10 октября 2021 года в Екатеринбургском Монтажном колледже состоялся круглый стол: **«Итоги летнего экспедиционного сезона 2021 года. Позитивный опыт, проблемы и пути их решения»**. Круглый стол был организован в рамках программы президентского гранта **«К природе за здоровьем»** и посвящён подведению итогов 25-й экспедиции «Заветный берег» и обмену опытом организации таких экспедиций специалистами других организаций.

Организатор: СРОО «Клуб здоровья «ВИТА» (коллективный член МАДЮТиК им. А.А. Остапца-Свешникова) **и СОО Русское географическое общество.**

В мероприятии приняли участие более 140 представителей из 20 государственных и общественных организаций Свердловской и Челябинской областей, Пермского и Красноярского края, занимающихся вопросами отдыха, туристической и экспедиционной деятельности в естественной природной среде и оздоровления, а также актив и волонтёры клуба «Вита», всего 141 человек.

На КС обсуждались следующие темы:

1. Опыт организации и проблемы детского и семейного отдыха в естественной природной среде.
2. «Пятая четверть» — время для отдыха детей или для всестороннего развития личности путём разнообразной деятельности?
3. Естественная природная среда как фактор повышения адаптационного потенциала и здоровья человека.
4. Организация семейного отдыха инвалидов в естественной природной среде.

До открытия круглого стола участники ознакомились с экспозицией клуба «Вита», фотовыставкой и выставкой работ мастерских участников программы президентского гранта «К природе за здоровьем», одновременно в зале демонстрировались видеофильмы об экспедиции клуба «Вита». Затем на сцене Актового зала прошла инсценировка «Художественный образ

экспедиции «Заветный берег», где были продемонстрированы события экспедиции на фоне демонстрации фотоиллюстраций озера Иткуль.

Круглый стол открыл председатель клуба здоровья «Вита», академик МАДЮТК **Порожский Константин Павлович**. В своём вступительном слове он отметил актуальность обсуждаемых вопросов для развития детско-юношеского туризма, воспитания подрастающего поколения и повышению уровня здоровья населения, за счёт использования ресурсов естественной природной среды и активного туризма. Одной из важнейших проблем современности является многократное снижение количества детских туристических лагерей, среды формирования самостоятельности, закалки детей, формирования у них первичных трудовых навыков и навыков жизни в естественной природной среде. Поэтому в настоящее время необходимо искать пути возрождения традиций детских палаточных лагерей, поиска новых форм воспитания детей в естественной природной среде во время летних каникул.

С приветственным словом выступил директор Екатеринбургского монтажного колледжа **Чистяков Валерий Николаевич**, который отметил важность мероприятия для поддержания здоровья и воспитания подрастающего поколения. Он рассказал о работе колледжа в области патриотического воспитания, а также о многолетнем сотрудничестве с клубом «Вита» в области развития движения за здоровый образ жизни.

С приветственным словом выступил исполнительный директор СОО РГО **Флягин Сергей Викторович.** Он коротко осветил экспедиционную деятельность и направления дальнейшей работы СОО РГО, отметил грани сотрудничества с клубом «Вита» и пожелал участникам плодотворной работы на круглом столе и использования результатов КС для совместной деятельности в области туризма и краеведения.

О результатах работы СРОО «Клуб здоровья «Вита» и партнёров по реализации программы президентского гранта «К природе за здоровьем» летом 2021 года рассказали председатель клуба «Вита», профессор УГГУ **Порожский Константин Павлович**, и ответственная за экспедиционную деятельность клуба **Туркина Светлана Юрьевна**. Порожский К.П. сделал доклад о истории экспедиции «Заветный берег» на озере Иткуль, задачах экспедиции этого года и результатах. Он отметил, что программа гранта выполнена полностью. На озере отдохнули более 1000 человек из 18 городов РФ и из-за рубежа, в том числе более 500 детей, 75 многодетных семей, 17 инвалидов. Туркина С.Ю. сообщила об основных туристических поездках клуба в 2021 году по России, в частности, на Алтай, Мурманскую область,

Окунёвский ковчег, Азов Гору и город Ишим, в которых приняли участие более 200 человек. Она отметила высокий оздоравливающий и познавательный аспект этих экспедиций.

В своём **втором докладе Светлана Юрьевна Туркина** раскрыла тему организации уроков здоровья для школьников в естественной природной среде. В ходе этих уроков школьники успешно сочетают походную, физкультурную деятельность с краеведением, изучением географии родного края и ремёсел. В этом году на Иткуле побывали школьники и родители из 12 школ с общим количеством участников 245 человек, в том числе, 205 детей.

О результатах исследования состояния здоровья участников экспедиции «Заветный берег» на озере Иткуль летом 2021 года с целью оценки эффективности природной среды и методов естественного оздоровления для профилактики вирусных заболеваний сообщил канд. мед. наук **Щинов Андрей Иванович.**

Для объективизации оздоровительного эффекта пребывания в экспедиции были предприняты инструментальные исследования. Всего участвовало 85 человек. У всех участвовавших в эксперименте уровень углекислого газа в выдыхаемом воздухе с помощью капнографа (инфракрасного проточного спектрометра) «Микролюкс» в конце смены оказался несколько выше, чем в её начале, а адаптационный потенциал (методом РОФЭС-диагностики) вырос в среднем на 64%. Вывод: психоэмоциональное состояние участников является главным фактором оздоровления, чему способствует замечательная природная среда, целебное питание, общественно-полезная осмысленная физическая активность (труд) и психологический климат в коллективе. Всё это подавляет гипервентиляцию и тем способствует повышению объективных показателей уровня здоровья. **На «Заветном берегу» в сезоне 2021 года случаев заболевания НКВИ Covid-19 не было**.

Заведующий отделением адаптивной физической культуры «Областной центр реабилитации инвалидов» (Екатеринбург) **Борозняк Сергей Николаевич** в своём выступлении «От инклюзии в клубе «Вита» до инклюзии в жизни» рассказал об эффективных методах адаптации инвалидов в социальной среде экспедиции «Заветный берег». На примере воспитания своего сына Ильи Борозняка он продемонстрировал эффективность такой работы. В частности, Илья в нынешнем году выиграл два первых места по шоссейной гонке на велосипеде на Всероссийской спартакиаде специальной Олимпиады в г. Кострома.

Преподаватель «Семейной мягкой школы Э. Глушковой» **Елизавета Владимировна Видякина** рассказала об основных принципах воспитания детей в СМШ, провела показательный урок сенсорного взаимодействия родитель-ребёнок. Рассказала об опыте сотрудничества СМШ с клубом «Вита» на Иткуле, отметила общие подходы к воспитанию, а именно — «учить можно только тому, что сам умеешь и делаешь».

Координатор «Центра детского отдыха КОМПУНЕТ» **Радий Кумаитов** в своем выступлении отметил, что в 2020–21 г.г. в связи с закрытием границ и ограничениями для детских лагерей «Компунет» сделал ставку на увеличение походных проектов для детей и детей с родителями. В походах, сплавах, туристических и военизированных школах приняли участие более 600 человек. Он обозначил основные принципы деятельности и отметил, что практически на всех проектах «Компунет» (походных, палаточных, экспедиционных) создаётся и поддерживается пространство уважения, доверия и игры. Сюжет игры позволяет вовлекать детей, взрослых и команду в единое информационное поле и задает правила Жизни и Игры. Важной особенностью проектов является то, что команда в текущий момент на 50% состоит из «наших выросших детей», которые съездили к нам по 10 и более раз и прошли специальную школу подготовки. Тема наставничества и единого информационного поля пронизывает все наши проекты. В заключении Радий назвал условия для успешного и безопасного выполнения разнообразных тематических программ для детей и подростков в естественной среде: необходимо учиться этому, любить свое дело и профессионально к нему относиться, и что никогда не является лишней помощь социума и подходящие партнеры.

Руководитель Сысертского отделения РГО **Владислав Викторович Дербышев** в выступлении отметил, что КС стал позитивной и продуктивной площадкой для решения вопросов в сфере детского и семейного туризма, Он подробно осветил экспедиционную деятельность СОО РГО и Сысертского отделения, продемонстрировал красочные видеоматериалы, а далее предложил пути сотрудничества в области семейного и детского туризма. Как председатель Сысертского отделения Русского географического общества, он обозначил, как минимум, четыре сферы взаимодействия с клубом здоровья «Вита» и другими участниками КС: 1. Совместное проведение фестиваля «Иван Купала» в 2022 г. на территории пос. Р. Асбест, Сысертский р-он. Фестиваль проходит в рамках регионального фестиваля РГО «Открываем Россию заново. Всей семьей». 2. Разработка тур. маршрутов «Иткуль. Дорогами предков». 3. Развитие обучающей программы

для детей «Школа первопроходцев» на базе Сысертского отделения РГО. 4. Комплексное исследование дна оз. Иткуль, совместно с экспедиционной комиссией Свердловского отделения РГО и Уральским дайвинг-центром «Тритон» на предмет обнаружения археологических объектов древних культур. В заключение он отметил, что это сотрудничество перспективное и имеет взаимовыгодный характер.

Руководитель детско-юношеской экспедиции «Былина» **Виктор Васильевич Московкин** рассказал о своём опыте организации экспедиций с подростками, обобщил выступления участников и отметил несколько важных аспектов организации детских коллективов во время экспедиций. Это — создание пространства для взаимодействия во время путешествия и стоянок, а также формирование пространства взаимопомощи, основанного на чувстве любви и сохранение связи поколений.

При обсуждении итогов круглого стола все участники выразили единодушное мнение, что естественная природная среда, активный отдых являются эффективным средством профилактики вирусных заболеваний и воспитания молодёжи. Сама форма круглого стола является полезным средством обмена опытом проведения экспедиций и поэтому было принято решение провести аналогичный форум осенью 2022 года в УГГУ.

*Круглый стол проведён с использованием гранта Президента Российской Федерации, предоставленного «Фондом президентских грантов» (проект **«К природе за здоровьем»**).*

Модератором круглого стола выступил Порожский Константин Павлович. Организаторы благодарят директора Екатеринбургского монтажного колледжа Чистякова В.Н. за помощь в проведении круглого стола, а также докладчиков и всех его участников.