

Буздина Светлана Александровна
преподаватель
ОГБОУ СПО «Ульяновский педагогический колледж №4»
г. Ульяновск, Ульяновская область

Использование волонтерского движения в формировании здорового образа жизни студентов колледжа

***Аннотация:** в статье рассматривается одно из направлений развития позитивной активности молодёжи и пропаганды здорового образа жизни - организация волонтерского движения.*

В России разрабатываются стратегии молодежной политики, программы пропаганды здорового образа жизни, ищутся новые механизмы мобилизации молодежного ресурса.

Современная социальная среда требует повышение активности человека, принятия им на себя ответственности за свою деятельность, образ жизни и поведение. Особую актуальность приобретает проблема поиска эффективных путей развития позитивной активности молодёжи.

Интерес педагогического коллектива колледжа к молодежному вопросу объясняется желанием преодолеть пассивность молодежи, мобилизовать ее энергию, сдерживать агрессию и экстремизм, предупредить появлению вредных пристрастий, способствовать формированию здорового образа жизни студентов. Одним из направлений развития позитивной активности молодёжи и пропаганде здорового образа жизни является организация волонтерского движения.

Волонтерское движение – это добровольческое движение, является важной частью построения позитивного здорового общества. Многие аспекты организационного, педагогического, социального характера, решение которых в прошлом опыте представляет интерес и сегодня, помогают справиться и с современными проблемами волонтерского движения.

В Ульяновском педагогическом колледже №4 организованы волонтерские группы с 2000 года. В настоящее время функционирует кружок волонтеров, а также организовано факультативное обучение дисциплины «Организация волонтерского движения в школе». Целью факультатива является теоретическая подготовка волонтеров, а целью кружка - практическое применение полученных знаний и раскрытие творческого потенциала студентов, повышения статуса в социуме, формирование позитивного жизненного настроения. Используются не только традиционные игровые тренинги, но ролевые игры, научные конференции, диспуты. Подростковый период характеризуется стремлением подростков к увеличению своей свободы и независимости от взрослых, с одной стороны, и стремлением к объединению в группы со сверстниками, с другой. Именно референтная группа становится для подростков местом реализации основных потребностей этого периода: потребности в общении, самореализации и уважении. И часто именно

авторитетный член группы становится сознательно или бессознательно кумиром для подражания. Очень важно, чтобы этим кумиром оказался человек, чьими жизненными ценностями являются здоровье, самосовершенствование, помощь и поддержка других людей. Таким человеком может стать подросток - волонтер. Говоря на одном языке со своими сверстниками, он может создать условия для открытого, искреннего общения, обсуждения и осознания многих вопросов, «на равных», подросток - волонтер помогает принять участнику занятий на себя ответственность за свои решения и выборы. Принадлежность студентов, проводящих занятия со сверстниками, к одному социуму, способность говорить на «одном языке», их успешность и привлекательный имидж, компетентность и доступность – всё это увеличивает положительный эффект волонтерского движения. Привлечение студентов к этому движению решает несколько задач: позволяет охватить достаточно большую аудиторию подростков, сформировать устойчивое негативное отношение к вредным пристрастиям, развить чувство самоуважения и ответственности, через общественно полезное дело сформировать навыки, важные для взрослой жизни, в том числе для будущей профессиональной деятельности. В результате волонтерской работы у студентов формируются конструктивные навыки взаимодействия: умение безопасно и эффективно общаться, умение понимать и выражать свои чувства, умение противостоять давлению, умение преодолевать кризисные ситуации. Опыт работы по волонтерскому движению был представлен на Областном Форуме волонтеров в 2009 году. Результатом работы является изданный сборник методических материалов с подробным описанием игровых тренингов, ролевых игр, научных конференций. Предлагаем тематический план мероприятий, проведенных волонтерами колледжа.

месяц	1 курс	2 курс	3 курс	4 курс
09	Практическое занятие «Что я знаю о своём здоровье?»	Познавательная мозаика «Здоровье и мода»	Познавательная мозаика «Что такое ЗОЖ?»	Интерактивная программа «Как быть здоровым? Я знаю!»
10	Игровой тренинг «Знакомство с волонтерами колледжа»	Практическое занятие «Управление своими эмоциями»	Игровой тренинг «Семейные ценности»	Игровой тренинг «Стрессы и эмоции»
11	Инфопалатка «Наркомания» Акция «Мы против наркотиков»	Встреча с наркологом Акция «Мы против наркотиков»	Встреча с наркологом Акция «Мы против наркотиков»	Диспут «Проблема наркомании» Акция «Мы против наркотиков»
12	Инфопалатка «ВИЧ, СПИД» Акция «Мы за здоровый образ жизни»	Конкурс миниплакатов Встреча с врачами СПИДцентра Акция «Мы за здоровый образ жизни»	Научно - практическая конференция «Внимание: СПИД» Акция «Мы за здоровый образ жизни»	Акция «Мы за здоровый образ жизни» Разработка видеопродукции по ЗОЖ

02	Интерактивная программа «Энергетические напитки» Акция «Думай сейчас» (против алкоголизма)	Диспут «Пивной алкоголизм» Акция «Думай сейчас» (против алкоголизма)	Информация к размышлению «Алкоголь и дети» Акция «Думай сейчас» (против алкоголизма)	Игровой тренинг «Заболевания, передающиеся половым путём» Акция «Думай сейчас» (против алкоголизма)
03	Познавательная мозаика «Экология и питание»	Познавательная мозаика «Рациональное питание и ГМО»	Просмотр видеоматериалов с обсуждением «Беременность, аборт и здоровье»	Ток – шоу «Воздержание - это модно?»
04	Практическое занятие «Моя система закаливания»	Практическое занятие «Движение и спорт»	Практическое занятие «Системы самооздоровления»	Практическое занятие «Моё представление о ценности здоровья»
05	Театрализованная игра «Суд над сигаретой» Акция «Скажем НЕТ курению»	Диспут о курении «Это вредно?» Акция «Скажем: НЕТ курению»	Беседа «Влияние кальяна на здоровье» Акция «Скажем: НЕТ курению»	Игровой тренинг «Алкоголизм и табакокурение» Акция «Скажем: НЕТ курению»

Таким образом, данное направление работы со студентами повышает социально-психологическую компетенцию студентов и вовлекает их в общественную работу, повышает их позитивную активность. Волонтерское движение в колледже используется как средство пропаганды здорового образа жизни, как пространство социализации молодого поколения, как способ вовлечение его в общественную жизнь страны.

Список литературы

1. Адаскевич В.П. Заболевания, передаваемые половым путем. Витебск, 1997. -310 с.
2. Орлова Г.Г. Учебное пособие по профилактической медицине. - М.: 2003.-123 с.
3. Стародубов В.И., Михайлова Ю.В., Иванова А.Е. Здоровье населения России в социальном контексте 90-х годов: проблемы и перспективы. М.: Медицина, 2003. 288 с.
4. Методическое руководство по работе с учащейся молодежью в области профилактики ВИЧ-инфекции и СПИД /Сибирь СПИД-Помощь. – Томск,1997
5. Пособие по средствам профилактики и борьбы с ВИЧ-инфекцией: Борьба сообщества с ВИЧ /СПИД инфосвязь. – М.,1997