



ГАРМОНИЯ

Выпускается с июня 2013 года

3 июля 2015 года

Быть здоровым – модно!

Курский государственный медицинский университет продолжает традицию воспитания здорового поколения молодежи. Вот уже третий год работает детский оздоровительный лагерь КГМУ «Гармония». Торжественное открытие профильной смены состоялось 26 июня.

Здесь собрались 240 детей и 30 членов педагогического отряда. Их всех объединяет стремление к здоровому образу жизни, умение ценить физическую и духовную красоту.

На открытии смены присутствовали почетные гости: Ольга Михайловна Германова – глава города Курска, Алла Альбертовна Чертова – председатель комитета по делам молодежи и туризму Курской области, Лилия Владимировна Сорокина – исполняющий обязанности начальника управления по делам семьи, демографической политике, охране материнства и детства, Татьяна Алексеевна Шульгина – проректор по воспитательной работе, социальному развитию и связям с общественностью КГМУ, Валентина Викторовна Игнатенко – директор Курского базового медицинского колледжа.

Вожатые, именуемые доками, создают в лагере пространство любви, понимания и уважения. Все они студенты КГМУ разных курсов и факультетов. В течение смены вместе с доками дети окунутся в атмосферу здоровья, смогут открыть в себе новые таланты на профильных занятиях, познать себя на психологических тренингах, которые проводят студенты факультета клинической психологии. Каждый день обещает быть насыщенным и интересным, ведь подготовка к смене велась целый год.

В год своего 80-летия КГМУ может гордиться множеством достижений, в том числе и успехами работы профильной смены лагеря «Гармония».



Читайте в номере:



О творчестве
стр. 2



О доках
стр. 5



О спорте
стр. 4



О профилях
стр. 6

Представление народов

Представление народов цивилизации «Z» состоялось вечером 26 июня. Двенадцать народов, а именно: «Первые», «Русичи», «Кек», «Эндорфинки», «Фантастическая пятерка», «Чародейки», «Мультифарм», «Элитная восьмерка», «Амазонки», «Легион», «Тион», «Перевал» показали замечательные выступления, раскрывающие сущность народов. Ребята пели песни, зажигательно танцевали, показывали интересные, увлекательные сценки.

Отряд с символическим названием «Первые» вместе исполнили песню «Ты, да я, да мы с тобой». Песню пели обнявшись за плечи, показав этим, что они дружны. Позднее ребята признались, что на подготовку выступления потратили очень мало времени, но девочки успели повторить танец, а мальчики выучить песню.

Красные девицы и добрые молодцы из «Русичей» под гитару спели песню «Небо славян».

Ребята из «Кека» подготовили сценку про Шрека. В короткий срок из одеял и красок были созданы яркие образы Шрека, Фионы, Осли и Дракона. Но не это главное. Оказывается, когда Шрек и Осел нашли зеркало, Осел сказал: «Кек!», что и послужило названием отряда.

«Эндорфинки» поведали историю о народах Танца и Песни и их бесконечной борьбе. Но борьба прекратилась с приходом доков Артура Александровича и Натальи Андреевны. В знак примирения они спели песню «Только улыбайся».

«Фантастическая пятерка» интересно обыграла свою историю, воспользовавшись голосом пришельцев из далекой галактики. В завершение выступления они исполнили танец под микс из разных песен и спели «Мой рок-н-рол».

«Чародейки» появились необычно, показав театр теней. В коротком выступлении мы узнали про волшебницу, которая, с помощью своей магии превратила цветы в прекрасных девушек. Девушки стали чародейками и поклялись служить добру. Завершилось выступление энергичным танцем под ремикс песни Надежды Кадышевой «А я вовсе не колдунья». Док отряда объяснила нам выбор песни тем, что девочки в отряде патриотки и хотели именно русскую песню, к тому же были уверены, что другие отряды не решатся танцевать под эту песню.

«Мультифарм» заявил о своей готовности помогать всем в любых ситуациях. В короткой постановке были обыграны самые разные ситуации, из-за которых грустят люди и пути их решения.

«Элитная восьмерка» с помощью театрализованной сказки о кузнечике рассказала о важности уважения к родителям.

Смелые и дружные «Амазонки» порадовали зрителей песней «Алые паруса», а ребята из «Легиона» исполнили «Звезду по имени солнце».



Зажег зрителей коллектив «Тиона», вместе со своим доком станцевавший «Восточные сказки», а потом поднявший весь зал для исполнения известного танца «Аррива».

Ярко заявил о себе «Легион», исполнив песню собственного сочинения под гитару.

«Перевал» поведал притчу о том, насколько могут быть хрупкими сердца других. Также они представили необычную технику – ребята показали несколько песен руками.

Дарья РУЦКАЯ, 12 отряд



Интервью с хранителем

Наши корреспонденты поняли, что самая ценная информация у хранителей, ведь именно они руководят сменой. Поэтому для интервью на профиль «Журналистика» пригласили Инну Николаевну Позднякову, методиста «Гармонии».

- Почему вам нравится работать с детьми?

Мне нравится это уже давно. По первому образованию я педагог, а по второму психолог. С детьми я начала работать еще студенткой 5 курса исторического факультета. Я, когда выбирала профессию в 8 классе, сразу решила, что буду учителем. Так и сложилась моя жизнь. И я довольна. Пока мы учились в университете, мне нравилось на практике. Потом я пришла работать во Дворец пионеров и школьников г. Курска. Мне там очень понравилось, потому что дети были очень разные и разного возраста от 4 и до 17 лет. Теперь я работаю в медиуниверситете со студентами.

- Расскажите о главных ценностях смены.

Ценность первого дня – любовь, все с нее начинается, ценность второго дня – принятие, третьего дня – уважение. Без принятия мы никуда не двинемся. Ведь с него начинаются любые отношения. И только уважая друг друга, можно сотрудничать. В другие дни мы будем говорить о ценностях физического, психического и социального здоровья, счастья, щедрости, самореализации, сотворчества, сотрудничества.

- А как вы выбирали именно эти ценности?

Мы выбирали исходя из логики человеческих потребностей. Мы говорим здесь о тех ценностях, которые нужны человеку для счастья. У нас в лагере царит гармония. Гармония – это когда все в порядке: и душа, и тело, и мысли, как говорил Антон Павлович Чехов.

Нам хотелось зарядить эту смену хорошим самым светлым чувством,



поэтому мы начали с любви. Когда мы готовили смену, доки читали психологическую книгу «Порядки любви» Б. Хелингера. В ней говорится о том, что любовь – это базовое чувство, без любви у нас в принципе ничего не может быть.

- Как доки готовятся к смене?

Для них проводятся специальные занятия. Мы знакомим доков с психологическими особенностями детей, с тем, что такое педагогика, учим их решать конфликты, работать в парах. И сами доки готовят смену целый год, продумывают каждый день в лагере.

Главная сложность для доков – сдать досрочно сессию. Это тяжело. Им приходится успевать и на занятия ходить, и сдавать экзамены, и проходить медкомиссию. Но они справляются, потому что есть желание.

- Что для вас здоровый образ жизни?

Это в первую очередь бережное отношение к себе и к другим людям.

А еще это образ жизни от подъема и отбоя ежедневно. Еда, культура питания. Как человек, заботящийся о своем здоровье, понимаю, что мне нужно выбирать качественные продукты. Это одна составляющая. Я понимаю, что курение, алкоголь, наркотики – нездоровые вещи. А еще для меня важно саморазвитие, постоянное духовное обогащение. И, конечно, чтобы быть здоровым, нужно быть активным.

- Вспомните, пожалуйста, какие-то смешные моменты при подготовке или на самой смене.

- Бывает, спрашиваем у доков, сколько мальчиков и девочек в отряде, а они говорят: «Столько же, сколько и вчера, только наоборот».

- Что доки делают на планерке?

Дежурные отчитываются по дню, обсуждают порядок в корпусах, говорим о прошедшем дне, делимся впечатлениями и планируем новый день.



В здоровом теле – здоровый дух



В лагере «Гармония» 26 июня прошел спортивный день под названием «В здоровом теле – здоровый дух». Ребята играли в волейбол и стритбол. А еще под руководством доков Ольги Викторовны Чернявской и Егора Игоревича Иваныкина готовились к сдаче норм ГТО. В них входили: отжимания, приседания, пресс, прыжки в длину, подтягивания, проверка гибкости.

«Когда мы сегодня проходили с детьми навыки ГТО, я особых сложностей не заметил, я увидел интерес в их глазах.



Практически все дети с увлечением делали упражнения, так что все проходило в достаточно веселой обстановке», - говорит Егор Игоревич.

Стритбол развернулся на баскетбольной площадке. От каждого отряда требовалась команда из трех человек. Доиграть ребята так и не успели из-за дождя. На

волейбольной площадке также развернулась бурная борьба, команды выбывали после поражений. Финал волейбола еще ожидается.

Мы решили узнать, какую роль спорт и здоровый образ жизни занимает в жизни доков, и открылись очень интересные факты. Например, оказалось, что Замира Аразовна Магомедова (док 5 отряда) на протяжении 15 лет занимается спортом, имеет звание кандидата в мастера спорта по легкой атлетике и 2 разряд по баскетболу. Екатерина Алексеевна Полякова (подменный вожатый) любит биатлон, Анна Олеговна Дергачева (док 7 отряда) занимается легкой атлетикой, Елена Борисовна Гладунцова (док 7 отряда) – плаванием. Егору Игоревичу спорт помогает всегда быть добрым и спокойным: «Всю негативную энергию я оставляю в спортивном зале».

Для Дениса Валерьевича Ткаченко (док 9 отряда) спорт – это способ почувствовать себя живым и счастливым: «Спорт помогает мне действительно чувствовать себя, спорт - это неотъемлемая часть моей жизни».

И дети не отстают от своих доков. «Я считаю, что мужчине нужна хорошая физическая подготовка. Я ничем профессионально не увлекаюсь, но хожу в спортзал, играю в футбол, иногда бегаю», - поделился Ярослав Перцев. А Николай Керпатый уверен, что спорт – это здоровье: «Я люблю участвовать в соревнованиях. Сейчас играл в волейбол. Кстати, первую игру мы выиграли. Я профессионально увлекаюсь тяжелой атлетикой». У Саши Львовского из самого младшего отряда тоже есть своя позиция: «Спорт – это дело всей жизни. Некоторые люди всю жизнь занимаются спортом, а другие «накачаются» немного и бросают».

В конце дня отряды узнали новый закон: «Здоровье – дороже золота».

Егор ХРАМОВ, 5 отряд

взаимопомощь

Играя, учимся общаться

В «Гармонии» 30 июня прошла увлекательнейшая социальная игра. Нужно было выполнять задания, проходить испытания, соревноваться друг с другом. А еще обмениваться различными ресурсами, которые были нужны для выполнения заданий. Всего было 5 ресурсов.

Среди испытаний были приседания, поиск разных предметов, разбросанных по территории лагеря и игра «Лианы», в которой отряды распутывали «узел» из рук друг друга. Если задание было трудным, то можно было попросить помощи у других отрядов. Как, например, это сделал «Мультифарм», обратившись к «Амазонкам». Как только отряд выполнял задание, все дружно шли на плац и бросали игровой куб, для того чтобы продвинуться на

несколько ходов вперед по игровому полю. Иван Михайлович, организатор этого дня, рассказал нам о ценностях и цели праздника. «Я хотел научить детей взаимопомощи и умению договориться друг с другом. Я думаю, у меня это получилось и даже очень хорошо. Правда, в первой половине дня отряды немного конфликтовали. Но в любых социальных отношениях возникают трудности, которые мы учились преодолевать», - рассказывает док.

- Были какие-то особые, может быть, смешные моменты, которые вам хотелось бы отметить?

- Да. Например, когда вместо ресурса мне принесли баскетбольную сетку, а потом москитную сетку. Оказалось, ребята немного запутались.



Поговорив с ребятами из разных отрядов, мы поняли, что игра многим пришлась по душе и отдыхающие в «Гармонии» будут с нетерпением ждать чего-либо подобного. А главное, отряды научились взаимодействовать.

Анна ЛЬВОВСКАЯ, 9 отряд

Почему доки стали доками

Доки в течение года готовились к смене, продумывали каждый день в лагере и с нетерпением ждали заезда. Наши корреспонденты узнали у своих вожатых, почему они решили приехать к детям в «Гармонию».

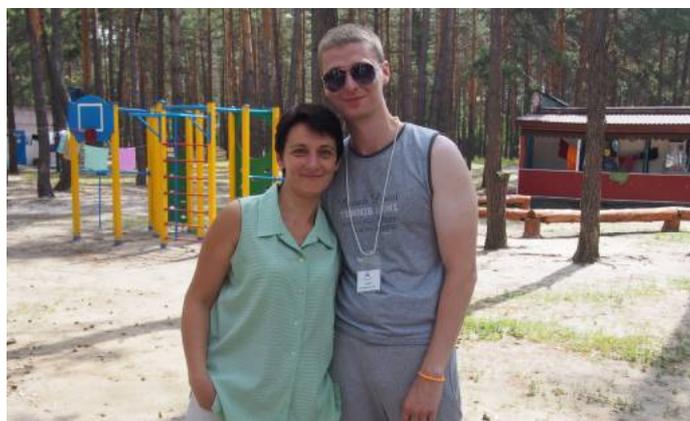
Евгений Олегович Остряков: «Я стал вожатым уже во второй раз. Поскольку я учусь на педиатрическом факультете, моя будущая работа непосредственно связана с детьми. Хочу сейчас набраться опыта, понять поведение детей. И мне нравится атмосфера «Гармонии». Здесь полностью погружаешься в работу, здесь интересно».

Борис Павлович Пашков: «Наверное, мне хотелось передать опыт детям, научить молодежь тому, чему пришлось учиться мне самому. Я хотел, чтобы у них был не только наставник, но только направляющий, но и сопровождающий их на этом пути обретения ценностей».

Егор Игоревич Иванькин: «Пока что я подменный вожатый, но поработав на отрядах, я понял, что в следующем году хочу стать полноценным доком. Я уже долгое время являюсь спортсменом, занимаюсь единоборствами, здесь веду спортивный профиль и провожу зарядку у мальчиков. Мне нравится тренировать детей, а еще я учу их переводить негативную энергию в позитивную».

Елена Борисовна Гладунцова: «Я приезжаю в лагерь, потому что это возможность окунуться в детство. Мне приятно общаться с активной и талантливой молодежью, и с детьми, и с доками, я узнаю от них много нового. А еще лагерь - это спорт, диетическое питание, насыщенные дни. Я люблю «Гармонию» за то, что она объединяет интересных людей и воспитывает действительно здоровое поколение, учит детей общаться, ценить друг друга».

Ольга Витальевна Конева: «Я люблю детей. Мне с ними интересно. Здесь в лагере я могу набраться опыта для будущей работы, ведь я не только вожатый на отряде, но и веду тренинги, ведь я клинчический психолог».



Почему в «Гармонию» хочется возвращаться

Наши корреспонденты разыскали в лагере «старичков» – детей, которые с самой первой смены каждый год приезжают в лагерь, и узнали, за что же они любят «Гармонию» и почему возвращаются снова и снова.

Олег Охотников, 1 отряд: «Для меня «Гармония» – это мои друзья, с которыми я познакомился на прошлой смене, кроме того здесь приятные доки, с которыми можно найти общий язык. Я получаю удовольствие от пребывания в этом лагере, от спортивных игр, тренингов и вечерних мероприятий».

Юлия Самедова 5 отряд: «Гармония» – это то место, где все люди находят что-то общее для себя, друзей, может, даже свою вторую половинку, это такое место, где все соединяется воедино».

Анна Силачева, 10 отряд: «Гармония» для меня – это новые знакомства, старые друзья, те самые «старички», которые, как и я, приезжают сюда не первый год. Здесь присутствуют взаимопонимание, сплоченный коллектив, безудержное веселье. В этом лагере мне нравится насыщенная программа, которая не дает скучать. Здесь каждый год новые интересные гости, новые игры, новые шутки».

Анастасия Огородняя, 12 отряд: «В «Гармонии» присутствует особая атмосфера, которая манит

приезжать в это место еще и еще. Здесь добрые доки, которые всегда рады тебя видеть и поддержать в любой ситуации».

Дмитрий Хвостовой, 5 отряд: «Для меня «Гармония» – это добрые доки, интересные мероприятия, вкусная еда в столовой и в целом просто потрясающий лагерь».

Дарья Харабара, 1 отряд: «Гармония» – это море положительных эмоций, друзья, новые знакомства, любимые доки, очень увлекательная программа. Очень нравятся тренинги, тематика лагеря, я люблю покопаться в себе, разобрать свои недостатки и достоинства. Я люблю эту смену».

Кальчинский Александр, 5 отряд: «Я ждал смены целый год. Приезжаю уже третий раз, всегда надеюсь на новые впечатления, новые знания, надеюсь найти новых друзей. И мои ожидания оправдываются. Благодаря лагерю стал учиться играть на гитаре, узнал, что такое социальные проекты, в прошлом году серьезно занялся общей физической подготовкой. Сейчас я капитан. Это тоже новый, непростой, но очень важный для меня опыт».



Спрашивали Полина ЖИГАЛКИНА, Екатерина ТРЕТЬЯКОВА, Анастасия АЛЕХИНА, 6 отряд

У каждого есть дело по душе

В «Гармонии» ежедневно проходят профильные занятия, на которых дети могут научиться чему-то новому. Каждый выбирает направление по душе. Наши корреспонденты узнали, почему дети выбирают тот или иной профиль.

участники профиля.

Профиль «Социальные игры»

Саша Чекмарева: «Я уже второй год хожу на этот профиль. Здесь мы играем в настольные игры, знакомимся, общаемся. Мне здесь нравится. И этот профиль – не просто развлечение.



Профиль «Гитара»

Белых Елена: «Я решила выбрать этот профиль, потому что с детства мечтала играть на гитаре. Я совсем не умела, а теперь уже могу сыграть простые мелодии».

Мордвинов Андрей: «В лагере многие играют на гитаре, и мне тоже захотелось. Под гитару можно спеть любую песню. Гитара теперь станет моим хобби, но, может, когда-то увлечение перерастет во что-то большее».

Тигран Овсепян: «Я играю на аккордеоне, окончил музыкальную школу. Теперь хочу покорить еще один инструмент. Мне нравится, что на профиле Сергей Валерьевич учит нас очень быстро и понятно».

Профиль «Юный доктор»

Здесь преподаватели КГМУ знакомят детей с анатомией, генетикой, биологией, химией, учат оказывать первую помощь. «Нас привлекает медицина. И каждый день на профиле мы узнаем что-то новое. Уже научились накладывать гипс», - рассказали

Многие его недооценивают. На самом деле здесь огромная психологическая составляющая. Мы учимся, например, распознавать ложь. Учимся обращать внимание на то, как меняется мимика человека, голос, движения, если он говорит неправду. Думаю, это может пригодиться мне в будущем, например, на работе или в семейных отношениях».

Профиль «Рукоделие»

Иван Белов: «Я люблю рисовать, лепить, я люблю делать что-то из подручных материалов, поэтому я пошел на профиль «рукоделие». Здесь у меня появляются положительные эмоции и новые идеи. Может быть, я стану художником или скульптором».

Профиль «Педагогический»

Виталий Яшкин: «Я хочу пойти учиться в медицинский университет. И потом приехать в лагерь «Гармония» вожатым. Мне нравится подход доков к занятиям на профиле. Мы здесь узнаем много о людях, учимся общаться, понимать, как человек расположен к тебе, учимся убеждать, разбираем



различные сложные ситуации».

Дмитрий Пуклицкий: «Ведут профиль очень эмоциональные доки, которые грамотно находят подход к детям, объясняют все доходчиво и понятно. На этом профиле мы можем взглянуть на мир с позиции дока. Это интересно и полезно.

В будущем моя профессия будет связана с работой с людьми, поэтому мне поможет этот профиль. Я думаю, что док должен любить детей, обладать искрометным юмором, уметь разбираться в детях, раскрывать их таланты, быть воспитанным и образованным».

Яркие моменты/ Законы лагеря

Закон времени

Будем время мы беречь,
Будет больше разных встреч,
Время дорого у нас
Бережем мы каждую... минутку!



Закон свободного микрофона

Если есть чем поделиться,
Словом, мыслью, предложением.
Можешь даже не стесняться –
Выслушаем с уважением.

Закон правой руки

Если док стал мрачен вдруг
И понятно, что он злится
Поднял правую вверх руку
То, пора угомониться!



Закон творчества

Этот закон у нас ясен всем
Творческим быть понятно зачем!
Кто умеет творить, быть активным всегда,
Может время ценить и верить в себя!

Закон здоровья

Со здоровьем мы друзья,
Пить, курить у нас нельзя.
Можно спортом заниматься
И в проектах состязаться!

Закон территории

За границу ход закрыт,
Сохраняй в порядке быт.
Бережно храни природу,
Улучшай все год от года.



Закон дружелюбия

Всем, кто рядом, помнить нужно:
Наш закон – простая Дружба,
Уваженье, Пониманье,
Добродушие, Признание!



Творчество

Гармония внутри,
А что же это значит?
Радостные встречи,
Милые слова.
Ожиданья чуда
Настает пора.
И пора прощаться придет навсегда,
Я буду с вами, с вами до конца!

*Т. Кравцова
 (отдыхающая)*

Год за годом приезжаем,
А нас весело встречают,
Радость дарят каждый день,
Много счастья и друзей.
Окружены мы здесь любовью
Незнакомых ранее людей,
Игры разные нам дарят.
Я люблю свой отряд сильней!

*А. Гурова, Е. Павлова
 (отдыхающие)*

Где бы ты ни был,
Абсолютно всегда
Рядом найдешь ты
Мир любви и добра.
О чем бы ни думал,
Не грусти никогда,
И помни, что есть
Я, ты, он, она!

*О. Конева, Д. Шульженко, А. Дергачева,
 А. Саницкая, Е. Ушакова (доки)*

Где-то в далекой стране
Аист гнездо свое свил,
Ради рожденья любви
Миру сердца подарил.
Очень надеялся он
Новое чувство открыть
И «гармоничных» детей
Яркостью осветил.

*Е. Полякова, Д. Коваленко, З. Магомедова,
 Т. Карташова, Е. Маренко (доки)*

Наша редакция



Состав редакции: Жигалкина Полина, Третьякова Екатерина, Алехина Анастасия – 6 отряд, Анастасия Андреевна Кальчинская – док, руководитель профиля, Руцкая Дарья – 12 отряд, Храмов Егор – 5 отряд, Львовская Анна – 9 отряд (на фото слева направо).

Учредитель: Государственное бюджетное образовательное учреждение высшего профессионального образования «Курский государственный медицинский университет» Министерства здравоохранения Российской Федерации.

Подписано в печать 3 июля 2015 года в 14.00 по графику и фактически.
 Отпечатано в типографии КГМУ: 305041, г. Курск, ул. Карла Маркса, 3.