

ПРИБЛИЖЕНИЕ УЧАЩИХСЯ К ФОРМИРОВАНИЮ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ У РАЗНЫХ СЛОЁВ НАСЕЛЕНИЯ

Д.Н. Тупека, Т.Н. Самойлюк
УО «Пинский государственный медицинский колледж»
г. Пинск

Разработка основных положений здорового образа жизни, методология их внедрения являются важнейшей задачей формирования здорового образа жизни общества. Формирование здорового образа жизни – важнейшая задача учреждений здравоохранения. Учащиеся нашего колледжа, как будущие работники учреждений здравоохранения, участвуют в формировании у населения здорового образа жизни.

С 2006 года в Пинском государственном медицинском колледже был организован отряд Волонтеров «Азбука здоровья».

Целями создания отряда Волонтеров являются:

- Приобщение учащейся молодежи к реализации программ оказания помощи всем слоям населения, особенно детям;
- Формирование у учащейся молодежи принципов гуманистических отношений между людьми;

Работа отряда ведется по обучению оказания первой помощи; подготовка людей разных возрастных и социальных групп – особенно детей - к поведению в экстремальных ситуациях.

Волонтеры работают с детьми старшей группы ясли-сад №37

«Радость» Пинского ГОО. В соответствии с программой «Исследуя гуманитарное право» и базисной программой «Пралеска» руководителем отряда Павловец Ириной Анатольевной (преподавателем УО «Пинский государственный медицинский колледж») была составлена программа работы Отряда Волонтеров. По данной программе разработана тематика занятий.

Задачами занятий являются:

1. Научить детей помогать самому себе и своим близким.
2. Профилактика несчастных случаев, различных заболеваний.
3. Пропаганда здорового образа жизни.
4. Приобретение полезных практических навыков.

Среди основных практических навыков можно выделить следующие:

1. умение пользоваться домашней аптечкой
2. умение оказать помощь при ожоге
3. умение оказать помощь при травме
4. умение оказать помощь при простуде
5. умение оказать помощь при кровотечении
6. умение оказать помощь при отравлении

Все занятия проводятся в игровой форме с наглядными пособиями и раздаточными материалами. По окончании занятий проводится итоговое семинарское занятие, которое показывает уровень полученных знаний детьми и определяет эффективность работы отряда Волонтеров.

Информация является одним из ценнейших ресурсов общества наряду с традиционными материальными видами, а значит, процесс её переработки по аналогии с процессами переработки материальных ресурсов можно воспринимать как технологию. Тогда справедливо следующее определение.

Информационная технология – процесс, использующий совокупность средств и методов сбора, обработки и передачи данных для получения информации нового качества о состоянии информационного продукта.

Цель информационной технологии – производство информации для её анализа человеком. Известно, что применяя разные технологии можно получать разные результаты.

Для облегчения работы отряда волонтеров, предоставления информации для широкого круга населения и пропаганды здоровьесбережения нами было создано электронное обучающее пособие «Азбука здоровья».

Для создания пособия была выбрана программа Help & Manual версия 3.6.

Почему именно эта программа?

Help & Manual - удобный инструмент, упрощающий создание справочных файлов Windows, печать справочных руководств и документации в целом.

Она объединяет в основном окне оглавление (в виде древовидного списка) и текстовый редактор. Это позволяет легко ориентироваться в оглавлении, редактировать или перемещать разделы справки без большой суеты.

С помощью Help & Manual можно печатать полноценные справочные руководства, включая оглавление и предметный указатель (с настройкой страниц, нумерацией и колонтитулами).

Help & Manual поможет максимально быстро создать хорошую справочную систему.

В пособии выделены введение, 19 обучающих занятий раскрывающих вопросы здоровьесбережения и помощь в чрезвычайной ситуации со стихотворениями, рисунками, загадками, правилами на всю жизнь и заданиями, закрепляющими изученный материал, а также использованная литература.

Данное электронное пособие рекомендуется для изучения детьми дошкольного и младшего школьного возраста с помощью волонтеров, педагогов и родителей.

Например, занятие №14 – Ты и электричество.

Занятие выглядит так:

Ты и электричество

Диме было невдомек:

Что же значит слово “ток”?

Почему его ругают

И к розетке не пускают?

Спицу он в шкафу нашел

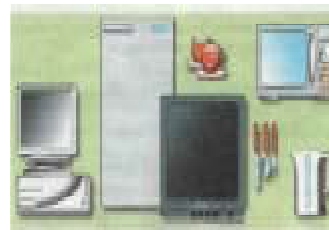
И к розетке подошел...

К Диме Катя поспешила,

От несчастья защитила.

Коль так с током обращаться -

Можно с жизнью распрощаться.



Рассмотри рисунок. Назови электрические приборы. Какие ещё электроприборы ты знаешь? Какие из них есть в твоём доме?

Вырвавшись на свободу, электрический ток может натворить много бед. Он может «устроить» страшный пожар, а может очень

сильно «ударить» хозяина.

Повреждения, возникающие от действия электрического тока, называются электротравмой. При электротравме страдает весь организм.

В месте непосредственного воздействия тока возможны не только покраснение и потеря чувствительности, но и глубокие ожоги.

Ещё более опасно воздействие электрического тока на нервную систему. Повреждение нервных клеток вызывает тяжёлые повреждения в организме.

Даже при легких поражениях у людей ухудшается самочувствие, наблюдаются обморок, головокружение, общая слабость, нервное потрясение.

Помощь

Спасая человека, нужно выключить ток. Если это сделать невозможно, нужно убрать провод от поражённого при помощи сухого деревянного предмета. Ожог покрывают повязкой. В тяжёлых случаях делают искусственное дыхание. Как можно скорее вызывают «Скорую медицинскую помощь».

Правила на всю жизнь

• Ни в коем случае не прикасайся к электроприборам или проводам, когда у тебя мокрые руки или когда ты принимаешь ванну. Ты



можешь получить сильный удар током, потому что вода — хороший проводник электричества.

• Не прикасайся к человеку, находящемуся под действием электрического тока. Дотронувшись до него, ты сам получишь удар током. Не хватайся за провод, когда вытаскиваешь вилку из розетки.

• Не трогай руками висящий или торчащий провод, не наступай на него.

Поиграйте в игру «Можно – нельзя»

• Играть или небрежно обращаться с включёнными в сеть электроприборами.

• Приближаться к оборванным, лежащим на земле проводам линии электропередач.

• Играть под проводами электролиний.

• Влезать на опоры линии электропередач.

- Пользоваться неисправными электроприборами.
- Пользоваться исправными выключателями, шнурами для включения электрооборудования.
- Наполнять водой электроприборы, когда они включены в сеть.
- Прикасаться к открытому проводу.

Вывод: участие в создании таких проектов даёт человеку возможность развивать чувство социальной ответственности, увидеть, как твоя деятельность может менять жизнь конкретных людей к лучшему. Молодежное волонтерское движение должно развиваться, вовлекая все большее количество молодежи в реализацию программ Международного Движения Красного Креста и красного Полумесяца.

ИСПОЛЬЗОВАННЫЕ ИСТОЧНИКИ:

1. Бюллетень «Красный Крест», 2001
2. Васильева Е.М., Щербо А.А., Крупенько И.Г. «Чтобы не было беды» - ООО ИД «Белый ветер», 2006
3. Дурейко Л.И, Трафимова Г.В., Кузнецова Л.С. «Как уберечь себя от беды» - М.Н.: Тесей, 2001
4. Молодёжь в действии. Сборник лучших практик молодёжных инициатив волонтеров национальных обществ Красного Креста Беларуси, Молдовы и Украины. - 1-е издание. МФОКК/КП, Минск, 2006
5. Пособие волонтера - Минск «Бизнесофсет», 2007