



О таком денёчке – ясном, тёплом, солнечном – можно было только мечтать. Тем более в детском оздоровительном лагере «Мечта» на Девятой дачной, где 19-21 сентября состоялся семинар педагогов – скаутских лидеров, и курсы для руководителей скаутских отрядов в рамках проекта «Успехи прошлого – ориентир на будущее». В лагерь заехали в пятницу, а солнечный и тёплый денёк как раз и выпал на субботний день, когда и развернулись основные события. В семинаре приняли участие педагоги и скауты из Саратова (школы №№ 10, 40, 82, 93, отряды «Пересвет», «Менестрель» и «Талисман»), Пугачёва (отряд «Альтаир»), села Порубёжка (отряд «Иргиз») и Петровска, всего сорок три участника.

## «МЕЧТА» ДЛЯ ШКОЛЬНИКОВ И ПЕДАГОГОВ

Столь малое число (обычно скаутские лагеря собирают сотню-другую скаутов!) обусловлено тем, что «Мечта» собирала лишь активистов скаутского движения, тех ребят, которые являются лидерами. Потому что тему семинара как раз и связали с воспитанием лидерских качеств у ребят. Да, да, лидерами не рождаются, ими становятся! В том числе и с помощью тренингов, которые провели педагоги Инесса Ивановна Музалевская и Вера Викторовна Баженова. Я побывал на одном из занятий (а их за три дня успели провести немало, программа была насыщенной: тут и традиционный ночной скаутский бег, и строевая подготовка, и вечер песни, и творческие отчёты скаутов, и скаутские игры на знакомство).

Три десятка скаутов в день заезда поделили на патрули, в каждом по семь-восемь человек, ребята тут же придумали своим патрулям названия: «Скаутмикс», «Химера», «Молния» и «Гризли». Кстати, в обычных скаутских отрядах, которые действуют во многих школах земли саратовской, отряды также подразделяются на патрули для того, чтобы легче было руководить жизнью отрядов. Это как в армии: сержант руководит отделением, лейтенант взводом и т.п., и у каждого своя зона ответственности.

Какими чертами характера должен обладать скаутский лидер? Что такое харизма руководителя? Как сделать так, чтобы и управлять отрядом, и в то же время не тащить весь воз дел на себе, а распределить обязанности, раскрывая потенциал каждого скаута на благо всего отряда? Эти и другие вопросы обсуждали на семинаре. Хотя и употребляем это слово – «семинар», – потому что именно оно звучит в плане Ассоциации скаутов Саратовской области (Ассоциация и организовала учёбу детей и педагогов), однако «скаутскими» разговорами занимались лишь взрослые, обсуждая, как строить дальше жизнь Ассоциации (в частности, решили, что расти в иерархии должны не только дети – младший скаут,

скаут-разведчик, скаут-исследователь и т. д. – но и руководители скаутских отрядов; обсудив, утвердили: критериями роста скаутских лидеров-педагогов должно быть участие в мероприятиях Ассоциации, чем активнее отряд – тем выше звание у его руководителя), а дети весело... играли, играючи постигая науку управлять.

«А теперь постройлись по цвету ваших носков, от светлого к тёмному, – командует шеренгам Инесса Ивановна, и патрули забурлили, лихорадочно меняясь местами, дабы быстрее других выполнить команду. Затем следуют вводные: построиться по размеру обуви, по цвету курточек, по длине... носа (самый весёлый конкурс!). Руководитель тренинга усложняет задачу: патрули обмениваются двумя скаутами, и Инесса Ивановна смотрит, насколько труднее стало ребятам, при наличии новичков в команде, выполнять задание. А вот ещё такой тренинг: как справятся дети с заданием, если вывести из строя командира патруля?

Тренировались здесь не только ловкость и быстрота, но и оттачивалась мысль: каждое задание разбиралось, Инесса Ивановна заставляла лидеров думать вслух, в поисках ответов на вопросы: почему задание выполнено быстрее, когда командир патруля был выведен из игры? Значит, кто-то взял на себя его роль, и у этого нового командира неплохие лидерские задатки.

Перерыв, двадцать минут можно погулять по просторам лагеря (а его территория обширна), однако и на отдыхе не без пользы для себя провели дети время: каждый патруль получил задание найти лекарственные травы.

«Полина Харитонова, скаут из отряда «Сороконожки» (значит, школа № 40 г. Саратова), – представилась девчушка, ищущая среди зарослей лечебные травы. Прошу уделить мне минутку, ответив на вопрос, почерпнула ли она что-то новое на этом семинаре. «Да, я узнала, как нужно быть хорошим лидером», – ответила Полина. Её стаж в скаутинге – три года. В позапрошлом году к ним в пятый класс пришла Светлана Викторовна Горбулёва, педагог-информати-



ки, и сказала, что записывают всех желающих в скаутский отряд». «Я тогда ничего не поняла, что это такое – скауты, – вспоминает Полина, – пришла домой, рассказала родителям, мама и папа объяснили, что это очень интересно, и я записалась в отряд». А на вопрос, не разочаровалась ли она, действительно ли интересно, заверила: «Особенно в летних лагерях, я в первый же год поехала в лагерь».

Памятуя о том, что ей нужно выполнять задание и отыскать траву, не стал задавать новых вопросов, но тут к нам подошёл с сияющей улыбкой мальчишка: «Полина, я уже три вида отыскал – подорожник, одуванчик и крапиву!» Знакомимся. Виталий Любимцев из 93-й школы так быстро справился с заданием, потому что «мне кроли помогли, папа их лечит травами». Оказалось, что у них дома живут кролики, и Виталий приметил, какими травами их можно лечить.

Переменка окончена, и снова – весёлый тренинг, поход за знаниями.

А после вкусного обеда – совместный круглый стол для детей и педагогов, его провела Наталья Александровна Королькова, председатель Ассоциации скаутов Саратовской области. Тема круглого стола – «Продвижение трезвости в подростковую и молодёжную среду». Наталья Александровна рассказала кратко о том, как общество трезвости сотрудничает с учебными заведениями, во многих школах,

кроме скаутов, продвижением трезвости занимаются Центры РОСС, основная идея этих центров в том, что о трезвом и здоровом образе жизни своим сверстникам говорят активисты центров из числа скаутов, подавая личный пример трезвости. Хорошо зарекомендовали себя и уроки трезвости, проводимые в школах «Трезвым Саратовом» – молодёжным крылом общества трезвости. О методике «Здорового толка» (так названы те уроки трезвости – пять-шесть занятий в течение учебного года) рассказал Алексей Мыцков, инженер с завода «Базальт», отдающий своё свободное время агитации за трезвость.

Уже седьмой год активно работает «Трезвый Саратов». В него вливаются всё новые и новые силы, в том числе пополнение идёт и из скаутских отрядов. О своём участии в мероприятиях «Трезвого Саратова» рассказал один из скаутских лидеров Илья Ефремов (лесное имя Гепард).

В завершении семинара педагоги обсудили план на ближайшее время. Завершение учебного года совпадает со знаменательной датой – 70-летием Победы, и весь год пройдёт под знаком этого юбилея. У прадеда была Победа в Великой Отечественной войне, внукам и правнукам победителей достался свой фронт – фронт борьбы за трезвость. Сохранение себя для Отчизны – это не громкие слова, а настрой скаутских лидеров и активистов молодёжного движения «Трезвый Саратов», в этом видят молодые свой патриотический долг.

Осенние семинары в детском оздоровительном лагере «Мечта» стали традиционными благодаря поддержке главы администрации Ленинского района Валерия Николаевича Сараева. На этих семинарах педагоги и школьники получают заряд бодрости для предстоящих свершений.

**Владимир ВАРДУГИН**  
На снимках: тренинг проводит руководитель семинара Инесса Ивановна Музалевская; Полина Харитонова – один из скаутов-вожаков.

## С ДНЁМ РОЖДЕНИЯ, СКАУТСКАЯ СЕМЬЯ!



«Путь к сердцу мужчины лежит через желудок». Эта истина неоспорима, и Денис Александрович Коробко по достоинству оценил кулинарное искусство своей избранницы, Дарьи Викторовны Жуковой, в скаутском лагере «Оплот-2014» минувшим летом. А где пролегал путь к сердцу женщины? Для Дениса Александровича путь тот, по слову невесты, пролёг через... скаутинг. «Достанешь мне черевички – выйду за тебя замуж!» – капризничала гоголевская Оксана. Дарья Викторовна не капризничала, а на полном серьёзе поставила два условия Денису: трезвость и скаутинг. Что не составило для него труда: со скаутскими законами познакомился давно, когда стал дружить с семьёй Жуковых, в ней все – скауты.

А первой в отряд «Сороконожки» вступила Полина, племянница Дарьи Викторовны. За нею потянулись её кузины, Саша и Алика. Увлёклась игрой для детей и взрослые и Дарья Викторовна, сначала просто присутствовала на разных мероприятиях, от первого костра до летнего палаточного лагеря.

На первом костре нынешнего года (по традиции его зажигают в ночь на 1 мая) Денис Александрович ещё не был скаутом. Подучил законы в летнем лагере, сдал минимум и облачился в скаутскую форму. Так, в скаутских рубашках, Денис Александрович и Дарья Викторовна 9 августа 2014 года и в загс для торжественного бракосочетания явились, немало удивив служителей этого госучреждения. Теперь в семье Коробко – четверо скаутов! Поздравляем молодожёнов и желаем им успехов во всём, и прежде всего в воспитании детей, для взросления которых скаутская методика – самая лучшая.

Денис Александрович по профессии строитель, Дарья Викторовна – флорист. Когда ему говорят товарищи по работе, что как-то несерьёзно солидному мужчине играть в детские игры, он не соглашается: несolidно детей оставлять сиротами при живых родителях, а в скауты вступил ради детей, ведь для них пример взрослых – это судьба, в какую сторону поведёшь ребят, так у них и сложится жизнь.

Саша и Алика на верном пути, выбрали активную жизненную позицию. В этом году пришлось им поменять школу, в новой для них скаутского отряда не оказалось. Теперь же – есть! Девчонки организовали!

Ещё раз поздравляем новую семью с днём рождения и желаем, чтобы и будущие дети четы Коробко также стали скаутами!

**На снимке:** Денис Александрович, Дарья Викторовна, Александра и Алика – скаутская семья. Август 2014 года.

## КУРЯТ БАБУШКИ, СТРАДАЮТ ВНУЧКИ

### Ничего страшного?

Большинство представительниц прекрасного пола, затягиваясь сигаретой, уверенно утверждают: «Курение женщины и здоровье детей? Ничего страшного! Многие курят, и ничего, дети у них здоровы»...

А ведь это весьма опасное заблуждение! Курение беременных женщин, даже умеренное, приводит к родовым травмам, к преждевременным родам, к пониженному весу новорождённого. Как правило, у таких женщин развивается тяжёлый токсикоз, дети имеют аномалии развития – недоразвитие внутренних органов (сердца, мозга, печени, лёгких, кровеносной системы), лишние пальцы на руках, неправильный разрез глаз, низко посаженные уши, врождённый порок сердца. На первом и втором году жизни дети курящих матерей умирают почти в три раза чаще, чем их сверстники, часто и тяжело болеют. Курение матерей – одна из причин синдрома внезапной смертности новорождённых. Вероятность появления

диабета или ожирения у детей, чьи матери курили, когда были беременны, на треть выше, чем у тех, чьи матери не знакомы с сигаретой.

Причём редкое курение вызывает не меньшее, а порой даже большее разрушение в организме плода. Ведь его печень ещё функционально не сформирована, она не может обезвреживать токсические продукты, не разрушает их, и зарождающийся организм работает как аккумулятор ядов табака, которые поставляет ему курящая мать. У курящей кормящей мамочки в одном литре грудного молока содержится до 0,5 миллиграмма никотина, молоко имеет неприятный запах и вкус, поэтому ребёнок часто отказывается от груди или вяло сосёт, молоко преждевременно пропадает. В табачном дыме, кроме никотина, имеется и более опасное вещество – радиоактивный полоний, способствующий развитию злокачественных опухолей.

### Сигарета и генетика

Есть научные работы, убедительно доказываю-

щие вредоносное действие курения на ДНК. Дым только от одной сигареты вызывает появление нескольких тысяч дефектов в наследственных субстанциях. Конечно, организм старается «вырезать» испорченные гены, но этот процесс не может продолжаться до бесконечности.

Генетический вред, причиняемый канцерогенными веществами табачного дыма, может проявиться не сразу, а через одно или два поколения. Например, если у курившей женщины родилась относительно здоровая дочь, то за пороки бабушки будет расплачиваться... внучка – у неё может быть стойкое бесплодие, ибо вредные вещества табачного дыма, в частности полоний-210, поражают детородные клетки плода, что сказывается на репродуктивной функции рождаемого потомства.

А недавно медиками был обнаружен ещё один очень неприятный факт. Оказалось, что курение и гормональные противозачаточные препараты несовместимы. У курящих жен-

щин, пользующихся подобными средствами, в 38 раз (!) увеличивается риск сердечнососудистых заболеваний, в том числе инфаркта миокарда – в 4,3 раза. Это происходит потому, что никотин, сужающий сосуды и увеличивающий риск появления тромбов, действует сильнее из-за гормонов в противозачаточных средствах.

### «Банк» токсических веществ

Многие считают, что если, забеременев, они бросили курить, все вышеперечисленное им уже не грозит. Но это опасное заблуждение.

Основные показатели здоровья и долговлетия ребёнка закладываются задолго до его зачатия. Сперматозоиды (мужские клетки) способны к самообновлению практически каждые три месяца, в отличие от них женские яйцеклетки – своего рода долгожители. Их жизнь исчисляется 12–55 (!) годами. Таким образом, они могут быть «банком» для многих токсических ве-

### Кто говорит что сигареты убивают?



Мне 48 и я все еще чувствую себя хорошо

ществ, в том числе и табачного происхождения.

К счастью, природа старается, чтобы отравленные токсинами клетки не смогли участвовать в продолжении рода. И поэтому очень часто яйцеклетки теряют способность к оплодотворению. Развивается бесплодие.

Имейте также в виду, что ранние выкидыши встречаются у курящих женщин почти в два раза чаще, чем у некурящих, – затрудняет-

ся имплантация зародыша в стенку матки. Кстати, самопроизвольные выкидыши в первые недели беременности часто происходят незамеченными женщинами – под маской тех или иных отклонений в месячном цикле.

**Александра РОМАНОВА**

Газета «Полезно для пенсионера», Санкт-Петербург, 14-20 августа 2014 года