

ВОСПИТАНИЕ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ ПОЛЬЗОВАТЕЛЕЙ ДЕТСКИХ БИБЛИОТЕК ТАМБОВСКОЙ ОБЛАСТИ

Пыльнева М.А.

*Тамбовского государственного университета имени Г.Р.Державина
belkapotdybnaya66601@gmail.com*

Проблема формирования здорового образа жизни считается одной из важнейших задач в библиотечном обслуживании, особенно применительно к детской аудитории. Библиотека как наиболее доступный обществу информационно-культурный центр играет значительную роль в пропаганде здорового образа жизни и противодействии вредным привычкам. Работа в этом направлении должна представлять собой систему, а не отдельные случайные мероприятия. Из практики следует, что эффективность такой работы наиболее высока при использовании программно-проектных подходов, в которых библиотеки уже имеют значительный опыт. [2]

Детские библиотеки Тамбовской области под методическим руководством Тамбовской областной детской библиотеки ведут активную работу по продвижению здорового образа жизни среди своих пользователей.

В библиотеках проводятся различные мероприятия, направленные на пропаганду здорового образа жизни среди детей и подростков. Одним из таких мероприятий являются спортивные игры и занятия, которые иногда проводятся совместно с тренерами и специалистами в области физической культуры. В рамках этих занятий дети знакомятся с разными видами спорта, учатся правильно заниматься физическими упражнениями и развивать свои способности.

Также в библиотеках проводятся различные уроки здоровья, на которых дети узнают о правилах здорового питания, режиме дня, гигиенических нормах и других аспектах здорового образа жизни. На этих уроках детям объясняются последствия вредных привычек, таких как курение, употребление алкоголя и наркотиков, а также пропагандируется активный образ жизни за счет занятий спортом и физическими упражнениями. Библиотекари так же организуют тематические выставки и литературные вечера, на которых представляются книги и материалы, посвященные теме ЗОЖ. Мероприятия такого рода помогают привлечь внимание детей к чтению и информируют их о том, как правильно заботиться о своем здоровье.

Детские библиотеки приглашают интересных людей и знакомят детей с их увлечениями. Это могут быть встречи с профессиональными спортсменами, путешественниками, учеными и другими успешными людьми, которые делятся своим опытом и мотивируют детей задуматься о своём здоровье. [3]

Для популяризации здорового образа жизни в Бондарской детской библиотеке прошла Неделя здорового образа жизни «Главная ценность жизни – Здоровье». В читальном зале действовала книжно-иллюстративная выставка «Здоровым быть здорово». Были проведены индивидуальные рекомендательные беседы, обзоры литературы «Если хочешь быть здоров», «Скажи привычкам вредным – нет», «Правильное питание – залог здоровья и

долголетия». Состоялся квест «Путешествие по волшебной стране Здоровье», на котором детям предложили посетить станции: Медицинскую, Лекарственных растений, Правильного питания, Антибактериальную, Антитабачную, Весёлую разминку, Волшебную кисть Здоровья. На последней станции участники нарисовали чистую, здоровую планету.

Очень важно помочь подростку в формировании позитивного отношения к жизни, развитию познавательного интереса, формированию активной жизненной позиции. Одним из мероприятий стал жизнеутверждающий урок «Как прекрасен этот мир» по профилактике суицидального поведения, в который вошли несколько составляющих: эмоциональная разгрузка; прослушивание притч; игры «Моё Я»; тренинг «Пять хороших качеств»; видеопросмотр на тему «Просто жить». Урок был разработан и проведён совместно с консультантом по делам несовершеннолетних отдела народного образования Бондарской администрации. На протяжении 45 минут ни разу не прозвучали тревожные слова: суицид, трудности, проблемы. Весь материал был подобран и преподнесён так, чтобы подростки понимали, что жизнь интересна и прекрасна.

Детский отдел МЦБ Жердевского района активно занимается популяризацией здорового образа жизни и спорта, формированием общественного мнения в плане негативного отношения к вредным привычкам. Библиотека принимала участие во Всероссийской акции «Зарядка со звездой», приуроченной к Международному дню спорта на благо развития и мира. В рамках акции работниками библиотеки была оформлена книжная выставка «Вселенная спорта», на которой представлены популярные энциклопедии, книги и журналы о занятиях спортом. «Твоё здоровье – в твоих руках!» – так назывался информационный буклет, выпущенный для участников акции. Состоялась интеллектуальная игра «РОСКвиз», посвящённая олимпийскому движению, советским и российским спортсменам.

Специалисты детского отдела приняли участие в областном месячнике по борьбе с наркоманией. Цель мероприятий – дать предостерегающую информацию, уберечь от беды подрастающее поколение. Состоялись беседы и обзоры у книжной выставки-предупреждения «Обман души, обман надежд».

Наряду с книгами по профилактике наркозависимости, вниманию читателей была представлена информация о знаменитых людях, чья жизнь безвременно оборвалась по причине пагубных пристрастий. Отдельным разделом на выставке была представлена художественная литература, где взгляд на проблему наркомании представлен изнутри, без комментариев. Также читателям библиотеки были подготовлены памятки «Как не стать жертвой наркомании».

В Знаменской детской модельной библиотеке прошёл Час полезной информации «Это важно знать». Сценарий, включавший элементы интерактивности – игровые аспекты, содержал информацию об опасности курения, алкоголя, наркотиков, о важности умения отстаивать свою точку зрения и отказываться от сомнительных предложений жизни.

В рамках месячника по борьбе с наркоманией в отделе по работе с детьми МЦБ Инжавинского района прошёл Час нравственности с участием подростков «Моя жизнь – мой выбор». Мероприятие проводилось в форме беседы с показом презентации и видеороликов.

Во Всемирный день здоровья для учащихся 8 класса был проведён урок-предупреждение «Курить – здоровью вредить!», в ходе которого школьники просмотрели видеоролик о вреде курения, в том числе кальяна и электронных сигарет. В завершение программы вниманию читателей были представлены книги о пагубном воздействии табака на организм человека, о способах борьбы с этой привычкой и книги о здоровом образе жизни.

На решение задач по воспитанию здорового образа жизни были направлены различные мероприятия детских библиотек города Мичуринска. В Центральной детской библиотеке и филиалах № 9, № 11, и № 12 по теме популяризации здорового образа жизни были организованы такие мероприятия, как, Азбука здоровья «Быть здоровым – значит быть счастливым», урок здоровья «Как стать Неболейкой», видеоурок «Скажи опасностям «Стоп!», физкультминутка «Солнце, воздух и вода – наши лучшие друзья».

В работе детской библиотеки Мичуринского района особое внимание уделено здоровому образу жизни, физической культуре, спорту, туризму. Это направление предусматривает мероприятия, которые активно пропагандируют здоровый образ жизни, содействуют организации досуга детей и подростков, привлекают к чтению. Участникам мероприятий была представлена электронная презентация «Бережь здоровье смолоду – вклад в долголетие», с помощью которой они вспомнили о полезных привычках и о наиболее опасных для здоровья вредных.

Деятельность по профилактике наркомании, алкоголизма, табакокурения детей и подростков стала планомерной частью работы библиотек Мордовского района. Причем на первое место ставится привлечение к чтению детей, находящихся в трудной жизненной ситуации. Вся работа в данном направлении ведется в тесном сотрудничестве с начальником подразделения по делам несовершеннолетних, педагогом-психологом, завучем по воспитательной работе Мордовской СОШ.

Детский филиал Межпоселенческой центральной библиотеки Моршанского района осуществляет популяризацию здорового образа жизни, активно используя информационно-досуговый потенциал библиотеки, создает условия, способствующих сохранению и укреплению здоровья. В этих целях сотрудники детской библиотеки используют информационно-профилактические мероприятия по популяризации здорового образа жизни. Так, состоялся Час сообщения «В путь дорогу собирайся, за здоровьем отправляйся», на котором слушатели узнали, как важно сохранять здоровье и что для этого нужно делать, что такое правильный распорядок дня и здоровый образ жизни. Игра «Собери пословицу» помогла школьникам вспомнить пословицы и поговорки о здоровье и спорте,

В детской библиотеке МБУК Петровского района "Межпоселенческая централизованная библиотека" в рамках Международного дня отказа от

курения состоялась акция «Вся правда о вредных привычках», в ходе которой подростки получили информационные памятки и буклеты о пагубном влиянии на организм человека табакокурения, а также наркотических средств и алкоголя. В рамках деятельности клуба «Подросток» состоялась информационно-познавательная беседа «Спорт для всех, спорт для каждого!». На мероприятии выступил ведущий специалист отдела культуры по спорту.

В детской библиотеке ЦБС г. Рассказово Всемирный день здоровья был организован литературно-спортивный калейдоскоп «Не теряем ни минуты, быть здоровым – это круто!» Юные читатели занимались зарядкой и танцевали у здания библиотеки, а также отгадывали загадки о спорте, продолжали пословицы, вспоминали литературных героев, чьи имена связаны со спортом и здоровьем.

В детской библиотеке-филиале МБУК "Межпоселенческая центральная библиотека" Ржаксинского района была организована выставка «Стань сильным и здоровым!», проводились индивидуальные и групповые беседы. В рамках 10-й Всероссийской акции «Добровольцы – детям» сотрудники библиотеки провели уличную акцию «Мы за жизнь без табачного дыма». Участниками акции были прохожие, которые активно высказывали своё мнение по поводу вредных привычек. Был подготовлен информационный стол-совет «Погаси сигарету – зажги жизнь», на котором были представлены книги, журналы и статьи из периодических изданий, цитаты знаменитых людей о вреде курения и способах отказа от вредной привычки. Центром правовой информации были распространены буклеты, листовки, памятки, брошюры: «Табачный туман обмана», «Мифы и реальность о курении», «Сигарета и подросток», «Твой выбор – твоя жизнь» и др. Профилактика вредных зависимостей, формирование ответственного отношения к здоровью – важные задачи сегодняшнего времени.

Обращают на себя внимание Всемирные дни борьбы с одной или несколькими социально опасными явлениями. В детской библиотеке-филиале МБУК «Центральная библиотека Токарёвского района» действует клуб «Уроки здоровья». Его программа направлена на мотивирование детей и подростков к ведению здорового образа жизни и повышение уровня информированности. С участниками клуба был проведён шок-урок «Табачный туман обмана».

Библиотекари провели цикл мероприятий «Здоровым быть – со спортом дружить», который включал в себя тематические часы о здоровом питании «Питание без страдания», «Моя мама готовила так».

Также в библиотеке проходили комплексные программы и книжные выставки, цикл информационных бесед «Уроки безопасности: что делать, если...», информационно-разъяснительная беседа «Не прокури своё здоровье», мини-беседы «СПИД: опасно не знать!», онлайн - книжное обозрение «Не отнимай у себя завтра», медиа-выставка к Всемирному дню здоровья «Дорога к доброму здоровью», книжная выставка-предупреждение «Не кури – свежим воздухом дыши», книжные выставки «Дорогами Олимпийского огня», «Сто советов на здоровье», урок здоровья «Есть выбор – жить без вредных привычек».

Все мероприятия по популяризации здорового образа жизни, проведённые в детских библиотеках ЦБС г. Тамбова, были направлены на формирование у читателей понимания того, что желание сохранить крепкое здоровье – необходимое условие полноценной жизни, высокой творческой активности. Массовая работа или проведение культурно-просветительских тематических мероприятий позволяет вести профилактическую работу и распространять знания в устной форме. Нужно отметить, что любая форма библиотечной работы проходит в течение всего года. Но есть и активные месяцы, когда их количество возрастает. Весной в библиотеках проходят традиционные дни, недели, декады здоровья.

Таким образом, работа детских библиотек Тамбовской области по продвижению здорового образа жизни среди пользователей включает различные мероприятия, создающие интерес и позитивное отношение к здоровому образу жизни, спорту, чтению и активному досугу.

Список использованных источников:

1. Бабарыкин Ю. А. Роль и место библиотек в формировании здорового образа жизни подростков / Ю. А. Бабарыкин, К. Н. Ефременков // Здоровьесбережение и физическая культура в учреждениях социально культурной сферы. — Смоленск : Смоленский гос. ин-т искусств, 2018. — С. 27-56. — URL: https://elibrary.ru/download/elibrary_37032881_80129525.pdf (дата обращения: 14.10.2023).

2. Ладилова Г. В. Роль библиотеки в организации содействия укреплению здоровья и формированию устойчивого интереса к здоровому образу жизни юных читателей / Ладилова Галина Викторовна. – [без м.], 2020. – 5 с. — URL: https://elibrary.ru/download/elibrary_37032881_15869119.pdf (дата обращения: 16.10.2023).

3. Тамбовская областная детская библиотека : [сайт]. – Тамбов, 2006 . – URL : <https://tambovodb.ru/> (дата обращения : 10.09.2023).