому участнику написать о каких-то трех признаках, которые отличают его от всех остальных членов группы. Это может быть признание своих очевидных достоинств или талантов, жизненных принципов и т.п. В любом случае информация должна носить позитивный характер.

Приведите три примера из собственной жизни, чтобы участникам стало полностью понятно, что от них требуется. Для создания веселой атмосферы используйте свою фантазию и чувство юмора. Участники записывают свои имена и выполняют задание (3 минуты).

Предупредите, что Вы соберете записи и зачитаете их, а члены группы будут отгадывать, кто является автором тех или иных утверждений.

Соберите листочки и еще раз отметьте положительные аспекты того, что люди не похожи друг на друга: мы становимся, интересны друг другу, можем найти нестандартное решение проблемы, дать друг другу импульсы к изменению и обучению и т.д. Потом прочтите каждый текст, и пусть участники угадают, кем он написан. Если автора не удастся «вычислить», он должен назваться сам (20 мин.).

Анкета студента социально-уязвимых категорий

№	Ф.И.О. (из числа социально-незащищенной категории)	
1	Факультет, курс, группа	
2	Учреждение, из которого прибыл для поступления в ВУЗ (город) (школа, ССУЗ, лицей и др.)	
3	Дата рождения	
4	Адрес постоянного проживания	
5	Контактный телефон	
	Данные о родителях (ФИО, телефон, место и должность работы)	
	Категория социальной незащищенности (согласно приведенному ниже списку)	
	Другое	

Куратор студенческой группы _____ Ф.И.О. _____ Подпись

Категории студентов, на которых необходимо заполнить анкету

6	Студент-сирота (- на каком основании присвоен статус сироты: - родители умерли - лишены родительских прав, недееспособны и др.)	
7	Студент-инвалид (группа, диагноз заболевания)	
8	Студент, имеющие специальные социальные льготы (дети военнослужащих, пострадавших от Чернобыльской АЭС и др.)	
9	Студенты из многодетных и малообеспеченных семей, студенческие семьи (указать причину малообеспеченности)	

	Студентки-матери, а также матери-одиночки, воспитывающие детей в неполных семьях (количество, возраст, год рождения, Ф.И.О.ребенка)	
	Несовершеннолетние студенты	
	Студенты-первокурсники, испытывающие трудности в адаптации к условиям обучения вуза	

СО Д Е Р Ж А Н И Е

<i>Зайцева Л.Г.</i> О ФОРМАХ ОРГАНИЗАЦИИ ВОСПИТАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА	3
<i>Евменчик А.А.</i> ЖИВИ МОЯ СТРАНА!	17
<i>Набокова Л.В.</i> ОТВЕТСТВЕННОСТЬ КАК ХАРАКТЕРИСТИКА ЛИЧНОСТИ.....	26
<i>Мазько С.Г.</i> СОВРЕМЕННАЯ СЕМЬЯ И ТЕНДЕНЦИИ ЕЕ РАЗВИТИЯ.....	37
<i>Урюпина А.А.</i> ЦИКЛ МЕРОПРИЯТИЙ, ПОСВЯЩЕННЫХ ДНЮ ЖЕНЩИН	47
СЛОВО ЖЕНЩИНЕ	47
ОТНОШЕНИЕ К ЖЕНЩИНЕ В РАЗНЫХ КУЛЬТУРАХ	54
КОНЦЕРТНАЯ ПРОГРАММА, ПОСВЯЩЕННАЯ ПРАЗДНИКУ ВЕСНЫ.....	59
<i>Ахмаева И.В.</i> НА ПУТИ К ЗДОРОВЬЮ	66
<i>Цветкова Т.В.</i> НИКОТИНОВАЯ ЗАВИСИМОСТЬ	72
<i>Головач Е.И.</i> СПЕШИТЕ ДЕЛАТЬ ДОБРО!.....	90
<i>Груздова С.И.</i> ПРИКОСНУТЬСЯ К ЗВЕЗДЕ	100
<i>Лазарчик Т.В.</i> ФАНДРАЙЗИНГ	113
<i>Зайцева С.В.</i> РАБОТА ЗА ГРАНИЦЕЙ: МИФ ИЛИ РЕАЛЬНОСТЬ?	129
<i>Колосов А.В.</i> ОСОБЕННОСТИ ОРГАНИЗАЦИИ И ПРОВЕДЕНИЯ ВЫЕЗДНЫХ, ПОХОДНЫХ МЕРОПРИЯТИЙ (походов выходного дня, туристических походов, экспедиций и др.)	133
<i>Быкова С.Ю.</i> ОРУЖИЕ СОЛДАТ – СОБАКИ! МАЛОЗНАКОМЫЕ СОБЫТИЯ ИЗ ИСТОРИИ ВЕЛИКОЙ ОТЕЧЕСТВЕННОЙ ВОЙНЫ 1941–1945 гг.	148
<i>Радевич Н.Н.</i> ОСОБЕННОСТИ РАБОТЫ КУРАТОРА СТУДЕНЧЕСКОЙ ГРУППЫ С СОЦИАЛЬНО УЯЗВИМЫМИ КАТЕГОРИЯМИ СТУДЕНТОВ I КУРСА	152

ДЛЯ ЗАМЕТОК

Учебное издание

КУРАТОРСКИЙ ЧАС – 4

Методические рекомендации

Редактор *Л.В. Набокова*
Технический редактор *А.Л. Позняков*
Компьютерная верстка *С.А. Кирильчик*
Корректор *И.Г. Коржова*

Подписано в печать .2012. Формат 60x84/16
Гарнитура Times New Roman. Усл.-печ. л. 9,5.
Уч.-изд. л. 9,9. Тираж 77 экз. Заказ №

Учреждение образования “Могилевский государственный университет
имени А.А. Кулешова”, 212022, Могилев, Космонавтов, 1.
ЛИ № 02330/278 от 30.04.2004 г.

Отпечатано в отделе оперативной полиграфии
УО “МГУ имени А.А. Кулешова” 212022, Могилев, Космонавтов, 1.