

## КНИЖНЫЕ ИСТОРИИ О ЗДОРОВЬЕ

Из опыта проведения программ по здоровьесбережению  
в Национальной библиотеке Карелии

Продолжаем серию материалов, посвященных опыту проведения ЗОЖ-программ в Национальной библиотеке Карелии. Поиск форм и средств для создания событий в области здоровьесбережения зачастую превращается в поиск и получение новых знаний и умений, немедленное применение их в библиотечной работе.

«Книжные истории о здоровье» - так хочется назвать ЗОЖ-мероприятия для детей и подростков в целом. Ведь программы в библиотеке рождаются из книг, на их основе, с их использованием и продвижением.

В одноименной просветительской программе «Книжные истории о здоровье» в рамках проекта «Каникулы с Национальной библиотекой» ребята попали в доисторический мир, где жил со своей семьей древний человек. Оживить историю и «включить» ребят в процесс помогли простые технологии программы Power Point. На оживающих слайдах человек охотился на динозавров и наоборот, они охотились на него, младший член семьи приручал первых домашних животных, мама работала за доисторическим каменным компьютером и готовила еду.

Слушая рассказ о быте семейства, ребята вспоминали правила личной гигиены и предлагали, чему необходимо научить героев рассказа, чтобы они оставались здоровыми. Обучая мульт-героев и наших юных участников правильно мыть руки, мы рассказали, как передается инфекция и какие рекомендации сегодня дают врачи. Опробовав рекомендации, ребята согласились, что это действенный гигиенический навык.

Все понимают, зачем нужна зубная щетка. Но многие ли знают эволюцию этого предмета гигиены от пучка травы и ветки дерева до современных электрических и ультразвуковых приспособлений по уходу за полостью рта? Этому посвящена станция «Саблезубый заяц».



Мастерим и чистим зубы

Мы увидели изящную щетку французского императора Наполеона Бонапарта, бамбуковую палочку со свиной щетиной времен китайской династии Минг (15 век).



- Библиотеки и формирование здорового образа жизни
- Опыт проведения занимательной программы по мотивам Государственной лотереи 1930 года \*\*\*
- Технологии дополненной реальности и другие «сказочные» возможности в работе библиотеки
- QR-коды и веб-сервисы для интересных библиотечных будней



«Доктор Аня»: ведущий библиотекарь Анна Курейкина



Тренажер «Сан Саныч»

Гость программы «доктор Аня», ведущий библиотекарь Анна Курейкина в полной мере выполнила в этой программе функцию гигиениста. Показала грамотную технологию чистки зубов на тренажере «Сан Саныч», которому ребята тут же все вместе вылепили зубы. Юные участники узнали, какие средства для ухода за полостью рта необходимы каждому, разобрались, как применять ирригатор, зубную нить и флосс.



*Веселая разминка*

Отправившись на станцию «Быстрее, выше, сильнее!», выяснили: чтобы выжить, древнему человеку, нужна была физическая сила и выносливость. Переместившись на станцию «На зарядку становись!», дружно сделали веселую музыкально-танцевальную мотивирующую и ужасно полезную зарядку. Дети так поверили, что «доктор Аня» - настоящий доктор, что в перерыве, на библиоланче, всерьез спрашивали, в какой клинике она работает.

Наши юные читатели узнали много новых фактов о человеческом организме, отгадывали загадки, соревновались в онлайн-играх из нашей ЗОЖ-копилки, раскрашивали «волшебные» картинки с героями мультфильма, созданного для них библиотекой. Под занавес участники испытали чудесные превращения, используя книги с элементами «дополненной реальности».



*«Супергеройская ведущая»*

В рамках проекта «Каникулы с Национальной библиотекой» была создана новая просветительская и здоровьесберегающая программа «Супергеройская Вселенная». Мероприятие рассчитано на детский и ранний подростковый возраст, поэтому основные виды деятельности здесь - игра и общение. Цель мероприятия - просвещение и предоставление читателям возможности попасть в увлекательное путешествие по истории комикса, раскрыть тайну

первого Супергероя и выяснить, как каждый может стать обладателем уникальной суперспособности, а именно - быть здоровым.

Какую историю прошли комиксы, двигаясь от наскальных рисунков к формату, привычному для нас в XX-XXI веке? В первой половине XIX века были опубликованы несколько произведений, считающихся родоначальниками современных комиксов.



*Участники программы «Супергеройская Вселенная»*



*«Мальш Немо в Сонной Стране» В. Маккея - самая большая книга-комикс в фонде библиотеки*

Художник-швейцарец Родольф Тёпфер и нарисованные им «Приключения мистера Обадаи Олдбака» были опубликованы в 1833 году, в дальнейшем они были переведены на различные языки и распространились по миру. Но в

первую очередь, главная задача - это знакомство с периодом названным «Золотым веком комиксов». Традиционно таким периодом принято считать середину XX века.

Супермен, Флэш, Бэтмен, Капитан Америка - именно на образах этих и других известных супергероев выросло не одно поколение. Но что подтолкнуло авторов комиксов создать таких персонажей? Существуют множество предпосылок, но одна из самых главных - тяжелое время войны. Общество испытывало общую потребность в защите, которую через искусство авторы комиксов, выразили в супергероях. В рамках лекционной

части и обсуждении раскрывается не только период появления героев, но и время их падения и возрождения.



*Строим «линейку сна»*

Для участников большинство супергероев открылись с другой стороны! В череде новых знаний их ждал еще один сюрприз. У каждого героя есть своя суперсила. Суперспособности можно разделить на несколько категорий. Первая – это физические способности. Например, сверхчеловеческая сила

Злобстеров. Человек-Паук не мог больше со стремительной



*Накормить супергероя – целая наука*

легкостью перемещаться на своей паутине. Халк полюбил малоактивный образ, что привело к самому частому заболеванию XXI века – ожирению.

Герои, захваченные «злобстерами», уже не герои, и только участники программы способны вернуть их «сверхспособности»!

Но для этого им самим нужно освоить супергеройские науки, а

где, как не в библиотеке, в царстве книг, их изучать?! Юные читатели сами построили путь передачи микробов, создали линейку сна, а с помощью QRкод-технологий поиграли в интерактивные игры и просмотрели мультфильмы по здоровому образу жизни. Все свои геройские знания они отразили в «Волшебной книге здоровья», которую взяли с собой, чтобы всегда быть готовым сразиться со «злобстерами».



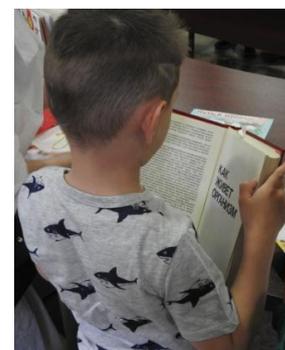
*«Волшебная книга здоровья»*

Таким образом, программа соединила в себе две занимательные части. Одна посвящена истории, обширному миру комиксов. Другая, через выдуманную нами историю борьбы супергероев со «злобстерами», помогает освоению важных правил здоровьесбережения.

Познавательные-игровые программы оказываются полезными и интересными не только для наших гостей, но и для самих организаторов. Они дают стимул к освоению новых «волшебных» технологий, поиску простых и занимательных форм работы. И не только в области здоровьесбережения.



*Создаем «Волшебную книгу здоровья»*



*Увлекательное чтение:  
как живет организм*



- [В помощь формированию здорового образа жизни у населения](#)
- [Супергерои в Национальной библиотеке!](#)
- [Книжные истории о здоровье](#)

Группа в Контакте [«Чтение! Знание! Здоровье!»](#)

[Здоровый образ жизни. Здоровьесбережение. Библиотечные технологии.](#) Блог-закладка  
(примеры взаимодействия, технологии, опыт работы библиотек, игротка, обратная связь)