

**Методическое пособие для педагогических работников в
системе дополнительного образования детей**

«Философия здорового образа жизни»

«Инновационная методика создания интерактивной выставки»

Авторы:

Горяинова Жанна Николаевна,

педагог дополнительного образования

СП Центра «Гражданин» МБУ «Школа №93» г.о. Тольятти

Меркулова Светлана Владимировна

педагог дополнительного образования

СП Центра «Гражданин» МБУ «Школа №93» г.о. Тольятти



Тольятти

«Философия здорового образа жизни»

Инновационная методика создания интерактивной выставки

Меркулова Светлана Владимировна, методист дополнительного образования высшей категории

Горяинова Жанна Николаевна, методист дополнительного образования высшей категории

СП Центра «Гражданин» МБУ «Школа №93» г.о. Тольятти

Методическое пособие включает в себя концепцию интерактивной выставки (описание структуры, тематических разделов, выставочной конструкции, организации работы на выставке, рекомендаций по работе с посетителями в других учреждениях, опыта и результатов в школе №93. Приложения включают в себя интерактивные задания, тесты, внешний вид стендов конструкции выставки, фото-отчет о работе с посетителями на выставке. Инновационный характер материала заключается в использовании нетрадиционного подхода в решении задачи здоровьесбережения учащихся посредством создания интерактивного выставочного пространства в школе и комплексного воздействия на чувства, эмоции, сознание, тактильное восприятие подростка. Концепция интерактивной выставки разработана и реализована с использованием различных видов музейной, образовательной, психолого-педагогической и социально-педагогической деятельности, которые в совокупности отражают новизну методического пособия.

Название выставки «Философия здорового образа жизни» выбрано неслучайно. В нем заключается идея разностороннего подхода к теме здорового образа жизни через призму собственного восприятия, понимания, осознания, размышления подростка. Цель выставки – формирование ответственности у современных подростков за свое здоровье и здоровье окружающих людей. Выставка знакомит посетителей с особенностями своего организма, формирует бережное отношение к здоровью своему и окружающих людей, толерантное отношение к людям с ограниченными возможностями, показывает возможность достижение побед через преодоление трудностей. Интерактивный характер выставки предусматривает воздействие информационного материала выставки на сознание, интеллект, эмоциональную сферу подростков через выполнение различных заданий (открой, угадай, что там?).

Методический материал адресован классным руководителям, методистам, педагогам дополнительного образования, руководителям школьных музеев, психологам, которые могут использовать его во внеурочной деятельности, в рамках дополнительного образования с учащимися 5-6-7 классов, для проведения классных часов, для отработки практически навыков обучающихся по музейному и экскурсионному мастерству, в разработке собственных выставок. В деятельности других школ содержательный и иллюстративный материал тематических разделов выставки может быть представлен на информационных стендах в актовом зале, рекреациях.

Содержание	стр.
Введение.....	4
1. Концепция интерактивной выставки.....	7
1.1. Структура выставки, описание тематических разделов.....	7
1.2. Ресурсное обеспечение	13
1.3. Организация работы на выставке.....	17
1.4. Рекомендации по использованию (применению) выставки.....	24
1.5. Используемые источники информации.....	26
2. Из опыта работы на выставке.....	27
2.1. Программа «Дня здоровья».....	27
2.2. Создание выставки и организация работы на ней.	29
2.3. Результаты работы на выставке.....	30
Приложения:	
Приложение А – Приложение Д «Конструкция выставки»	
Приложение 1.1. – Приложение 14.2 «Содержание заданий и тестов выставки»	
Приложение 1.1.А - Приложение 14.1.А «Внешний вид стендов выставки»	
Приложение Фото-отчет о работе с посетителями на выставке	

Введение.

Сохранение здоровья школьников – одна из приоритетных задач в деятельности образовательных учреждений города. Укреплению и сохранению здоровья школьников способствуют различные формы работы, широко используемые во многих школах, это: четкое соблюдение санитарно-гигиенических норм; 100% охват горячим питанием учащихся, посещающих группы продленного дня; 80% охват горячим питанием школьников 1-11 классов; психолого-педагогическое сопровождение образовательного процесса, беседы с учащимися и родителями по формированию здорового образа жизни во время уроков, на классных часах, родительских собраниях, ведение дополнительных занятий физической культуры в классах; увеличения количества кружков, обеспечивающих двигательную активность, организация и проведение для детей и родителей спортивных школьных и городских мероприятий, это выполнение профилактических мероприятий (профилактика ОРВИ, нарушений осанки и т.д.), выполнение упражнений по предупреждению утомляемости глаз на уроках, веселые физкультурные минутки на уроках в начальной школе.

Работая в данном направлении, методисты структурного подразделения центра «Гражданин» МОУ СШ №93 разработали интерактивную выставку «Философия здорового образа жизни» - **как инновационную форму работы** с учащимися, направленную на формирование их здорового образа жизни.

Инновационный характер представленного материала заключается в использовании нетрадиционного подхода в решении задачи здоровьесбережения учащихся посредством создания интерактивной выставки в школе и комплексного воздействия на чувства, эмоции, сознание, тактильное восприятие подростка. В 11-12 лет у детей появляется желание иметь свою точку зрения, всё взвесить и осмыслить, потребность в раздумьях о себе и окружающих, в размышлениях о предметах и явлениях, в том числе о тех, что не даны в непосредственно-чувственном восприятии. Именно в этом возрасте изменяется мышление.

Суть изменения - в переходе от наглядно-образного мышления и начальных форм словесно-логического к гипотетико-рассуждающему мышлению, в основе которого лежит высокая степень обобщённости и абстрактности. Поэтому именно выставочная форма работы для подростков является наиболее приемлемой. В отличие от других традиционных форм работы, **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.). Таким образом, 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?).

Название выставки «Философия здорового образа жизни» выбрано неслучайно. В нем заключается идея разностороннего подхода к теме здорового образа жизни через призму собственного восприятия, понимания, осознания, размышления подростка. В Толковом словаре здоровый образ жизни трактуется как образ жизни отдельного человека с целью профилактики болезней и укрепления здоровья. В переводе с английского «здоровый образ жизни» - это укрепление здоровья. Понятие «здоровый образ жизни» однозначно пока ещё не определено. Представители философско-социологического направления (П. А. Виноградов, Б. С. Ерасов, О. А. Мильштейн, В. А. Пономарчук, В. И. Столяров и др.) рассматривают здоровый образ жизни как глобальную социальную проблему, составную часть жизни общества в целом. В психолого-педагогическом направлении (Г. П. Аксёнов, В. К. Бальсевич, М. Я. Виленский, Р. Дитлс, И. О. Мартынюк, Л. С. Кобелянская и др.) здоровый образ жизни рассматривается с точки зрения сознания, психологии человека, мотивации. Имеются и другие точки зрения (например, медико-биологическая), однако резкой грани между ними нет, так как они нацелены на решение одной проблемы— укрепление здоровья индивидуума.

При разработке концепции интерактивной выставки использовались различные методики музейной, образовательной, психолого-педагогической и социально-педагогической деятельности, совокупность которых подтверждает **новизну методического материала**. Методика музейной деятельности позволяет нам разработать и реализовать концепцию выставки, методика образовательной деятельности - организовать работу с посетителями на выставке, методика психолого-педагогической деятельности дает возможность использовать для диагностики и последующей коррекционной работы различные тесты психологического характера, а также материалы самопрезентации подростков. Методика социально-педагогической деятельности позволяет моделировать различные жизненные ситуации, «попадая» в которые посетители выбирают себе соответствующие им роли и получают социальный опыт взаимодействия.

Методический материал адресован классным руководителям, методистам, педагогам дополнительного образования, руководителям школьных музеев, психологам, которые могут использовать его во внеурочной деятельности, в рамках дополнительного образования с учащимися 5-6-7 классов, для проведения классных часов, для отработки практически навыков обучающихся по музейному и экскурсионному мастерству, в разработке собственных выставок. В деятельности других школ содержательный и иллюстративный материал тематических

разделов выставки может быть представлен на информационных стендах в актовом зале, рекреациях.

Для подробного изучения методики создания интерактивной выставки методисты СП Центра «Гражданин» предлагают рассмотреть методическое пособие, которое имеет следующую структуру:

- в Главе 1 представлена концепция интерактивной выставки, дается структура и описание тематических разделов, особенности организации работы на выставке, рекомендации по использованию (применению) выставки в других учреждениях;
- в Главе 2 описан опыт работы МОУ СШ №93 с учащимися 5-6-7 классов на выставке «Философия здорового образа жизни» в рамках проведения комплексного мероприятия «Дня здоровья».

1. Концепция интерактивной выставки

1.1. Структура выставки, описание тематических разделов

Цель выставки – формирование ответственности у современных подростков за свое здоровье и здоровье окружающих людей.

Задачи:

1. познакомить учащихся с особенностями своего организма (внешние данные, черты характера), определяющих здоровый образ жизни;
2. способствовать формированию
 - 2.1. бережного отношения к своему здоровью и здоровью окружающих их людей.
 - 2.2. толерантного отношения к людям с ограниченными возможностями (слепой, глухонемой человек и т.д.)
 - 2.3. нетерпимого отношения к асоциальным явлениям в обществе,
3. показать возможность достижения побед и рекордов через преодоление трудностей.

Целевая аудитория – учащиеся 5-6-7 классов.

Для достижения целей и задач было принято пространственно-конструктивное решение создания выставки в форме круга, который символизирует вечность и совершенство. Линия круга не имеет ни начала, ни конца, движение по кругу означает постоянное возвращение к самому себе, дает возможность развитию творчества, уверенности, гармонии с самим собой и окружающим миром. При этом задействованы две стороны круга - внутреннее и внешнее пространство выставки. Внешнее пространство предлагает посетителям выставки оценить свои возможности и особенности своего организма, заложенные природой (генетическая предрасположенность). Внутреннее пространство выставки предлагает оценить свой образ жизни, задуматься о том, что можно изменить в своей жизни и как это сделать. Как говорят психологи: «чтобы быть здоровым нужны не лекарства, не врачи и больницы, не аптеки, не медицинские справочники и целители, а образованность, компетентность и ответственность каждого в вопросах собственного здоровья».

«Стены» круга - это место представления различных материалов выставки в виде информации, фотографий, тестов и т.д., а также место самопрезентации подростков в форме ответов на задания, место для высказывания своего мнения, жизненного опыта.

Поставленные задачи определили логическое содержание тематических разделов внутреннего и внешнего пространства выставки «Философия здорового образа жизни» через определенные задания, которые мы рассмотрим ниже. Для комплексного восприятия тематического и практического содержания выставки мы использовали сквозную цифровую и буквенную нумерацию. Цифровая нумерация используется для обозначения тематического раздела, задания, приложения с содержанием задания, приложения для изображения стенда

выставки, к последнему добавляется буквенная нумерация в алфавитном порядке. Например, Тематический раздел 1, Задания 1.; Приложение 1., Приложение 1 А и т.д. Каждое задание располагается на одном стенде выставки.

Внешнее пространство.

«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!» - он предлагает знакомство подростка с внешним миром через представление себя, своего внешнего образа и своего понимания о здоровом образе жизни. Геометрические фигуры, с помощью которых ребята себя рисуют, позволяют подростку интерпретировать развитие своего организма. Задание позволяет педагогам и психологам сопоставить внешнее и внутреннее представление подростка о себе (осознать комплекс в построении мужской и женской фигуры, худобу, полноту, выражение мужского или женского начала).

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!» - он направлен на то, чтобы каждый подросток понимал, что все люди разные, чтобы принимал себя таким, каков он есть. Ребята измеряют свой рост и сравнивают его с ростом знаменитых спортсменов. Отвечают на вопросы тестов «Развитость оперативной слуховой памяти», «Развитость долговременной слуховой памяти», «Предрасположенность к видам спорта», «Оперативная зрительная память», «Долговременная зрительная память», «Предрасположенность к экстремальным видам спорта (в том числе к укачиванию)» для исследования задатков способностей. Индивидуальные тесты предлагают исследовать соответствующие задаткам гены по их внешним проявлениям – по форме носа, уха, губ и т.д. 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.

Переход во внутреннее пространство

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. Не зря в народе говорят «в здоровом теле - здоровый дух». А это значит, что мы должны быть обладать такими качествами, которые помогут нам обрести душевное равновесие, быть великодушными. Некоторые качества человека могут помешать вести здоровый образ жизни. Например, жадность в еде приведет к лишнему весу и сопутствующим заболеваниям. Организованность и воля помогут соблюдать режим дня. Достоинствами гордятся, признание своих недостатков самому себе является началом изменений. На стенде в виде большой планеты представлены различные качества человека - достоинства и недостатки: трудолюбие, воля, интеллект, жизнелюбие, хамство, верность, доброта, любовь, зло, глупость, трусость, упорство, долг, целеустремленность, отзывчивость, забота, жадность, лень, упрямство, сочувствие, равнодушие, жалость, радушие, прямодушие, злорадство, рвение, стремление, правдолюбие, лживость, вредность, бескорыстность, участие, беспринципность, мягкость, вежливость, бесхарактерность, сострадание, бережливость, злость, свирепость, жестокость, мудрость, храбрость, мужество, смелость, героизм, безжалостность, корыстность, ум, вероломство, внимательность, бессердечие, чуткость, сердечность.

Картографы составляют карты, отмечая на них горы, реки, материки и т.д. Подростку предлагается представить себя в роли картографа и отметить на своей карте здоровья свои достоинства и недостатки, свой рост, вес, силу. Определив свой вес, подростки могут проверить, соответствует ли он его возрасту, росту, полу.

4-5 тематические разделы «Я и люди» - направлены на формирование толерантного отношения к людям с ограниченными возможностями (слепой, глухонемой человек и т.д.), его задания помогают подростку лучше понимать других людей, освоить и отработать коммуникативные навыки общения, почувствовать себя в роли другого человека. Выполняя задания в этих разделах, 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. Подросток выбирает планету, которая наиболее всего подходит к его образу жизни, получает советы, как вести себя на той или иной планете людей. Планета № 1: ты живешь в окружении людей, которые сильнее тебя, могущественнее, и ты им подчиняешься. Планета № 2: на ней ты - лидер, остальные во многом тебе уступают и подчиняются. Планета №3: на ней ты одинок. Планета № 4: ты живешь в окружении людей, где все равноправны. Подросток анализирует свое поведение с друзьями, с родными людьми. Рассматривая фотографии на стенде, соотносит их со спортивной деятельностью в своей семье, соотносит спортивные предпочтения своей семьи и виды планет людей.

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. Быть терпимым – значит уважать и принимать другие взгляды, мнения, поступки. Нетерпимость – это категорическое отторжение, неприятие, противодействие чего-либо при любых обстоятельствах. Здоровый образ жизни человека зависит от его отношения к еде, вредным привычкам, спортивной деятельности и т.д. Если ты равнодушен к асоциальным явлениям, понимаешь, что большое количество инвалидов в стране и городе - это показатель плохой экологии, качества жизни людей, значит, ты можешь измениться сам и изменить эту ситуацию. Выражая свое отношение к бездомным детям, мы должны понимать, что жизнь на улице без присмотра родителей - это антисанитария, недоедание, недостаточное для физиологического развития организма количество белков, витаминов. И, как следствие, болезни, а не романтика свободной жизни. Ребята выражают свое отношение к различным ситуациям, представленным на стенде.

8 тематический раздел «Я в ответе?!» - основной постулат этого раздела звучит так: «Забота о своем здоровье – это любовь к самому себе». Обязанность – это определенный круг действий, возложенных на тебя и безусловных для выполнения. Но человек становится личностью только тогда, когда он добровольно и сознательно принимает на себя ответственность. Если этого нет, люди не зависимо от возраста остаются детьми. Антуан де

Сент-Экзюпери сказал, что «если я принимаю всю ответственность на себя, я тем самым отстаиваю свои человеческие возможности». Подростки философствуют на тему здоровья и любви к самому себе и записывают свои постулаты на плакате.

9-10 тематические разделы «Мой страх, зачем ты мне?» - занимаясь различными видами спорта, а также в различных жизненных ситуациях человеку свойственно испытывать чувства страха. Чувство страха сопровождает нас всю жизнь – страх перед чем-то новым, страх потерять кого-то, страх одиночества, страх быть непонятым ит.д. Что лучше спрятать свой страх или бороться с ним? Иногда страх спасает нас от необдуманных поступков. По словам Ганса Селье: «От тревоги нельзя убежать, через неё необходимо пройти». Стенды 9 и 10 имеют круглые отверстия для входа и выхода. На стенде 9 надпись: «Добро пожаловать!» - это «вход в мир тревог», на стенде 10 надпись: «Выход есть!». Выполнение задания 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. Затем возвращаются во внутреннее пространство.

11 тематический раздел «Хорошо и плохо» - на все, что происходит в нашей жизни можно посмотреть с двух сторон: с хорошей и плохой, любая ситуация, в которую мы попадаем, может нас чему-то научить. Главное уметь размышлять анализировать, а не слепо следовать экстремальным и модным видам спорта, красивым образам (культуризм, солярий и т.д.) Красота требует жертв, но часто мы расплачиваемся за моду и красоту своим здоровьем.

На стенде представлены различные фотографии (культуристы, штангисты, парашютный спорт, фристайл), а также медали, которые имеют лицевую и обратную сторону. Ребята, читают тексты на медалях и приводят свои примеры хорошей и плохой сторон различных ситуаций из своей жизни, прописывая их на пустых медалях и на плакате.

12 тематический раздел «Преодоление. Лестница успеха» - жить в мире и согласии с самим собой хорошо, но часто на пути к достижению цели нам встречаются различные трудности, иногда жизнь ставит перед нами серьезные проблемы, создает препятствия, которые мы учимся преодолевать. Японская мудрость гласит: «Если ты на пути не встретил препятствий, значит, ты не состоялся». Этот раздел показывает возможности достижения жизненных побед и спортивных успехов, рекордов через преодоление трудностей и историй успеха современных подростков.

На стенде представлены фотографии инвалидов-спортсменов. Большое желание жить помогло им найти новый смысл в жизни. Также на стенде представлены дипломы, грамоты за достижения и успехи подростков школы №93, расположены авторучки и тетради, в которых ученики написали истории своих успехов и трудности, с которыми они встретились на пути и преодолели. Подросткам предлагается осмыслить материал и написать о своих трудностях и преодолениях.

13 тематический раздел «Заветное желание» - дает возможность задуматься о своих мечтах, желаниях. Ведь жизнь человека во многом определяется тем, что мы думаем о себе, о чем мечтаем, чего хотим достичь. Лев Толстой говорил: «думай хорошо, и мысль созреет в хорошие поступки». Настрой человека может творить чудеса, это доказано жизнью. Когда мы четко формулируем свое намерение, происходит самовнушение. Мы программируем себя на успешное достижение цели. Во что мы верим, то с нами и происходит.

Раздел представлен в виде отдельной кабинки, закрытой веревочным занавесом. Внутри кабинки представлена инсталляция в виде большого волшебного уха.

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. Труднее всего подниматься вверх к победе, это требует усилий. Но подняться можно только тогда, когда хочешь, можешь и действуешь. Помни – ты уже на пути к здоровому образу жизни. Ты справишься, у тебя всё получится!

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 не предполагает глубокое личностное изменение подростка, однако определяет следующие **ожидаемые результаты**:

- получение знаний о себе, (рост, вес, сила, особенности внешность, генетическая предрасположенность к видам спортивной деятельности);

- получение знаний об основных составляющих здорового образа жизни;
- получение знаний о способах исследования различных предметов;
- получение знаний о моделях взаимодействия с людьми;
- получение 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.

1.2. Ресурсное обеспечение (конструкция выставки, вспомогательное оборудование, расходные материалы).

Описание конструкции выставки «Философия здорового образа жизни».

Выставка «Философия здорового образа жизни» включает в себя 14 стендов, соединенных между собой в форме круга (Приложение А).

Каждый стенд – это разборный металлический каркас с крючками, на который с помощью веревки (толщина 5 мм) надевается двусторонний баннер (высота 146 см, длина 135 см). По периметру каждого баннера на одинаковом расстоянии расположено 32 люверса диаметром 2 см (металлическое отверстие) для продевания веревки (Приложение Б). Расход веревки для крепления 1 баннера составляет 10 м.

Каркас состоит из 2-ух вертикальных (высота 1,80 см, диаметр 24 мм) и 2-ух горизонтальных металлических стоек (длина 1,50 см, диаметр 24мм) с металлическими крючками по 8 и 9 крючков на каждой соответственно. Сверху и снизу вертикальных стоек приварены металлические трубки для соединений (длина 6 см, диаметр 22мм) (Приложение В)

На каждой вертикальной стойке на расстоянии 15 см от верха расположена шарнирная петля (она состоит из нижней и верхней петли), которая дает возможность при соединении конструкций выстраивать их в форме круга, квадрата.

Стенды №1 (вход на выставку), **стенды №7-8** (для тематического раздела «Мой страх, зачем ты мне?») отличаются от других стендов круглым отверстием для входа диаметром 100 см и соответственно конструкцией. Для каркаса этих стендов используются 2 вертикальные стойки, 2 горизонтальные стойки, к последним посередине приварены металлические трубки (длина 6 см, диаметр 22 мм). Для круглого входа используется металлический круг (диаметр 100 см) с двумя металлическими штырями (длина 40 см, диаметр 24мм). Баннеры для этих стендов также посередине имеет круглое отверстие диаметром 100 см (Приложение Г)

Для выполнения задания в 13 тематическом разделе «Заветное желание» **стенды №11,12,13** соединяются в виде буквы «П» и сверху фиксируются горизонтальной металлической трубкой, на которую надевается веревочный занавес. (Приложение Д). Образуется кабинка, внутри которой размещается экспонат – арт объект в виде большого «волшебного уха» (высота 80 см, ширина 35 см)

Таким образом, для создания выставки необходимо иметь **следующую конструкцию:**

Вертикальные металлические стойки с 8 крючками и нижней петлей на каждой – 14 шт.

Вертикальные металлические стойки с 8 крючками и верхней петлей на каждой – 14 шт.

Горизонтальные металлические стойки с 9 крючками – 23 шт.

Горизонтальные металлические стойки с 8 крючками и приваренными посередине трубками длиной 6 см – 6 шт.

Металлический круг диаметром 100 см с 2 металлическими штырями 40 длиной см – 3 шт.

Баннер с 32 люверсами – 11 шт.

Баннер с 32 люверсами и отверстием посередине диаметром 100 см – 3 шт.

Карман из баннера (ширина 30 см, высота 20 см) с 2 люверсами по краям – 4шт.

Веревка (толщина 5 мм) для крепления баннера и карманов – 140 м.

Общее количество люверсов – 448 шт.

Вспомогательное оборудование включает в себя:

Пластиковые круги диаметром 30 см – шт.

Пластиковые овалы (длина 30 см, высота 20 см) – 4 шт.

Овальное зеркало (высота 30 см, ширина 20 см) – 2 шт.

Стол – 5 шт.

Мусорная корзина – 2 шт.

Магнитофон – 1 шт.

Удлинитель 3/5 м – 1 шт.

Черный мешок с игрушками из разного материала и разными по форме (металл, пластмасса, мягкая игрушка, овал, круг и т.д.) – 1/10 шт.

Разноцветный пояс – 5 шт.

Напольные весы – 1 шт.

Силомер – 1 шт.

Сантиметровая лента – 3 шт.

Инвалидная коляска – 1 шт.

Задания с выпуклыми буквами, рисунками – 5 шт.

Расходные материалы:

Комплект картриджей для фото-принтера	1 шт.
Ватман	20 шт.
Цветные маркеры	30 шт.
Воздушные шарики	200 шт.
Пластилин	3 коробки
Авторучки	50 шт.
Бумага ксероксная	1 пачка
Фломастеры	3 пачки
Восковые мелки	5 коробки
Двусторонний скотч	1 шт.
Зажимы маленькие	10 коробок
Нить суровая	1 моток

Пояснения к вспомогательному оборудованию и расходным материалам.

Карманы из баннера необходимы для размещения в них различных заданий.

Зеркала – для рассматривания внешних особенностей – линий носа, губ, брови и т.д. при выполнении заданий-тестов.

Столы необходимы для рисования страхов, выполнения творческих заданий, 2 стола с мусорной корзиной размещаются с внешней стороны стендов №7-8, 3 стола внутри выставочного пространства.

Черный мешок с игрушками из разного материала и разными по форме, разноцветные пояса, инвалидная коляска, фразы из детских сказок, картон с выпуклыми буквами, рисунками необходимы для создания и проживания образа глухонемого, слепого человека, инвалида – людей с ограниченными возможностями.

Напольные весы, силомер, ростомер, воздушные шарики, сантиметровая лента используются для измерения силы кисти, веса, роста, силы легких, объема головы и составления «личной карты здоровья».

Ватман, бумага ксероксная, маркеры, авторучки, фломастеры, восковые мелки – нужны для выполнения письменных и творческих заданий.

Двусторонний скотч, зажимы маленькие, нить суровая используются для развешивания в пространстве выставки ватмана, маркеров, выполненных заданий посетителей выставки.

Пластилин, фасоль, семечки, мелкие камушки используются для создания выпуклых букв, рисунков.

Комплект картриджей для фото-принтера необходим для печати разных фотографий и заданий.

Магнитофон используется для создания благоприятной атмосферы и позитивного настроя при выполнении заданий.

Таким образом, наличие всех перечисленных элементов конструкции, вспомогательных материалов позволяет произвести **монтаж выставки**.

В монтаже выставки могут участвовать минимально 2-3 человек. Один человек может собрать все стенды, разложив их на полу. Но при соединении всей конструкции один человек вертикально держит один стенд, другой человек держит следующий стенд и одновременно их соединяет и т.д. При монтаже более 5 стендов возможно «заваливание» конструкции, поэтому необходима помощь третьего человека.

Сначала собираются металлические каркасы выставки, которые образуют стенды выставки. К вертикальной стойке с верхней шарнирной петлей присоединяются верхняя и нижняя горизонтальные стойки, затем к ним присоединяется вертикальная стойка с нижней шарнирной петлей. Остальные каркасы монтируются аналогично. При соединении одного стенда к другому стенд с верхней шарнирной петлей насаживается на стенд с нижней шарнирной петлей и вся конструкция сразу выстраивается по кругу, а стенды №11,12,13 должны образовать кабинку.

При сборке стендов №1, №7-8 к вертикальной стойке с круглым отверстием сверху и снизу присоединяются горизонтальные стойки, а затем к ним слева и справа примыкают вертикальные стойки.

Диаметр собранной конструкции составляет 6 м, общая площадь, необходимая для экспонирования выставки занимает около 10 кв.м.

Монтаж металлической конструкции занимает 45 мин.

Параллельно (так быстрее) или последовательно с монтажом металлической конструкции ведется шнуровка баннера, которую может осуществлять один человек. Нарезанная по 10 м веревка неплотно продевается через каждое отверстие (люверс), образуя воздушные петли. Концы веревки завязываются слабым узлом. Шнуровка баннера занимает 1 час.

Затем поочередно согласно концепции выставки на металлические каркасы развешиваются баннеры. В этой работе участвуют 2 человека. Один человек сначала на крючки верхней горизонтальной стойки накидывает веревку баннера, равномерно распределяя её по стенду, затем два человека надевают веревку на боковые крючки вертикальных стоек, также равномерно распределяя баннер. При необходимости веревку подтягивают, чтобы баннер висел на стенде ровно без перекосов, и только затем туго завязывают узел. Развешивание баннеров занимает 45 минут.

На каждый стенд собранной полностью конструкции выставки размещаются задания, используя ножницы, скотч, веревки; развешиваются карманы, маркеры, раскладываются раздаточные материалы. Эта работа занимает 30 минут, если в ней в целом участвуют 20 человек, по 2 человека на каждый стенд (кроме стендов №1,7,8)

Таким образом, 180 минут (3 часа) – это минимальное количество времени, необходимое для монтажа выставки.

1.3. Организация работы на выставке с посетителями.

Путешествие по выставке начинается с внешнего пространства и последовательного выполнения заданий от 1.1. до 2.3. Затем осуществляется переход во внутреннее пространство выставки и продолжение выполнения заданий. Выход во внешнее пространство и выполнение задания по разделу «Мой страх, зачем ты мне?» происходит через стенд №7, далее через стенд №8 - возвращение во внутреннее пространство выставки.

Стенды внешнего пространства выставки могут быть полностью или частично задействованы под задания, что обеспечивает организованную работу с посетителями на выставке. При этом задания внешнего пространства могут быть представлены на стендах в 2-3-4 вариантах. При размещении заданий во внешнем пространстве необходимо исключить использование внешних стен кабинки, так как конфиденциальность «загадывания желания» внутри кабинки несовместимо с выполнением заданием с её внешней стороны. Тесты для задания 1.3. могут периодически меняться, что обеспечивает постоянный интерес посетителей к выставке, а могут быть представлены в полном объеме, что послужит последовательному распределению посетителей во внешнем пространстве и организованному выполнению заданий.

На выставке может работать любой педагог, классный руководитель, методист, психолог, социальный работник, предварительно ознакомившийся с её материалами. Педагог на выставке выступает в роли путеводителя, он вводит посетителей в тему каждого раздела, дает задания и наблюдает за ходом их выполнения.

Выставка предусматривает индивидуальную или групповую работу с посетителями. Если на выставке работает 1 педагог, то 10 человек – это максимальное количество посетителей в группе. При наличии 2 педагогов на выставке можно организовать работу двух групп по 10 человек в каждой, при этом необходимо соблюсти 20-ти минутный интервал между группами. То есть, как только первая группа зайдет во внутреннее пространство, вторая группа может приступить к выполнению заданий во внешнем пространстве.

Главная особенность выставки заключается в том, что при выполнении заданий нет правильных и неправильных ответов и решений, любой вариант принимается как индивидуальный подход в его решении каждым подростком.

Время работы посетителей на выставке составляет 45 мин.

Работа педагога с группой посетителей на выставке.

Педагог встречает посетителей перед входом на выставку, приветствует и сообщает, что сегодня совершается необычное путешествие по выставке, которая называется «Философия здорового образа жизни».

Педагог задает вопрос: *Как вы думаете, что такое философия?* Выслушивает варианты ответов детей

Педагог сообщает, что сегодня, путешествовать по выставке все будут в роли маленьких философов. Что придется рассуждать, высказывать свои мысли, свои позиции. О том, что на пути посетители попадут в разные, в том числе и трудные жизненные ситуации, смогут выполнить творческие задания, дать полезные советы таким же подросткам, сделать для себя много новых открытий.

Прежде чем отправиться в путь, предлагает познакомимся, но не совсем обычным способом.

Подходят к стендам №2-3-4 внешнего пространства.

1 тематический раздел «Это Я!»

Задание 1.1. Нарисуйте свой образ, используя фигуры – треугольник, круг, квадрат, и напишите свое имя. (Приложение 1.1, Приложение 1.1.А)

Педагог комментирует работу ребят, говорит, что рисунки напоминают наскальную живопись – символические рисунки первобытных людей. Во все времена люди бережно относились к своему здоровью. Так, например, древний человек, чтобы не заболеть, защититься от жаркого солнца, ветра, дождя и снега, научился не только изготавливать себе одежду, но и строить жилище. На Тибете с давних времен люди считали, что для соблюдения здорового образа жизни главное – это избегать неподходящее для человека питание и поведение.

Далее педагог предлагает написать о том, что они думают о здоровом образе жизни.

Задание 1.2. Продолжите фразу «Здоровый образ жизни – это.....» (Приложение 1.2.А)

Некоторые фразы ребят можно зачитать слух.

Переход к стендам №5-6-9-10 внешнего пространства

2 тематический раздел «Я особенный!»

Каждый человек не только мыслит по-своему, каждый из нас наделен своими природными качествами. Хотите узнать о себе больше, о своих особенностях?

Задание 2.1. Вам нужно ответить на вопросы разных тестов и выявить особенности своей личности, обусловленные природными задатками. (Приложение 2.1., Приложение 2.1.А) Если полученные результаты вас удивят, отнеситесь к этому спокойно, посмотрите снова на себя в зеркало и скажите: «Я особенный, второго такого человека на свете больше нет!»

Люди не только выглядят по-разному, у каждого из нас особое зрение, которое позволяет нам видеть то, что не могут видеть другие.

Задание 2.2. Проверь особенности своего зрения с помощью картинок, что вы видите? (Приложение 2.2.А)

Обсуждение увиденного вслух.

Наверное, у многих из вас есть любимые спортсмены, на которых вы стремитесь быть похожими. Некоторых из них вы можете увидеть на нашем необычном ростомере.

Задание 2.3. Измерьте свой рост с помощью ростомера и сравните его с ростом знаменитых спортсменов (Приложение 2.3.А)

Ребята по очереди, или по желанию выполняют это задание.

Педагог говорит о том, что ребята многое о себе узнали, свои особенности, отличительные черты, они даны от природы, ваших родителей, и нет необходимости их менять. «Мы должны принимать себя такими, какие мы есть на самом деле. Человек познает все время, всю жизнь и новые знания позволяют ему менять свой внутренний мир, свое поведение, отношение к кому или чему-либо.»- говорит педагог и предлагает перейти во внутреннее пространство.

Переход во внутреннее пространство выставки.

Педагог сообщает: «Чтобы лучше ориентироваться в дороге путешественники берут с собой карту, или составляют её самостоятельно в пути. Каждому из вас тоже предстоит составить карту, но необычную – «карту своего здоровья» в виде планеты»

Подходят к стенду №2 внутреннего пространства

3 тематический раздел «Моя карта здоровья»

Задание 3.1. Для этого из кармашка возьмите листочки – светлым фломастером напишите те качества, которые помогают вам вести здоровый образ жизни, темным фломастером

напишите качества, которые вам мешают вести здоровый образ жизни. (Приложение 3.1.А)
Некоторые качества написаны на стенде, вы можете их прочитать.

Задание 3.2. Измерьте свой вес помощью напольных весов, которые расположены рядом со стендом. Свой результат нанесите на карту, узнайте, соответствует ли ваш вес вашему росту (Приложение 3.2.).

Задание 3.3. С правой стороны стенда в кармашке находится силомер, с его помощью измерьте силу кисти руки. Свой результат нанесите на карту, проверьте, соответствует ли ваша сила вашему возрасту, росту, полу (Приложение 3.2.).

Задание 3.4. С левой стороны стенда в кармашке лежат воздушные шарики. Измерьте силу легких – попробуйте надуть воздушный шарик за 5 секунд. Если у тебя не получилось – не отчаивайся, спокойно надуйте шарик и отправляйся путешествовать дальше по выставке.

Педагог предлагает прикрепить свою своеобразную личную карту на стенд или взять с собой.

Переход к стенду №3.

4-5 тематические разделы «Я и люди!».

Задание 4.1. Перед вами фотографии разных людей (уборщица, бизнесмен, современный подросток). Можно ли судить о людях по их внешнему виду, роду занятий? Как вы считаете, о чем думают эти люди? (Приложение 4.1.А)

Варианты ответов детей.

А теперь отодвиньте таблички и прочитайте, о чём они думают на самом деле.

Уборщица думает: «Да, на третьей работе я устаю, но мне необходимо заработать деньги для ребенка на операцию по пересадке почки»

Бизнесмен думает: «Не забыть перечислить деньги в фонд помощи детям-инвалидам»

Подросток думает: «Мой сосед Петька – очень интересный парень и хороший друг, хоть и слепой от рождения»

Продавец шаурмы думает: «Завтра оформляю последние документы и открываю свой спортивный центр для людей с ограниченными возможностями»

Педагог спрашивает: Ребята, как вы думаете, каких людей называют с ограниченными возможностями?

Варианты ответов детей

Педагог спрашивает: А как вы думаете, легко ли жить людям с ограниченными возможностями?

Не спешите ответить на этот вопрос, попробуйте выполнить следующие задания.

Задание 5.1. Почувствуйте себя в роли слепого человека.

На стенде висят разноцветные пояса. Возьмите со стенда любой пояс и завяжите себе глаза. Каждому из вас я раздам картон. Вам на ощупь надо определить, что изображено или написано на нем. (Приложение 5.1.)

Варианты ответов детей

А теперь снимите пояс и проверьте себя.

По очереди подойдите к черному мешку, который висит перед вами на стенде, на ощупь определите, какой предмет находится в нем, опишите его.

Высказывания и описания детей

Достаньте предмет и проверьте себя.

Задание 5.2. Почувствуйте себя в роли глухонемого человека. Каждому из вас я раздам листочек с заданием, прочитайте его, никому не показывая.

Встаньте полукругом. Каждый по очереди с помощью мимики и жестов будет передавать написанную на листе информацию. (Приложение 5.2.)

Дети угадывают, какую информацию передает ведущий.

Задание 5.3. Попробуйте себя в роли инвалида. Перед вами стоит инвалидная коляска, по очереди сядьте в неё и попробуйте проехать несколько метров.

Какие чувства вы испытывали при выполнении этих заданий?

Варианты ответов детей

Все люди разные, у каждого свой характер, свои привычки. С одними людьми мы дружим, с кем-то нам общаться не очень неприятно. Каждый выбирает свое окружение.

Переход к стенду №4

6 тематический раздел «Я и люди. Я и спорт»

Задание 6.1. Перед вами 4 планеты людей. Внимательно рассмотрите их (Приложение 6.1., Приложение 6.1.А). На какой планете предпочитает жить каждый из вас? Почему?

Ребята по очереди высказываются

На оборотной стороне прочитайте советы, как вести себя на выбранной тобою планете.

Ребята читают советы (Приложение 6.1.)

Задание 6.2. Рассмотрите фотографии на стенде:

- папа, мама, я – спортивная семья,
- одиночное плавание в бассейне,
- шахматный турнир,
- зритель на стадионе,
- просмотр спортивной телепередачи дома на диване

Каким видом спорта предпочитают заниматься люди на твоей планете?

Ребята по очереди высказывают свои мнения.

Переход к стенду №5

7 тематический раздел «Терпимость и нетерпимость».

Оказывается, здоровый образ жизни человека зависит от его отношения к еде, вредным привычкам, спорту и т.д. К разным ситуациям или вещам мы можем относиться нетерпимо или терпимо. Часто мы находимся на грани между этими противоположными качествами.

А что значит быть терпимым или толерантным?

Варианты ответов детей.

Совершенно верно, быть терпимым – значит уважать и принимать другие взгляды, мнения, поступки. Нетерпимость – это категорическое отторжение, непринятие, противодействие чего-либо при любых обстоятельствах.

Задание 7.1. Напишите, как вы относитесь к этим ситуациям? (Приложение 7.1.А)

Вы можете высказывать любое свое мнение, но не будьте терпимо равнодушными людьми.

Ребята работают самостоятельно, некоторые ситуации можно обсудить вместе.

Переход к стенду №6

8 тематический раздел «Я в ответе?!».

Один из пословиц гласит: «Забота о своем здоровье – это любовь к самому себе».

Ребята, а что делаете вы, заботясь о своем здоровье? Для вас это обязанность?

Варианты ответов детей.

Обязанность – это определенный круг действий, возложенных на тебя и безусловных для выполнения. Но человек становится личностью только тогда, когда он добровольно и сознательно принимает на себя ответственность. Если этого нет, люди не зависимо от возраста остаются детьми.

Задание 8.1. Можете ли вы взять на себя ответственность? Выберите свой вариант ответа:

- Я люблю быть ответственным
- Я не всегда бываю ответственным, но стремлюсь им быть,
- Я могу отвечать за что-то, если нужно, но предпочитаю, чтобы это сделал кто-то другой.

Дети высказывают свои варианты ответов.

Задание 8.2. Напишите, за что вы в ответе? (Приложение 8.2.А)

Педагог спрашивает: В различных жизненных ситуациях человеку свойственно испытывать чувства беспокойства, тревоги, страха. Что лучше спрятать свой страх или бороться с ним?

Варианты ответов детей.

По словам Ганса Селье: «От тревоги нельзя убежать, через неё необходимо пройти».

Вот и мы сейчас перейдем в другое пространство и выполним задание- предлагает педагог.

Переход через круглое отверстие стенда №7 во внешнее пространство.

Задание 9.1. Нарисуйте свой страх и напишите историю про него, а затем выбросите его в мусорную корзину. (Приложение 9.1.А)

Вы справились с заданием и теперь можем вернуться во внутреннее пространство.

Переход через круглое отверстие стенда №8 во внутреннее пространство.

Подход к стенду №9

11 тематический раздел «Хорошо и плохо»

На все, что происходит в нашей жизни можно посмотреть с двух сторон: с хорошей и плохой, любая ситуация, в которую мы попадаем, может нас чему-то научить. Часто за наши увлечения спортом и за то, чтобы выглядеть красиво мы расплачиваемся своим здоровьем.

Задание 11.1. Рассмотрите внимательно фотографии, и прочтите надписи на лицевой и оборотной сторонах медали (Приложение 11.1. А).

Можно предложить ребятам вспомнить свои ситуации, которые их чему-то научили.

Подход к стенду №10.

12 тематический раздел «Преодоление. Лестница успеха»

Часто на пути к достижению цели нам встречаются различные трудности, иногда жизнь ставит перед нами серьезные проблемы, создает препятствия, которые мы учимся преодолевать. Японская мудрость гласит: «если ты на пути не встретил препятствий, значит, ты не состоялся».

Задание 12.1. Посмотрите на фотографии инвалидов-спортсменов. Большое желание жить помогло им найти новый смысл в жизни и добиться спортивных успехов (Приложение 12.1.А)

Задание 12.2. Прочитайте истории успеха спортсменов – учеников нашей школы, которые наглядно дополнены дипломами и грамотами (Приложение 12.2)

Задание 12.3. На стенде также расположены тетради и авторучки. Напишите, какие трудности встретились вам на жизненном или спортивном пути, как вы их преодолели, кто вам в этом помог. Напишите о своих рекордах и достижениях, как и кто помог вам их достичь? Ваши советы обязательно кому-нибудь помогут.

Подход к кабинке (стенды №11,12,13)

13 тематический раздел «Заветное желание».

Жизнь человека во многом определяется тем, что мы думаем о себе, о чем мечтаем, чего хотим достичь. Настрой человека может творить чудеса, это доказано жизнью. Когда мы четко формулируем свое намерение, происходит самовнушение. Мы программируем себя на успешное достижение цели. Во что мы верим, то с нами и происходит.

Задание 13.1. Каждый из вас по очереди зайдет в кабинку и шепнет свое желание на «волшебное ушко». Чтобы ваши мечты исполнились необходимо загадывать желания по правилам (Приложение 13.1.)

Подход к стенду № 14.

14 тематический раздел «Вся наша жизнь – игра».

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. Перед вами коллаж, на котором представлен большой стадион со зрителями, дорога к спортивному олимпу, спортсмены, олимп, победители, участники разных соревнований.

Задание 14.1. Определите свое положение на этом коллаже, напишите свое имя в любом месте стадиона (Приложение 14.1.А).

Труднее всего подниматься вверх к победе, это требует усилий. Но подняться можно только тогда, когда хочешь, можешь и действуешь. Помните – вы уже на пути к здоровому образу жизни. Вы справитесь, у вас всё получится!

Ребята, а что вам больше всего понравилось на выставке?

Варианты ответов детей.

В завершении путешествия каждый из вас унесет с собой советы, которые помогут вам в любых жизненных трудностях, а также достичь успехов и вести здоровый образ жизни (Приложение 14.2)

1.4. Рекомендации по использованию (применению) выставки.

Выставка «Философия здорового образа жизни» может быть использована в работе с посетителями в разных учреждениях: медицинских, общего и дополнительного образования, учреждений культуры и спорта. Ознакомиться с методикой создания и реализации концепции интерактивной выставки «Философия здорового образа жизни» могут классные руководители, методисты, педагоги физической культуры, педагоги дополнительного образования, терапевты, психологи, научные сотрудники, экскурсоводы, руководители школьных музеев. Они могут использовать её в работе с учащимися 5-6-7 классов во внеурочной деятельности, в рамках

дополнительного образования, во время проведения классных часов, в качестве отработки практически навыков обучающихся по музейному и экскурсионному мастерству, в разработке собственных выставок.

Выставка может быть экспонирована (размещена) в актовом зале, рекреациях, при этом площадь свободного пространства, необходимого для выставки должна составлять 10 кв. м (10 мх10м).

Такие вспомогательные материалы, как весы (дети могут знать свой вес), силомер, инвалидная коляска на выставке могут отсутствовать – их отсутствие не влияет на концепцию выставки и содержание тематических разделов.

В заданиях №№2.2., 3.2, 3.3, 5.1, 5.3, 6.2, 7.1, 11.1, 12.1, 12.2 можно использовать другие иллюстративные и информационные материалы. В заданиях № 12.2 – целесообразно использовать материал конкретного учреждения, рассказывающий о спортивных достижениях и успехах своих сотрудников, воспитанников.

При необходимости на свободном стенде внешнего пространства могут размещаться рекламные буклеты о спортивных центрах, секциях, кружках дополнительного образования или их можно раздавать в конце работы с посетителями на выставке.

Вместо металлической конструкции и баннеров для размещения заданий, содержательного и иллюстративного материала тематических разделов выставки можно использовать стандартные информационные стенды на ножках, вместо карманов - коробки. В этом случае стенды образуют разомкнутый круг, чтобы обеспечить выход во внешнее и вход во внутреннее пространство при выполнении задания в тематическом разделе «Мой страх зачем ты мне?».

Дополнительно в работу с посетителями можно внедрить такую форму работы, как самостоятельное путешествие по выставке с помощью путевода, который включает в себя обращение к посетителям, а также задания. Для этого необходимо разработать формат, дизайн путевода, обеспечить его тиражирование для определенного количества посетителей.

Также можно продумать более компактный вариант выставки, например, «выставка в чемодане, или выставка-раскладушка». При этом иллюстративный, содержательный материалы по каждому разделу и задания могут быть представлены на небольших по размеру картонных стендах в виде складных треугольных домиков.

1.5. Источники информации.

1. Изуткин Д. А. Формирование здорового образа жизни. — Советское здравоохранение, 1984, № 11, с. 8-11.
2. Мартыненко А. В., Валентик Ю. В., Полесский В. А. и др. Формирование здорового образа жизни молодежи. — М.: Медицина, 2009
3. Макарова Н.П., Чичканова Т.А. Маленькая дорога в большой мир, или пособие для энтузиастов детского музейного движения.- Самара., Издательский Дом «ВК», 2005
4. Поляков Т.П. « Как делать музей?» - М, 1997.
5. Шухатович В. Р. Здоровый образ жизни// Энциклопедия социологии. — Мн.: Книжный Дом, 2008
6. Энциклопедия психологических тестов. – М.: ЗАО Изд-во ЭКСМО-Пресс, 2000. – 496 с.
7. Юхневич М.Ю Ребёнок в музее. Новые векторы детского музейного движения, - М.,РИК, 2006.
8. Юхневич М.Ю. Я поведу тебя в музей: Учеб.пособие по музейной педагогике/ М-во культуры РФ. Росс.ин-т культурологии.-, М.,2001.
9. <http://ru.wikipedia>.
10. <http://elabuga-shcool8.narod.ru/vozrast.html>
11. <http://tiande-n-n.ucoz.ru>
12. <http://nationalhealth.ru/zdorovi-obrz-jizni/18-zdorovi-obraz-jizni.html>

2. Из опыта работы МОУ СШ №93 на выставке «Философия здорового образа жизни».

2.1. Программа «Дня здоровья».

Интерактивная выставка Философия здорового образа жизни была разработана и апробирована методистами структурного подразделения Центра «Гражданин» в рамках Дня здоровья. 19 декабря 2011 года на базе МОУ СШ №93 (МБУ СОШ № 93 г.о. Тольятти с 1 января 2012 года) было проведено широкомасштабное общешкольное мероприятие, в котором приняли участие учащиеся 1-11 классов, педагоги, родители, а также партнеры школы – МУЗ №5 в лице врачей.

Широкомасштабность мероприятия заключается в комплексном использовании разных подходов и соответственно различных форм работы, которые приведены в таблице.

	Мероприятие	ФИО ведущего, организатора	участники
	Индивидуальный прием, консультации врачей		
1	- врач – офтальмолог (проблемы зрения)		По записи
2	-отоларинголог (ухо, горло, нос)		
3	- ортопед – травматолог		
	Общешкольная конференция « Актуальные проблемы здоровья и здоровьесбережения»		
1	Проблемы здоровья младшего школьника: -Как сохранить здоровье? -Нарушение осанки и здоровье. -Правильное питание и здоровье.	Ковалевская Наталья Ивановна , заместитель главного врача по педиатрии Врач – педиатр	Учащиеся 2-4 классов и их родители
2	« Болезни сердца у детей» - Метаболический синдром (ожирение, гипертония, повышение глюкозы крови) - Влияние вредных привычек на состояние сердца и сосудов - Болезни сердца у детей – спортсменов - Диагностика сердечно – сосудистых заболеваний - Профилактика заболеваний сердца	Болдин Владимир Анатольевич детский кардиолог	Мальчики 7-8 класс и родители
3	«Опасности переходного возраста» - Как говорить с детьми об « интимном» - Ранняя беременность и здоровье - Современные методы контрацепции	Саловарова Марина Владимировна , заведующая отделением детской гинекологии, кандидат медицинских наук	Девочки 7- 8 классов и родители
4	«Логопедические проблемы и успешность школьника»	Царева Наталья Александровна – логопед	Родители 6-леток Родители 1-4 классов
5	Влияние на здоровье табакокурения, употребления спиртных напитков	Филиппов Алексей Вячеславович Врач - нарколог	Учащиеся 5-6 классов -35 чел
6	Наркомания, токсикомания, детский алкоголизм. Как уберечь ребенка от опасного шага и не пропустить первые признаки»	Филиппов Алексей Вячеславович Врач - нарколог	Родители 6-8 классов
7	Что надо знать о ВИЧ, СПИДе. Медицинские, психологические, социальные аспекты .	Шпилевой Виктор Викторович , главный врач	10-11 классы и родители
8	Правовые аспекты наркомании	Папуткова Валентина Ивановна Главный специалист – эксперт отдела по г. Тольятти УФСКН	Учащиеся 9 классов и родители

9	Основы психического здоровья	Чубаркин Артур Владимирович Врач – психотерапевт	Учащиеся 5-9 классов и родители
Мероприятия для учащихся			
10	Документальный фильм «Соблазны большого города»		Учащиеся 4 - бклассов
11	Психологическая игра « Путь к здоровью»	Зуева Елена Валерьевна – социальный педагог МОУ СШ 93	Учащиеся 5-7 классов
		Куценко Елена Михайловна – психолог МОУ СШ 93	Учащиеся 6 классов
12	Презентация проекта « Влияние музыки на здоровье человека»	Карасева Анастасия Карасева Мария – уча-ся 11 класса МОУ СШ 93	Учащиеся 5-6 классов
13	Интеллектуальная игра « Что? Где? Когда?» на тему «Путешествие в страну здоровья»	Родионова Т.А.	9-10 класс
14	Презентация проекта « Сохрани свой иммунитет»	Учащиеся 10-б класса	6-8 классы
15	Викторина « Возможности моего организма	Саранчина Галина Сергеевна – учитель биологии МОУ СШ 93	Учащиеся 8-х классов
16	Интернет – урок антинаркотической направленности	Ворона Елена Дмитриевна Самсонова Светлана Ивановна	10 -11 классы
17	Урок – практикум « Оказание первой неотложной помощи»	Медицинская сестра	7-9 классы
18	Интерактивная выставка «Философия здорового образа жизни»	Горяинова Жанна Николаевна. Меркулов Светлана Владимировна	5-7 классы
19	Презентация проекта « Внимание и контроль»	Дуденков Александр - студент 5 курса ТГУ	10 классы
20	Презентация проекта « Использование телесноориентированных упражнений в работе с эмоциями»	группа студентов 5 курса ТГУ	9 классы
21	Классный час " Береги здоровье смолоду" " Здоровье - это здорово "	Классные руководители	5 – 10 классы
22	Презентация проекта « Влияние компьютера на здоровье школьника»	Учащиеся 10-г класса , Ангелова Любовь Евгеньевна	11 классы

2.2. Создание выставки и организация работы на ней.

Интерактивная выставка «Философия здорового образа жизни» была создана благодаря партнерской поддержке автономной некоммерческой организации «КРУГ», которая для размещения заданий и иллюстративного материала выставки предоставила выставочное

оборудование (металлические каркасы, баннеры, столы, зеркала).

Авторам выставки не удалось использовать инвалидную коляску, силомер, напольные весы, однако их отсутствие не нарушило концептуального замысла выставки.

Особой ценностью выставки стали экспонаты, собранные и выполненные руками самих учащихся, а также материалы о спортивных достижениях учащихся школы №93.

Для создания 5-го тематического раздела «Я и люди» учащиеся ведомства культуры ученического самоуправления школы выполнили творческие работы с выпуклыми буквами и рисунками, используя пластилин, картон, семечки, фасоль, мелкие камушки; сшили черный мешок и принесли свои любимые игрушки – созданные экспонаты позволили посетителям при выполнении заданий почувствовать себя в роли слепых – людей с ограниченными возможностями.

Для создания 11 тематического раздела «Хорошо и плохо» учащиеся ведомства спорта ученического самоуправления школы собрали материал, используя метод опроса среди учащихся школы, занимающихся разными видами спорта:

- Каким видом спорта вы занимаетесь?
- В чем привлекательность этого вида спорта для вас?
- Какой вред для здоровья человека может принести этот вид спорта?

Для создания 12 тематического раздела «Преодоление. Лестница успеха» учащиеся школы, занимающиеся различными видами спорта, приносили свои дипломы за призовые места на уровне школы, города, области, страны, истории преодоления трудностей и достижения своего успеха в спорте.

Таким образом, на выставке был представлен подлинный материал, рассказывающий о спортивной жизни и достижениях учащихся школы.

Большую помощь в создании и организации работы на выставке оказали активисты и экскурсоводы школьного музея Отваги – они участвовали в поиске и обобщении иллюстративных материалов, монтаже выставки, помогали индивидуальным посетителям ориентироваться в пространстве, объясняли им задания.

2.3. Результаты работы на выставке.

19 декабря 2011 года интерактивную выставку «Философия здорового образа жизни» посетители 150 человек, среди них учащиеся 5-6-7 классов, родители, педагоги.

Для получения результатов выставки были использованы методы наблюдения и обобщения материалов самопрезентации подростков, а также выполненных заданий.

Наблюдения показали, что все задания выставки были для посетителей интересными и увлекательными – им нравится узнавать что-то новое о себе, сравнивать себя с популярными спортсменами, рисовать, открыто высказывать свое мнение, перемещение из одного (внешнего) пространства в другое (внутреннее) и наоборот, верить в исполнение загаданных «на волшебное ухо» желаний. Особой популярностью пользовались ростомер, выполнение заданий с закрытыми глазами, использованием жестов и мимики, восхищали и удивляли фотографии инвалидов-спортсменов, победителей и участников разных спортивных соревнований, а также достижения школьных спортсменов (Приложения фото-отчет)

О положительной результативности выставки свидетельствует тот факт, что многие посетители, прошедшие выставку от начала до конца приводили на неё своих друзей, родителей, вели их по выставке и объясняли задания.

Обобщение результатов работы посетителей на выставке представляют собой «живые материалы» современных подростков (их мысли, чувства, тревоги, целеустремления).

Ответы на задание 1.2. Продолжите фразу «Здоровый образ жизни – это.....»

35 % посетителей считают, что это жизнь без курения и наркотиков 5 % посетителей считают, что это здорово, круто, классно.

30 % посетителей считают, что любовь к себе и близким

25 % посетителей считают, что это исполнение всех желаний

5 % посетителей считают, что это весело и хорошее настроение.

Ответы на задание 7.1. Напишите, как вы относитесь к этим ситуациям – терпимо/нетерпимо?

Нетерпимо относятся:

к детскому алкоголизму- 95%

к ситуации «беспризорные дети на улицах города»- 85%

к перееданию- 65%

к людям – инвалидам - 50%

к неправильному питанию- 50%

к здоровому питанию- 5 %

Терпимо относятся к

к здоровому питанию- 95 %

к людям – инвалидам- 50%

к неправильному питанию- 50%

к перееданию- 35%

к ситуации «беспризорные дети на улицах города»- 15%

к детскому алкоголизму- 5%

Ответы на задание 8.2. Напишите, за что вы в ответе?

35% разделяют свою **ответственность** за гигиену тела, чистку зубов

27% несут ответственность за порядок и чистоту в доме

18% несут ответственность за регулярное посещение спортивных секций и занятий

5 % отвечают за достижение спортивных успехов

3 % ни за что не отвечают

Ответы на задание 9.1. Нарисуйте свой страх.

Особую **тревогу** вызывают у подростков и родителей потеря близких людей, дорожно-транспортные ситуации, потеря зрения, здоровья, конец света.

Отзывы из «**Книги отзывов**» посетителей выставки показали, что 100% посетителей остались довольные, узнали о себе много нового, по- другому посмотрели на некоторые жизненные ситуации.

Таким образом, можно сделать следующие выводы, что большинство посетителей выставки из числа учащихся 5-6-7 классов школы:

1. сформировали правильное представление о здоровом образе жизни,
2. получили новые знания о себе - о силе кисти руки, особенностях внешности, о моделях взаимодействия с людьми, о способах достижения успеха и преодоления трудностей
3. научились исследовать предметы с помощью тактильных ощущений;
4. смогли чувствовать себя в роли людей с ограниченными возможностями;
5. смогли развить тактильные ощущения и зрительные восприятия
6. сформировали толерантные отношения к людям с ограниченными возможностями.

Следовательно, положительные результаты работы с посетителями на выставке свидетельствуют о достижении цели, а именно, выставка «Философия здорового образа жизни» способствует формированию ответственности у современных подростков и родителей за свое здоровье и здоровье семьи и окружающих людей.