

МИНИСТЕРСТВО ПО ДЕЛАМ МОЛОДЕЖИ РЕСПУБЛИКИ ТАТАРСТАН

Государственное бюджетное учреждение «Республиканский центр
по организации оздоровления, отдыха и занятости детей и подростков «Лето»

Детский оздоровительный лагерь «Добрый»

Утверждаю

Директор

ГБУ РЦ «Лето»

И.Л.Давлетчин

**ПРОГРАММА ИНКЛЮЗИВНОЙ СМЕНЫ
СОЦИАЛЬНО-ГУМАНИТАРНОГО НАПРАВЛЕНИЯ
«НЕСТРАШНО»**

Автор: Изамбаева С.Р.

КАЗАНЬ

СОДЕРЖАНИЕ

Паспорт программы;

Пояснительная записка:

- Актуальность;

- Новизна;

- Преемственность;

- Целесообразность;

Цель и задачи программы;

Основное содержание программы;

Механизм реализации программы;

Ресурсное обеспечение программы;

Партнеры реализации программы;

Специфика регионального взаимодействия;

Ожидаемые результаты;

Диагностические методики мониторинга реализации программы;

Список литературы и интернет ресурсов;

Приложения

ПАСПОРТ ПРОГРАММЫ

Полное название программы	Инклюзивная программа, социально-гуманитарного направления «НЕСТРАШНО»
Целевая аудитория/география участников	Дети и подростки, живущие с ВИЧ, дети, рожденные от ВИЧ положительных матерей, нейротипичные дети от 12 до 17 лет, РФ
Сроки реализации	Июнь (18 дней)
Цель программы	Создание условий социальной адаптации в современном российском обществе детей и подростков живущих с ВИЧ, ОВЗ в том числе из ключевых и уязвимых групп населения.
Задачи программы	<p>Обучающие:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Организация просветительской деятельности по вопросам: репродуктивного здоровья (профилактика нежелательной беременности и инфекций, передающихся половым путем); - Обучение социальным навыкам защиты от развития отклоняющего поведения (навыкам общения, уверенности в себе, самоуважения и эффективного взаимодействия с окружающими – как со сверстниками, так и со взрослыми); <p>Воспитательные:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Формирование бережного отношения к своему здоровью и здоровью своего ближайшего окружения, устойчивой положительной мотивации к здоровому образу жизни; - Формирование толерантного отношения к людям с ВИЧ инфекцией; <p>Развивающие:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Приобретение навыков противодействия рискованному поведению (включая употребления наркотиков, алкоголя, курительных смесей) способствующих заражению ВИЧ инфекцией; - Развивать творческое мышление (его общие и специальные свойства: беглость, гибкость, оригинальность, способности к детальной разработке, способности анализировать свойства и признаки предметов, способности создавать аналогии, устанавливать ассоциативные и логические связи); - обогащать словарный запас; - формировать качества личности (любопытность, наблюдательность, целеустремленность, независимость).
Краткое содержание программы	<p>Профилактическая работа с нормотипичными и ВИЧ-инфицированными детьми по ЗОЖ, работа клинических психологов и врачей инфекционистов, оказание помощи детям в решении принятия своего диагноза.</p> <p>Посещение дома престарелых, принятие участия в благотворительной волонтерской деятельности.</p> <p>Игровая модель: нахождение капсулы потомков с целью мозаичного сбора сердца.</p>
Название организации	Государственное бюджетное учреждение «Республиканский центр по организации оздоровления, отдыха и занятости детей и подростков «Лето»
Место нахождения	РТ, город Казань, ул.Н.Столобова д.2 офис с 413 по 516

ФИО руководителя учреждения	Директор Давлетчин Ильдар Лукманович
Место нахождения филиалов	- Детский оздоровительный лагерь «Добрый» Республика Татарстан, Высокогорский муниципальный район, Красносельское поселение.
ФИО и должность автора программы	Благотворительный фонд Светланы Изамбаевой «НЕСТРАШНО» руководитель

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

«Во многом людям, больным ВИЧ-инфекцией портит жизнь отношение к ним со стороны здоровых членов общества. В первую очередь, к больным вирусом иммунодефициту требуется изменить отношение со стороны окружающих людей».

Владимир Познер

Проблема дискриминации в отношении людей, живущих с ВИЧ, ОВЗ и ментальными особенностями здоровья, по-прежнему остается актуальной для общества. Стигматизация людей, живущих с ВИЧ происходит, чаще всего из-за низкого уровня осведомленности об инфекции, особенностях жизни и возможностях получения помощи. Тема ВИЧ и СПИДа практически исчезла из повестки дня сегодняшних СМИ. О ВИЧ обычно вспоминают, когда возникает проблема, конфликт или скандал.

В РФ выявлено и зарегистрировано более 1000000 ВИЧ инфицированных, из них детей в возрасте до 15 лет более 9000 тысяч, в РТ 150 детей, из статистических данных наибольшая доля ВИЧ, инфицированных приходится на лиц молодого возраста. Работая в системе молодежной политики и встречаясь с людьми, занимающимися проблемой ВИЧ инфицированных людей - привело меня к желанию написать инклюзивную программу для проведения смены данной категории детей совместно с нейротипичными детьми. Хотелось бы развеять миф об угрозе заражения ВИЧ инфекцией через общение и сказать ВИЧ – это НЕСТРАШНО – это не приговор!

Данная программа позволит не только уменьшить угрозу заражения, но и создаст у подрастающего поколения установки на формирование здорового образа жизни и ответственного поведения.

Молодежь – мощный ресурс деятельности в области профилактической работы. Культивирование толерантности на уровне индивидуального и общественного сознания – необходимое условие создания демократического государства. Не случайно одним из первых документов, подписанных Президентом Российской Федерации В.Путиным, была **Федеральная программа «Формирование установок толерантного сознания и профилактика экстремизма в российском обществе»**, а также Декларация о приверженности делу борьбы с ВИЧ/СПИДом, Федеральный Закон «О предупреждении распространения в Российской Федерации заболевания, вызываемого вирусом иммунодефицита человека (ВИЧ инфекции), Федеральный Закон «Об основах охраны здоровья граждан Российской Федерации».

Все эти документы ориентированы на дальнейшее развитие гуманистических традиций воспитания подрастающего поколения в нашей стране. Исходя из этого, формирование дружеских отношений между людьми выступает, как условие успешного

развития современного общества и как социальный заказ государства.

Отличительная особенность программы «НЕСТРАШНО» является то, что она включает в себя теоретические аспекты по профилактической работе, клинической психологии практического применения и использования наглядного и игрового материала.

Новизна программы заключается в трех моделях профилактики, педагогики и психологии: информационная, психосоциальная (поведенческая), модель предоставления альтернативы

Особенность данной классификации в том, что ни одна из моделей не отрицает другую, а наоборот только дополняют и взаимоусиливают друг друга.

Инклюзивная смена «НЕСТРАШНО» социально-гуманитарного направления будет организована в период летней оздоровительной компании 2024г.

По **продолжительности** программа является краткосрочной, т.е. реализуется в течение смены (18 дней).

В программе социально-педагогического направления применяется игровая технология, коммуникативная, групповая и технология дифференцированного подхода, а также предусмотрена система поощрений.

Программа разработана с учетом следующих **нормативно-правовых документов:**

- Конвенцией ООН о правах ребенка;
- Конституцией РФ;
- Законом РФ «Об образовании»;
- ФЗ «Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации»;
- Приказ Минобрнауки РФ от 13.07.2001г. №2688 «Об учреждении порядка проведения смен профильных лагерей, лагерей труда и отдыха»;
- Приказ Министерства образования и науки РФ №656 13.06.2017г. «Об утверждении примерных положений об организации отдыха детей и оздоровлении»
- Распоряжения Правительства РФ от 22.05.2017г. №978 «Об утверждении Основ государственного регулирования и государственного контроля организации отдыха и оздоровления детей»;
- Декларация о приверженности делу борьбы с ВИЧ/СПИДом;
- Федеральный Закон №38 от 30 марта 1995г. «О предупреждении распространения в Российской Федерации заболевания, вызываемого вирусом иммунодефицита человека (ВИЧ инфекции);
- Федеральный Закон №323 от 21.11.2011г. «Об основах охраны здоровья граждан Российской Федерации»;
- Устав ГБУ РЦ «Лето»;

- Положение о ДОЛ;
- Правила внутреннего трудового распорядка ДОЛ;
- Правила по ТБ; ПБ; ГОЧС и антитеррористической безопасности;
- Рекомендации по профилактике детского травматизма;
- Должностные инструкции работников ДОЛ;
- Санитарные правила о прохождении медицинского осмотра;
- Инструктажи по ОБЖ для детей;
- Инструктажи по ОТ для сотрудников

Материально-технические ресурсы:

- Оборудование для кислородного коктейля;
- Соляная лампа;
- Релаксационная лампа;
- Мультимедийная установка с большим экраном;
- Спортивная площадка, оборудованная спортивными уличными тренажерами;
- Игровая площадка;
- Футбольное поле с искусственным покрытием;
- Одна волейбольная и одна баскетбольная площадка с искусственным покрытием;
- Медицинский пункт;
- Музыкальное оборудование;
- Столовая;
- Клуб;
- Кабинет психолога;
- Оформление зон отдыха в детских корпусах;
- Корпуса для проживания детей;
- Оборудованное костровое место;

Кадровые ресурсы:

- Начальник лагеря;
- Заместитель начальника лагеря по воспитательной работе;
- Педагог-организатор;
- Педагог - психолог;
- Инструктор по физической культуре;
- Ведущий дискотеки;
- Ночной воспитатель;
- Тьюторы;
- Педагоги дополнительного образования;

- Вожатые;
- Врач;
- Медицинская сестра;
- Технический персонал.

Кадровое обеспечение: Руководит программой группа, ее функции – информационно-методическое, кадровое, медицинское, материально-техническое и психолого-педагогическое сопровождение инклюзивной смены.

- **Начальник лагеря** организует работу лагеря, отвечает за качество и эффективность его работы;
- **Руководитель смены** планирует и отвечает за качество реализации программы «Вместе»;
- **Куратор смены** контролирует реализацию программы «Вместе», оказывает консультативную помощь.
- **Заместитель начальника лагеря** осуществляет общее руководство инклюзивной сменой и организацией работы с педагогическим коллективом;
- **Педагог-организатор** обеспечивает выполнение досуговой части программы смены лагеря;
- **Врачи и клинические психологи** ГАУЗ РЦ СПИД города Казани организуют профилактическую и разъяснительную работу, проводят с детьми общеразвивающие занятия;
- **Педагоги дополнительного образования** занимаются ведением общеразвивающих занятия с целью развития творческих способностей
- **Тьютеры, вожатые** организуют воспитательную работу в лагере, отвечают за жизнь, здоровье и безопасность ее участников, проводят кружковую деятельность;
- **Медицинские работники** проводят предварительное и постоянное медицинское сопровождение отдыхающих в ДОЛ детей, оказывают необходимую медицинскую и оздоровительную помощь;

Кроме того, участников инклюзивной смены социально-гуманитарной направленности консультируют сотрудники ГАУЗ РЦ СПИД города Казани, Министерство Здравоохранения Республики Татарстан, Фонд Светланы Изамбаевой.

Природные ресурсы: Лагерь расположен в сосновом бору, вблизи поселка Кульсеитово, Высокогорского муниципального района Республики Татарстан, имеется собственная артезианская скважина.

Методические ресурсы:

- Нормативно-правовая база;

- Библиотека в помощь водителю;
- Портфолио педагогов;
- Сценарии и методические разработки;
- Фильмотека

Социальные партнеры программы:

- Министерство по делам молодежи РТ;
- Министерство Здравоохранения Республики Татарстан;
- Анонимное Общество 12 шагов;
- Благотворительный Фонд Светланы Изамбаевой;
- ФГБУ «Центр СПИД» Министерства Здравоохранения Республики Татарстан;
- Общественная палата Республики Татарстан;
- Уполномоченный по правам человека в Республике Татарстан;
- Всероссийская общественная организация родителей детей инвалидов

Цель: Создание условий социальной адаптации в современном российском обществе детей и подростков живущих с ВИЧ, ОВЗ в том числе из ключевых и уязвимых групп населения.

Задачи:

Обучающие:

- Организация просветительской деятельности по вопросам репродуктивного здоровья (профилактика нежелательной беременности и инфекций, передающихся половым путем);
- Обучение социальным навыкам защиты от развития отклоняющего поведения (навыкам общения, уверенности в себе, самоуважения и эффективного взаимодействия с окружающими – как со сверстниками, так и со взрослыми);

Воспитательные:

- Формирование бережного отношения к своему здоровью и здоровью своего ближайшего окружения;
- Формирование толерантного отношения к людям с ВИЧ инфекцией;
- Формировать качества личности (любопытность, наблюдательность, целеустремленность, независимость).

Развивающие:

- Приобретение навыков противодействия рискованному поведению (включая употребления наркотиков, алкоголя, курительных смесей) способствующих заражению ВИЧ инфекцией;
- Развитие устойчивой положительной мотивации к здоровому образу жизни;

- Развивать творческое мышление (его общие и специальные свойства: беглость, гибкость, оригинальность, способности к детальной разработке, способности анализировать свойства и признаки предметов, способности создавать аналогии, устанавливать ассоциативные и логические связи);
- Обогащать словарный запас.

ЛЕГЕНДА СМЕНЫ (сразу же после того, как дети заедут в ДОЛ, начинается квест во время которого дети найдут капсулу времени, а в ней письмо- послание предков).

Здравствуйте, дорогие потомки! В своём письме-обращении к вам мы не будем писать о том, что такое долг, честь, совесть. Всё, это вы должны будете впитать с молоком матери, ровно, как и науку о добре и зле, которую начнёте постигать уже с пелёнок, определяя доброжелательное или недоброжелательное к себе отношение по взгляду, выражению лица знакомых и совершенно незнакомых людей.

Вы будете расти и все эти качества будут расти вместе с вами. Хотим лишь предупредить вас, что в жизни существует "закон Бумеранга", и нет такой власти и силы, чтобы отменить этот, по всем канонам справедливый, закон. Есть такая детская игра, которая называется "Бумеранг". Смысл игры заключается в том, что один участник игры запускает бумеранг и ждёт возвращения бумеранга обратно. Так вот и в жизни всё, чтобы вы не делали возвращается к вам, как бумеранг и не надо надеяться о безнаказанности плохих поступков. Могут пройти даже года и показаться, что зло забыто, но поверьте, бумеранг прилетает именно тогда, когда его совершенно никто не ждёт.

Дорогие потомки! Мы обращаемся к вам с одной единственной просьбой: "Сохраните, а не разрушайте то, что было создано до вас руками ваших предков ...» Постарайтесь сделать планету Земля чище, светлей и краше, а мы будем не только рады, но и горды вами, потому что вы превзошли нас познаниями и стремлением к прекрасному. Собирайте добро по крупичкам, чтобы потом на почве добра выросла любовь, без которой невозможно быть счастливым. И вот вам первая крупичка.

В конце смены дети должны собрать сердце – сердце символ любви, принимая участия в мероприятиях смены.

Основные принципы программы.

Принцип участия: привлечение детей к непосредственному и сознательному участию в целенаправленной деятельности по рациональному использованию свободного времени, в проведение активного отдыха, в создание благоприятной атмосферы общения, через

вовлечение их в клубы по интересам;

Принцип гуманизма:

- сочетания общечеловеческих и культурных ценностей в организации жизнедеятельности детей;
- признание личности с ее достоинством и потенциалом в качестве самоцели;
- подготовка ребенка к необходимой ориентации в системе проблемных жизненных ситуаций и выбор ценностей для их решения;
- упрочение норм уважительного отношения к друг другу

Принцип творчества

- развитие творческой активности, участие в художественной самодеятельности, посещение клубов по интересам

Структура инклюзивной смены социально-гуманитарной направленности

Работа по программе будет строиться по трем моделям.

Информационная модель: беседы, лектории, тематические вечера, диспуты, написание эссе, дебаты, моделирование ситуаций (индивидуальная и групповая работа);

Психосоциальная (поведенческая) модель: социально-педагогические тренинги, анкетирование, игры на командообразование, ролевые игры;

Модель предоставления альтернативы: мастер-классы, кружковая (клубы по интересам) и досуговая деятельность.

В первой половине дня воспитанники ежедневно посещают общеразвивающие занятия и мастер-классы по кулинарии, парикмахерскому искусству и аква гриму, оказанию первой медицинской помощи, уроки самообороны, профилактические занятия клинических психологов и врачей инфекционистов по темам ВИЧ инфекции и ведению здорового образа жизни.

Во второй половине дня ребята могут принять участие в творческих клубах по интересам (по желанию): «Сундучок» (искусство вышивания, плетение кружев – работа крючком, изготовление изделий из кожи), «Наши истоки» (изучении истории Государства Российского), «Домисолька» (хоровое и вокальное пение, бардовская песня), «Акварелька» (Художественно-прикладная деятельность: роспись по ткани, гончарное мастерство), «Спортивная компания» (спортивные командные игры: волейбол, баскетбол, футбол), «Пойми меня» (Психология), «Планета танца» (освоение современных стилей танцев: (Break Dance, Tectonic).

Организаторами работы творческих клубов по интересам детей являются педагогические работники, психолог, педагог-организатор, воспитатели, инструктор по физической культуре, тренера-преподаватели (участники смены).

Общеразвивающие занятия ведут квалифицированные педагоги дополнительного образования Центра детского творчества Ново-Савиновского района города Казани, клинические психологи, врачи инфекционисты фонда Светланы Изамбаевой.

Этапы реализации программы «НЕСТРАШНО»

Подготовительный этап (сентябрь-май):

- разработка и защита программы;
- знакомство с правовыми документами;
- подбор кадров;
- проведение собеседования с родителями;
- формирование списка детей, на основе заявлений родителей;
- подбор методического и материально-технического обеспечения

Организационный этап (1,2 день смены)

- сбор и заезд в ДОЛ;
- знакомство с правилами внутреннего распорядка (режим дня);
- проведение инструктажа по ОБЖ;
- линейка открытия;
- подготовка к презентации отрядов, презентация;
- начало реализации программы (знакомство детей с легендой смены, программами общеразвивающих занятий и кружковой деятельности) – реализация основной идеи смены;

Основной этап (3-16 день смены):

- реализация основной идеи смены;
- вовлечение детей в коллективно-творческие дела;
- проведение общеразвивающих занятий, мастер-классов, кружков и клубов по интересам;
- выполнение режима дня;
- подготовка к защите проектов;
- подготовка к сдаче норм ГТО;
- реализация программы воспитания ДОЛ на базе которого реализуется смена «НЕСТРАШНО» - линейка закрытия смены;

Итоговый этап:

- линейка закрытия смены;
- защита проектной деятельности;
- торжественная церемония награждения участников смены;
- творческий отчет; - анализ проделанной работы

Аналитико-рефлексивный этап

Показатели	Методы диагностики	Время проведения
Интересы и потребности детей и подростков участников смены «НЕСТРАШНО»	Интервьюирование «О чем твои мечты»	Первый день смены
Эмоциональный и психологический микроклимат	Эмоциональная цветопись настроения (по методике А.Н.Лутошкина) «Экран настроения»	В течении смены
Самооценка ребенка и подростка	Методика «Самый-самый» (методика П. Иванова)	В начале и конце смены
Нравственные ценности и направления личности	Опрос «Фантастический выбор»	В течении смены
Уровень личностного роста	Методика «Мои достижения»	В течении смены
Степень включенности в деятельность	Активность и поведенческие аспекты ребенка	Педагогическое наблюдение
Оздоровление и физическое состояние	Журнал учета медицинского работника	В начале и конце смены
Выполнение программы	Анализ работы	По окончании смены
Удовлетворенность детской и родительской аудитории	Анкетный опрос	По окончании смены
Удовлетворенность итогами смены педагогическим коллективом ДОЛ, педагогами дополнительного образования, узкими специалистами фонда Светланы Изамбаевой	Анкетный опрос	По окончании смены

Мониторинг эффективности программы.

Результатом успешной деятельности программы социально-гуманитарной направленности являются показатели развития ребенка:

1. Общее оздоровление воспитанников, укрепление их здоровья, физических и психических сил ребенка.

- Определяется врачом ДОЛ по итоговой таблице эффективности оздоровления отдыхающих детей;

2. Приобретение новых знаний и умений.

- Оценивается по защите проектной деятельности участников смены;

3. Получение индивидуальной, коллективной, творческой и трудовой деятельности, социальной активности, развития коммуникативных способностей, сплоченности детей

- Оценивается по итогам участия детей в обще лагерных мероприятиях и итоговой таблице мониторинга социального эффекта у отдыхающих в ДОЛ детей;

4. Определение уровня оказываемых услуг.

- Отзывы родителей, педагогического состава, работников лагеря.

В конце смены составляется аналитический отчет о результатах реализации программы, подготавливаются фото- и видеоматериалы.

Критерии оценки результативности реализации программы:

1. Качество организации оздоровительного отдыха детей.
2. Использование новых методик и технологий по привитию детям навыков здорового образа жизни.
3. Привлечение родителей и социальных партнеров к реализации программы смены.
4. Адекватность и эффективность содержания, форм и методов работы с детьми с ВИЧ, ОВЗ и нейротипичными детьми разных возрастных категорий, учет интересов и потребностей детей.
5. Удовлетворенность детей и родителей результатами проведения программы.

В течение лагерной смены предусматривается организация опроса, анкетирования, сбор и анализ данных, наблюдение. На ежедневных планёрках, текущих и итоговых педагогических советах, собраниях обсуждаются и анализируются вопросы проведённого мероприятия, пережитого дня, стиля взаимоотношений, работы органов самоуправления, участия в жизнедеятельности лагеря.

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Методическое пособие «Пять специальных уроков для школьников 9-11 классов по профилактике ВИЧ/СПИДа»
2. Концепция превентивного обучения в области профилактики ВИЧ/СПИД в образовательной среде / Министерство образования РФ. — М., 2005.
3. Профилактика ВИЧ/СПИДа у несовершеннолетних в образовательной среде / Спб.: Речь / под ред. Шипицыной Л.М. - 208 с.
4. ВИЧ-инфекция: клиника, диагностика, лечение. В.В.Покровский, Т.Н.Ермак, В.В.Беляева, О.Г.Юрин; Москва, ГЭОТАР МЕДИЦИНА, 2000
5. Вирус Иммунодефицита Человека – медицина под редакцией академика РАМН Н.А.Белякова, профессора А.Г.Рахмановой; Балтийский медицинский образовательный центр, Санкт-Петербург, 2010
6. «Я хочу провести тренинг» Пособие для начинающего тренера, работающего в области профилактики ВИЧ/СПИД, наркозависимости, ИППП; Гуманитарный проект, Новосибирск, 2001
7. Материалы по профилактике ВИЧ-инфекции среди молодежи. Могильный В.Н., Ленкова М.М.

ПРИЛОЖЕНИЕ 1

Режим дня в рамках смены соответствует санитарно-эпидемиологическим требованиям к устройству, содержанию и организации работы стационарных организаций отдыха и оздоровления детей, и не отличается от основного режима дня лагеря.

Режим дня

8:00 – 8:15	Подъем, утренние процедуры.
8:15 – 8:30	Утренняя гимнастика
8:30 – 9:00	Трудовое воспитание (застилаем кровати, приводим в порядок свою тумбочку, согласно графика дежурств подметаем комнату, собираем крупный мусор вокруг своего корпуса, если отряд дежурный по ДОЛ накрываем на столы в столовой)
9:00 - 9:30	Завтрак.
9:30 – 10:00	Линейка и развод по общеразвивающим занятиям
10:00 – 12:00	Общеразвивающие занятия
12:00 – 13:00	Спортивный час
13:00 – 13:30	Обед.
13:30 – 14:00	Личное время
14:00- 16:00	Тихий час.
16:00 – 17:00	Полдник и прием кислородного коктейля
17:00 – 18:00	Кружковая деятельность, посещение клубов по интересам
18: 00 -19:00	Спортивные, подвижные игры, индивидуальная работа психолога
19:00 – 19.30	Ужин
19:30 – 20:00	Вечернее мероприятие
21:00 – 21:40	Танцевально-развлекательная программа, просмотр фильма
21:40 – 22.00	Вечерняя свечка
22:00 – 8:00	Сон

**КАДРОВЫЙ СОСТАВ УЧАСТНИКОВ
ИНКЛЮЗИВНОЙ СМЕНЫ СОЦИАЛЬНО-ПЕДАГОГИЧЕСКОГО
НАПРАВЛЕНИЯ «ВМЕСТЕ»**

№	ФИО (Последнее при наличии)	Должность	Функциональные обязанности в ходе реализации проекта	Опыт работы в заявленном профиле (гг.)	Опыт работы в организации детского отдыха и оздоровления	Основное место работы, учебы
1.	Шуваров Алексей Евгеньевич	Начальник ДОЛ «Добрый»	Организует работу лагеря, отвечает за качество и эффективность его работы;	2024г.	2 года	ГБУ РЦ «Лето»
2.	Сусликова Ирина Эдуардовна	Специалист по работе с молодежью Куратор смены	Контролирует реализацию программы «НЕСТРАШНО»	2007г.	20 лет	ГБУ РЦ «Лето»
3.	Изамбаева Светлана Ростиславовна	Руководитель фонда и смены Зам. начальника ДОЛ	Клиническая психология	2017г.	7 лет	ГАУЗ РЦПБ СПИД и ИЗ МЗ РТ; Фонд Светланы Изамбаевой
4.	Степанова Екатерина Юрьевна	Педагог доп. образования	Врач-инфекционист, к.м.н.	2017г.	7 лет	Университетская клиника H-Clinic
5.	Меркурьев Дмитрий Анатольевич	Врач	Врач	с 2017г.	2 года	ГБУЗ Областной Центр СПИД, Челябинск
6.	Посеряева Татьяна Игоревна	Психолог ДОЛ	Клинический психолог	с 2023г.	2 года	Общественная ВИЧ-сервисная организация Life4me+
7.	Анфиса Шагина	Педагог по доп. образованию	Врач-инфекционист	с 2018г.	5 лет	ГБУЗ Областной Центр СПИД, Краснодар

**Тематическое планирование занятий
«Самооборона»**

Число месяц год	Тема.	Содержание	Количество часов
	Вводное занятие.	Инструктаж по технике безопасности. Теоретические основы рукопашного боя. Общая физическая подготовка, подвижные игры	30 1.30 часа
	Изучение основ рукопашного боя.	ОФП, Работа над балансом и растяжкой. Прямые и боковые удары ногами. Перемещения в рукопашном бою. Подвижные игры	2 часа
	Отработка ударов самообороны.	ОФП, силовой тренинг. Базовые удары руками, отработка ударов. Игры с мячом.	2 часа
	Изучение основ акробатики.	ОФП, Круговые удары ногами. Падения (вперед, назад), командные игры. Комбинации ударов руками. Подвижные игры	2 часа
	Инструктаж по технике безопасности, изучение тактики рукопашного боя.	Проведение инструктажа по ТБ. ОФП. Работа над растяжкой и координацией. Комбинации ударов ногами, силовой тренинг, статические стойки. Тактика рукопашного боя. Подвижные игры.	30 1,30 часа
	Теория и практика рукопашного боя.	ОФП. Силовой тренинг, статические стойки. Тактика рукопашного боя, тренировка скорости и выносливости. Подвижные игры.	2 часа
	Теория и практика гимнастики.	Пере ползания (на груди, на спине). Рассказ о возможностях тела при проведении ежедневной гимнастики. Гимнастические упражнения. Упражнения для развития оптимального положения тела в пространстве, силовой тренинг.	2 часа
	Открытое занятие.	ОФП. Техника ударов и комбинаций ударов в рукопашном бою. Упражнения с предметами. Тренировка скорости и выносливости	2 часа
	Атака и оборона.	ОФП. Атакующие действия в рукопашном. Оборонительные действия в рукопашном бою. Подвижные игры. Тренировка скорости и выносливости	2 часа

10	Закрепление пройденного материала.	ОФП. Гимнастические упражнения Изучение ударов ногами с разворотом. Отработка ударов ногами с разворотом. Подвижные игры.	2 часа
11	Теория и практика рукопашного боя.	ОФП, основы акробатики. Силовой тренинг Использование ударов ногами с разворотом в бою. Практика рукопашного боя. Восстановление на противнике. Подвижные игры.	2 часа
12	Инструктаж по технике безопасности при работе с палкой. Применение палки при самообороне.	ОФП. Работа с палкой. Выведение из состояния равновесия, перемещение на полу. Подвижные игры	30 1.30 часа
13	Контратака.	ОФП. Контратака при угрозе палкой. Контратака при угрозе ножом. Спарринги. Подвижные игры.	2 часа
14	Итоговое занятие.	Практика рукопашного боя. Спарринги.	2 часа
15		Постановка и отработка показательного номера на отчетный концерт	2 часа
16.	Участие в отчетном концерте	Выступление	
	ИТОГО		30

Тематическое планирование занятий «Кулинария»

Число месяц год	Тема.	Содержание	Количество часов
	Вводное занятие. ТБ.	Проведение инструктажа по ТБ. Значение питания для жизнедеятельности организма. Правила безопасности труда, санитарии и гигиены. Общие сведения о материалах, инструментах и приспособлениях, необходимых для кулинарных работ. Современная бытовая техника для приготовления пищи в домашних условиях.	2 часа
	История возникновения кулинарии.	Этапы возникновения кулинарии в России. Традиционные кухни народов России, История русской кухни Ознакомление с организацией рабочего места для проведения к кулинарным работам. Приготовление блинов.	2 часа
	Основы здорового образа жизни.	Физиология питания. Пищевые вещества и их значение. Выявление потребности человека в применении «кулинарии здоровья». Особенности русской кухни, приготовление окрошки.	2 часа
	Основы рационального питания.	Рациональное питание. Обмен веществ и энергии. Суточный расход энергии человека. Потребность в пище в зависимости от возраста, пола, физических нагрузок. Составление меню. История белорусской кухни. Приготовления картофельных драников	2 часа
	Способы обработки пищевых продуктов.	Характеристика способов обработки пищевых продуктов. Преимущества приготовления пищи на пару. Приготовление паровых куриных котлет.	2 часа
	Витамины.	Витамины, их классификация, содержание в продуктах питания. Особенности приготовления пищи для сохранения витаминов. Заболевания, связанные с недостатком витаминов в пище. Овощные салаты. Приготовление капустного, морковного салата.	2 часа
	Минеральные вещества и здоровье.	Макро- и микроэлементы. Потребность организма в минеральных веществах.	2 часа

		Заболевания, связанные с недостатком минеральных веществ, их восполнение. Приготовление витаминных блюд. Салат из сырой свеклы с чесноком и грецкими орехами, салат из морской капусты	
	Животные продукты питания.	Животные продукты питания и их значение для жизнедеятельности организма. Возникновение и предупреждение заболеваний, связанных с избыточным или недостаточным употреблением животных продуктов питания. Составление инструкционных карт по приготовлению блюд из мяса, рыбы, морепродуктов. Приготовление мясных блюд. Зразы.	2 часа
	Растительные продукты питания.	Растительные продукты питания и их использование в профилактике и лечении болезней. Возникновение предупреждение заболеваний, связанных с избыточным или недостаточным употреблением растительных продуктов питания. Татарская кухня. История татарской кухни. Приготовления” Кыстыбый”.	2 часа
	Условия приема пищи	Влияние условий приема пищи на ее усвоение организмом. Татарская кухня. Особенности татарской кухни. Приготовления бэкэн.	2 часа
	Сервировка стола	Искусство сервировки, История появления и совершенствования посуды и столовых приборов. Правила сервировки. Чайная церемония.	2 часа
	Сервировка стола.	Закрепление пройденного. Способы сворачивания салфеток, правила поведения за столом. Сервировка стола для обеда. Приготовление постного борща.	2 часа
	Особенности современной кухни.	Японская и итальянская кухня, приемы приготовления суши и пасты.	2 часа
	Защита проектов		2 часа
		Приготовление угощения на финальный ужин в ДОЛ	2 часа
ИТОГО			32 часа

Мониторинг программы социально-педагогического направления «НЕСТРАШНО»

№	Название блока	Формы мониторинга	Методические показания	Ответственный	Период
1	Оздоровительный	Опрос, наблюдение, анализ; антропометрия	- количественные показатели участия детей в оздоровительных мероприятиях; - удовлетворенность мероприятиями, питанием, условиями проживания - общее оздоровление воспитанников, укрепление их здоровья, физических и психических сил ребенка.	Руководитель смены, воспитатели, вожатые, врач	В течение смены В конце смены
2	Психо-эмоциональный	Опрос, анкетирование, наблюдение, анализ, тестирование	-показатели психо - эмоционального состояния детей, педагогов; - удовлетворенность выполнением программы; - тревожность; - наличие конфликтных ситуаций и их разрешение	Руководитель смены, воспитатели, вожатые, психолог	В течение смены
3	Социально-педагогический	Опрос, анкетирование, наблюдение, диагностика;	- динамика развития детских временных коллективов; - эффективность занятий; - формирование и совершенствование знаний, умений и навыков; -получение индивидуальной, коллективной, творческой и трудовой деятельности, социальной активности, сплоченности; -восприятие людей такими какие они есть (в том числе и людей с иммунодефицитом ВИЧ инфицированных)	Руководитель смены, воспитатели, вожатые, психолог	В течение смены В конце смены
4	Культурно-воспитательный	Опрос, анкетирование, наблюдение, анализ	- количественный показатель участия детей в культурно-досуговых мероприятиях; -определение уровня оказываемых услуг в ДОЛ	Руководитель смены, воспитатели, вожатые	В течение смены
5	Кадрово-управленческий	Опрос, анкетирование, наблюдение, анализ	- состав педагогического коллектива (возраст, опыт, квалификация); - эффективность деятельности педагогических и медицинских работников; - соответствие управленческой и кадровой структуры целям и задачам программы	Начальник ДОЛ, руководитель смены	В течение смены

УСТАНОВКА ЛИЧНЫХ ГРАНИЦ.

Если ты знаешь, что тебя любят родители, в твою комнату без стука никто не входит, при этом сам ты чувствуешь, что жизнь не принадлежит тебе и в твое личное пространство постоянно вторгаются, пора защитить себя и установить здоровые границы между тобой и окружающим.

Как это выглядит? Например, ты разговариваешь по скайпу с подругой в полночь, потому что ей так удобнее. Или разговариваете с другом на улице, а он привычно закуривает в вашем присутствии, хотя знает, что ты не переносишь запаха табака.

Отдыхать ты едешь с папой в то место где идут дожди и замечательно ловится щука. Ты даже не осознаешь, что твои границы переходят и тогда, когда отпускают колкости в твой адрес или шутят о твоих габаритах и болячках.

Некоторые из нас отказываются устанавливать четкие границы, потому что считают, что так можно обидеть тех, кто рядом.

Другие устанавливают их так, чтобы застолбить и часть чужой территории.

Но помните, что есть та часть вашего «Я», которую нужно защищать от любого посягательства, то, что принадлежит только тебе. Твое эмоциональное здоровье, то, во что ты веришь, то, к чему ты не позволишь прикасаться посторонним.

Что же такое эти границы и для чего они необходимы? Проще всего они определяются словами «мое дело» — «ваше дело». Устанавливая границы, мы в первую очередь решаем для самих себя, какое поведение по отношению к нам будет разумным и безопасным для нас, не разрушит нас как личность.

Они не создаются для того, чтобы заставить кого-то что-то сделать. Мы их устанавливаем для самих себя, и таким образом мы показываем, что отвечаем за свою собственную судьбу, за то, что допустимо и что недопустимо делать по отношению к нам. Но для этого нужно в точности знать, кто мы есть и каково наше подлинное «Я».

Мы понимаем, где заканчиваемся мы и начинается другой. И отвечаем за себя и только за себя. С этого начинается любая здоровая личность.

Практически невозможно манипулировать человеком, который четко осознает свои личные границы и ясно обозначил их для других.

Физические границы

Самой первой, базовой границей для нас является наша кожа. Важные понятия, определяющие твои физические границы, — физическое пространство и личное пространство. Ответь себе на следующие вопросы, чтобы понять, не нарушаются ли твои границы другими.

Кому разрешается и кому не разрешается тебя трогать и как? Что ты считаешь только твоим личным пространством, которое нужно оберегать?

Есть ли у тебя в доме место, где ты можешь побыть одни?

Сексуальные границы

Определите свой личный уровень, когда сексуальные действия и прикосновения для тебя комфортны. Только ты определяешь, что допустимо и что нет, где, когда и с кем. Придерживайтесь этих границ и не молчите, когда их нарушают.

Материальные границы

Какие действия ты считаешь позволительными и какие — непозволительными в отношении твоей собственности?

Что вы можете подарить? Одолжить?

Сколько денег максимально ты разрешаешь себе дать в долг? Даешь ли ты посторонним пользоваться твоей одеждой? Это определяешь только ты, и для разных людей эти границы могут очень отличаться.

Кто вхож в твой дом? Кого ты не хотел бы у себя видеть?

Снимают ли гости обувь? Едят ли они и курят в вашей комнате? Все это вещи, которые должны определяться только тобой как хозяином дома.

Эмоциональные границы

Ты отвечаешь за свои чувства, но и другие тоже ответственны за свои чувства. Не позволяй срывать на тебе гнев или отпускать комментарии о твоём весе, внешности. И не делай этого сам. Здоровые эмоциональные границы предохраняют тебя от того, чтобы кого-то обвинять или принимать чьи-то обвинения на свой счет. А также чувствовать вину за чьи-то решения или проблемы и давать непрошенные советы.

Граница, о которой никто не знает, — это не граница

Если ты оправдываешься и споришь или защищаешься, это также индикатор слабых эмоциональных границ. «Мне грустно, я злюсь, напуган...» Способен ли ты откликнуться на эти свои чувства сразу же и спокойно их принять? Если ты игнорируешь их тогда, когда они только начинают появляться, если ты считаешь, что не должен испытывать подобные чувства вообще, твоё тело будет «увеличивать громкость» до тех пор, пока ты их не расслышишь.

Духовные границы

Что важно для тебя в жизни? Во что ты веришь? Так же, как и во всем предыдущем, эти границы нужно ощущать и осознавать, когда их переходят.

Интеллектуальные границы

Твои ценности, мнения, мысли. Они только твои. И каждый индивид решает, что он хочет разделить с другими, а что оставить невысказанным. Во что ты веришь? Можешь ли ты слушать с открытым сердцем тех, кто высказывает иное мнение, и в то же время не кривя душой, не поступаясь своими главными убеждениями?

Существуют еще две вещи, которые принадлежат только тебе. Это твои слова и твоё время.

Запомните: «нет» — это самая основная граница и полное, развернутое предложение.

Здоровые границы не:

- устанавливаются для нас кем-то другим;
- причиняют нам боль;
- являются жесткими и неподвижными;
- вторгаются внутрь нашей личности.

10 ЗАКОНОВ ЗДОРОВЫХ ГРАНИЦ

1. Все действия имеют последствия. Если кто-то в вашей жизни проявлял насилие, жестокость, эгоизм по отношению к вам, устанавливали ли вы границы? Или все это происходит снова и снова без последствий для них?

2. Закон ответственности. Мы отвечаем друг перед другом, но не друг за друга. Это значит не поощрять и не провоцировать чье-либо инфантильное поведение.

- 3. Власть имеет границы.** Мы имеем власть над некоторыми вещами, но мы не имеем власти изменять других людей. В нашей власти только изменить свою собственную жизнь.
- 4. Закон уважения.** Если мы хотим, чтобы другие уважали наши границы, мы должны уважать их границы тоже.
- 5. Свобода выбора.** Мы должны быть свободны сказать «нет» или сказать «да» с чистым сердцем. Нельзя любить человека только потому, что его жалко и он не оставляет вам иного выбора.
- 6. Нужно оценивать, какую боль установление наших границ приносит другим.** Наши границы причиняют боль, которая потом приведет к исцелению и росту? Или боль, которая их лишь ранит?
- 7. Закон про активности.** Мы предпринимаем активные действия, чтобы решить проблемы, опираясь на наши ценности и желания. Про активные люди защищают свою свободу и выражают несогласие, но не поднимая эмоциональной бури.
- 8. Закон зависти.** Мы никогда не получим того, что мы хотим, если будем устанавливать свои границы исходя из того, что имеют другие. Завистливый человек просто не видит своих границ исходя из тех выборов, которые у него есть.
- 9. Закон активности.** Нужно не ждать от других, что они сделают первое движение.
- 10. Нужно сообщать о своих границах.** Граница, о которой никто не знает, — это не граница. Мы должны очень четко дать понять другому, что мы хотим и что не хотим, что будем терпеть и что не будем. Мы также должны ясно дать понять, что каждое нарушение границ имеет последствия.