

**«Формирование культуры здоровья у подростков и родителей
на интерактивной выставке «Философия здорового образа жизни»
в системе дополнительного образования»**

Горяинова Ж.Н., Меркулова С.В.

Сохранение здоровья школьников – одна из приоритетных задач в деятельности образовательных учреждений города. Работая в данном направлении была разработана интерактивная выставка «Философия здорового образа жизни», как **инновационная форма работы** с учащимися 5-6-7 классов и родителями. В её названии отражена идея разностороннего подхода к теме здорового образа жизни через призму собственного восприятия, понимания, осознания, размышления современного подростка. Выставка является местом для презентации различных материалов по теме (фотографий, информации, заданий, тестов и т.д.); «местом для самопрезентации подростков» (их отношений, высказывания, представления жизненного опыта и т.д.). Материалы их самопрезентации выступают в роли полноценных экспонатов выставки, с которыми могут ознакомиться другие посетители, подростки и родители. **Интерактивный** характер выставки предусматривает комплексное воздействие её материала на чувства, сознание, интеллект, тактильное восприятие, эмоциональную сферу подростков и родителей через совместное выполнение различных заданий. **Цель выставки** – формирование у современных подростков и родителей ответственности за свое здоровье, здоровье семьи и окружающих людей. **Задачи:** 1) познакомить учащихся и родителей с особенностями своего организма, определяющих здоровый образ жизни; 2) способствовать формированию бережного отношения к своему здоровью и здоровью семьи и окружающих их людей; формированию толерантного отношения к людям с ограниченными возможностями (слепой, глухонемой человек и т.д.); нетерпимого отношения к асоциальным явлениям в обществе, 3) показать возможность достижения побед и рекордов через преодоление трудностей. Содержание выставки отражено через тематические разделы выставки. В 1 разделе «Это Я!» учащиеся и родители знакомятся с внешним миром через представление себя, своего внешнего образа и своего понимания о здоровом образе жизни. Им предлагается продолжить фразу «Здоровый образ жизни – это...», нарисовать свой образ, используя геометрические фигуры (круг, квадрат, треугольник, прямоугольник). Во 2 разделе «Я особенный!» посетители отвечают на вопросы тестов, 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. В 3 разделе учащиеся и родители составляют «Карту своего здоровья», определяют свои достоинства и недостатки, которые могут помогать или мешать вести здоровый образ жизни. Задания следующего раздела позволяют подросткам и родителям почувствовать себя в роли слепого, глухонемого человека с ограниченными возможностями. Им предлагается на ощупь определить изображения и текст, без слов объяснить свои мысли. В разделе «Я и люди. Я и спорт» посетителям предлагается сделать выбор своей модели взаимодействия с окружающими людьми, задуматься над тем, как характер взаимодействия с людьми влияет на выбор спортивных предпочтений человека, семьи. Следующий раздел направлен на формирование нетерпимого отношения к асоциальным явлениям в обществе, ведь здоровый образ жизни человека зависит от его отношения к еде, вредным привычкам, спортивной деятельности и т.д. В разделе «Я в ответе?!» подростки и родители размышляют о том, что «Забота о своем здоровье – это любовь к самому себе» через призму своей ответственности. Затем подростки и родители выполняют задание с помощью рисунка и получают позитивный настрой на осознание и понимание своего страха, который мешает или помогает им вести здоровый образ жизни. Задание раздела «Хорошо и плохо» направлено на осознание того, что любая жизненная ситуация может нас чему-то научить. Посетители изучают две стороны «спортивных медалей», приводят примеры хорошей и плохой сторон различных ситуаций из своей жизни. В разделе «Преодоление. Лестница успеха» представлены фотографии инвалидов-спортсменов, истории успеха и трудности школьников, посетителям предлагается осмыслить материал и написать о своих трудностях и их преодолении. Последний раздел направлен на принятие позитивной жизненной позиции, осознание выбора своей роли - победителя, активного участника, зрителя. Наблюдения показали, что задания выставки были интересными и увлекательными, особую **тревогу** у них вызывают потеря близких людей, дорожно-транспортные ситуации, потеря зрения, здоровья; многие подростки, прошедшие выставку, приводили на неё своих друзей, родителей, объясняли им задания. Опыт работы на выставке показал, что учащиеся 5-6-7 классов и родители сформировали комплексное представление о здоровом образе жизни, получили новые знания о себе, о способах достижения успеха и преодоления трудностей, смогли почувствовать себя в роли людей с ограниченными возможностями; сформировали к ним толерантные отношения, а также сформировали ответственность за свое здоровье, здоровье семьи и окружающих людей.