

Опубликовано:
Материалы II Международной научно-практической Интернет-конференции
«Современные образовательные технологии и методики: актуальные
вопросы теории и практики». Избранное/ Под ред. Л.А. Трусовой,
В.Н. Новикова - Чехов, ЦОиНК, ООО «Студия полиграфии», 2013-204 с.

Инновационная методика создания интерактивной выставки

«Философия здорового образа жизни», направленная на решение проблемы здоровьесбережения подрастающего поколения

*Горяинова Жанна Николаевна, Меркулова Светлана Владимировна
методисты СП Центра «Гражданин» МБУ СОШ №93 г.о. Тольятти*

Одной из приоритетных задач в деятельности школы является сохранение здоровья школьников. Работая в направлении здоровьесбережения учащихся, методисты структурного подразделения центра «Гражданин» дополнительного образования МБУ СОШ №93 г.о. Тольятти предложили **инновационную форму работы** с учащимися, направленную на формирование их здорового образа жизни используя нетрадиционный подход посредством создания интерактивной выставки в школе и комплексного воздействия на чувства, эмоции, сознание, тактильное восприятие подростка. Выставка позволяет создать пространственную среду, которая с одной стороны является местом для презентации различных материалов, погружающих посетителей в тему здорового образа жизни (фотографии, информация, задания, тесты и т.д.); с другой стороны, является «местом для самопрезентации подростков» (их отношений, высказывания, представления жизненного опыта и т.д.). То есть материалы самопрезентации подростков выступают в роли полноценных экспонатов выставки, с которыми могут ознакомиться другие посетители. **Интерактивный** характер выставки предусматривает воздействие информационного материала выставки на сознание, интеллект, эмоциональную сферу подростков через выполнение различных заданий (открой, посмотри, угадай, что там?). В названии выставки «Философия здорового образа жизни» заключается идея разностороннего подхода к теме здорового образа жизни через призму

собственного восприятия, понимания, осознания, размышления подростка. При разработке концепции интерактивной выставки использовались методики музейной, образовательной, психолого-педагогической и социально-педагогической деятельности. Методика музейной деятельности позволила нам разработать и реализовать концепцию выставки, методика образовательной деятельности - организовать работу с посетителями на выставке, методика психолого-педагогической деятельности дала возможность использовать для диагностики и последующей коррекционной работы различные тесты психологического характера, а также материалы самопрезентации подростков. Методика социально-педагогической деятельности позволила смоделировать различные жизненные ситуации, «попадая» в которые посетители выбирали соответствующие им роли и получали социальный опыт взаимодействия. **Выставка рассчитана на учащихся 5-6-7 классов и направлена на формирование ответственности у современных подростков за свое здоровье и здоровье окружающих людей.** Для достижения цели были поставлены следующие **задачи**: познакомить учащихся с особенностями своего организма (внешние данные, черты характера, определяющих здоровый образ жизни; способствовать формированию бережного отношения к своему здоровью и здоровью окружающих их людей, толерантного отношения к людям с ограниченными возможностями (слепой, глухонемой человек и т.д.), нетерпимого отношения к асоциальным явлениям в обществе, показать возможность достижения побед и рекордов через преодоление трудностей. Для достижения целей и задач было принято пространственно-конструктивное решение создания выставки в форме круга, который символизирует вечность и совершенство. Движение по кругу означает постоянное возвращение к самому себе, дает возможность развитию творчества, уверенности, гармонии с самим собой и окружающим миром. При этом задействованы внутреннее и внешнее пространство выставки. **«Кто Я?»** - так звучит основная идея внешнего пространства. Она направлена на то, чтобы каждый из подростков смог

лучше познать и понять себя, принять себя и представить себя окружающему миру таким, каков он есть на самом деле, с отличительными особенностями своего организма, определенными качествами характера. Сравнивая и сопоставляя себя с другими, подростку необходимо понимать, что каждый человек по-своему особенный и уникальный. **1 тематический раздел «Это Я!»** предлагает знакомство подростка с внешним миром через представление себя, своего внешнего образа и своего понимания о здоровом образе жизни с помощью психометрического теста. Продолжая фразу «Здоровый образ жизни - это», ребята показывают свое отношение к спорту и физкультуре, здоровому питанию и прогулкам на свежем воздухе, режиму дня и эмоциональному настрою. **2 тематический раздел «Я особенный!»** направлен на то, чтобы каждый подросток понимал, что все люди разные, чтобы принимал себя таким, каков он есть. Подросток, отвечая на вопросы теста, узнают об особенностях своих внешних данных, своевременное обнаружение которых может стать важным шагом на пути к изменению и помочь в выборе определенного вида спортивных занятий, а также определяющим фактором в выборе здорового образа жизни. **Внутреннее пространство «Здравствуйте, люди!»** – его главная идея направлена на то, что подросток, осознавая и принимая свои особенности (вес, хорошее или плохое зрение, наследственные заболевания или хорошее здоровье, и т. д.) как сильные и слабые стороны, может научиться понимать других людей, общаться и выстраивать с ними отношения, преодолевать трудности и достигать своей мечты и цели. **3 тематический раздел «Моя карта здоровья»** - направлен на осознание своих достоинств и недостатков. Наше здоровье напрямую связано с позитивным эмоциональным настроем. Мы должны быть обладать такими качествами, которые помогут нам обрести душевное равновесие, быть великодушными. Некоторые качества человека могут мешать вести здоровый образ жизни. На стенде представлены различные качества человека - достоинства и недостатки. Подростку предлагается представить себя в роли картографа и отметить на своей карте

здоровья свои достоинства и недостатки, свой рост силу, вес в соответствии с возрастом. **4-5 тематические разделы «Я и люди»** направлены на формирование толерантного отношения к людям с ограниченными возможностями (слепой, глухонемой человек и т.д.). Выполняя задания, ребята пытаются по внешнему виду человека (фотографиям) определить, о чем думает человек- подросток, обычный работник, бизнесмен, продавец. И сравнивают свой ответ с настоящими мыслями этих людей. Подростки садятся в инвалидную коляску и пробуют передвигаться. На ощупь определяют, что изображено на картинке. Пытаются без слов объяснить своим товарищам написанную фразу. **6 тематический раздел «Я и люди. Я и спорт»** раскрывает подростку разные модели окружения человека, в которых люди живут и выстраивают друг с другом отношения, подростку предлагается сделать выбор своей модели взаимодействия, и задуматься над тем, как характер взаимодействия с другими людьми влияет на выбор спортивных предпочтений человека. **7 тематический раздел «Терпимость и нетерпимость»** направлен на формирование бережного отношения подростка к своему здоровью и здоровью окружающих их людей, а также нетерпимого отношения к асоциальным явлениям в обществе. Здоровый образ жизни человека зависит от его отношения к еде, вредным привычкам, спортивной деятельности и т.д. Ребята выражают свое отношение к различным ситуациям, представленным на стенде. Основной постулат **8 тематического раздела «Я в ответе?!»** звучит так: «Забота о своем здоровье – это любовь к самому себе». Подростки философствуют на тему здоровья и любви к самому себе и записывают свои постулаты на плакате. Выполнение заданий **9-10 тематических разделов «Мой страх, зачем ты мне?»** предполагает позитивный настрой подростка на осознание и понимание своего страха, который мешает или помогает ему вести здоровый образ жизни. Ребята выходят во внешнее пространство, рисуют свои тревоги, страхи и выкидывают их в мусорную корзину, и возвращаются во внутреннее пространство. **11 тематический раздел «Хорошо и плохо»** предлагает

посмотреть на жизни с двух сторон: с хорошей и плохой, любая ситуация, в которую мы попадаем, может нас чему-то научить. На стенде представлены различные фотографии (культуристы, штангисты, парашютный спорт, фристайл), а также медали, которые имеют лицевую и обратную сторону. Ребята приводят свои примеры хорошей и плохой сторон различных ситуаций из своей жизни, прописывая их на пустых медалях и на плакате. Основной лейтмотив **12 тематического раздела «Преодоление. Лестница успеха»** показывает возможности достижения жизненных побед и спортивных успехов, рекордов через преодоление трудностей и историй успеха современных подростков. На стенде представлены фотографии инвалидов-спортсменов, дипломы, грамоты за достижения и успехи подростков школы №93, расположены авторучки и тетради, в которых ученики пишут истории своих успехов и трудности, с которыми они встретились на пути и преодолели. **13 тематический раздел «Заветное желание»** представлен отдельной кабинкой, закрытой веревочным занавесом, внутри него представлена инсталляция в виде большого волшебного уха, которому можно загадать свое желание. **14 тематический раздел «Вся наша жизнь – игра»** направлен на принятие позитивной жизненной позиции. В жизненной или спортивной игре всегда есть победители, участники, зрители; и каждый вправе решать стремиться к победе или стоять на месте, плыть по течению или созерцать на все происходящее вокруг. На стенде в виде рисунка представлен большой стадион со зрителями, дорогой к спортивному олимпу, спортсмены, олимп, победители, участники разных соревнований). Ребятам предлагается определить свое место на этом стадионе и написать свое имя.

Таким образом, путешествуя по выставке «Философия здорового образа жизни», современный подросток проходит большой круг от самопознания, понимания окружающих людей, самоопределения разных жизненных ситуаций, разностороннего взгляда на спорт, здоровье до саморазвития и самосовершенствования, выбора своего пути к здоровому образу жизни,

своему жизненному и спортивному успеху. Для этого в завершении путешествия каждый посетитель уносит с собой 10 советов, помогающих соблюдать здоровый образ жизни. Путешествие по выставке определяет следующие ожидаемые результаты: получение знаний о себе, (рост, вес, сила, особенности внешность, генетическая предрасположенность к видам спортивной деятельности); знаний об основных составляющих здорового образа жизни; о способах исследования различных предметов; о моделях взаимодействия с людьми; знаний о способах достижения успеха и преодоления трудностей; развитие тактильных ощущений и зрительного восприятия; формирование толерантного отношения к людям с ограниченными возможностями. Для выявления результатов выставки используются методы наблюдения и обобщения материалов самопрезентации подростков и выполненных заданий, метод обратной связи с посетителями посредством вопросов и ответов.

Список используемой литературы

1. Интерактивная выставка для подростков «Шире КРУГ». Методические рекомендации. – Тольятти: ДИС ОАО «АВТОВАЗ», 2003
2. Мартыненко А. В., Валентик Ю. В., Полесский В. А. и др. Формирование здорового образа жизни молодежи. - М.: Медицина, 2009
3. Шухатович В. Р. Здоровый образ жизни// Энциклопедия социологии. - Мн.: Книжный Дом, 2008
4. Энциклопедия психологических тестов. – М.: ЗАО Изв-во ЭКСМО-Пресс, 2000. – 496 с.