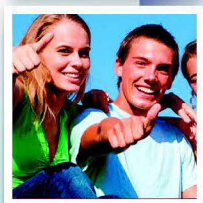


МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ ХАБАРОВСКОГО КРАЯ  
КРАЕВОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ КАЗЕННОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
«ЦЕНТР ПО РАЗВИТИЮ СЕМЕЙНЫХ ФОРМ УСТРОЙСТВА  
ДЕТЕЙ, ОСТАВШИХСЯ БЕЗ ПОПЕЧЕНИЯ РОДИТЕЛЕЙ, И  
ПОСТИНТЕРНАТНОМУ СОПРОВОЖДЕНИЮ»



ЦЕНТР  
СЕМЕЙНОГО  
УСТРОЙСТВА



**Организация  
социально  
значимых  
мероприятий по  
формированию  
здорового  
образа жизни**



Составитель:

К.А. Поздеева – начальник информационно-аналитического отдела по социальной работе КГКУ ЦСУ

Организация социально значимых мероприятий по формированию здорового образа жизни. – Сост.: К.А. Поздеева. – Хабаровск, – 2016. – 24 с.

Наше пособие рассказывает об особенностях организации флэшмобов в образовательных организациях. Эта новая форма проведения акций набирает все большую популярность в молодежной среде. Подготовка подобного мероприятия имеет свои тонкости, которые мы и раскрываем в своей брошюре. Пособие предназначено для специалистов образовательных организаций.

МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ ХАБАРОВСКОГО КРАЯ  
КРАЕВОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ КАЗЕННОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
«ЦЕНТР ПО РАЗВИТИЮ СЕМЕЙНЫХ ФОРМ УСТРОЙСТВА  
ДЕТЕЙ, ОСТАВШИХСЯ БЕЗ ПОПЕЧЕНИЯ РОДИТЕЛЕЙ, И  
ПОСТИНТЕРНАТНОМУ СОПРОВОЖДЕНИЮ»

**ОРГАНИЗАЦИЯ СОЦИАЛЬНО  
ЗНАЧИМЫХ МЕРОПРИЯТИЙ ПО  
ФОРМИРОВАНИЮ ЗДОРОВОГО  
ОБРАЗА ЖИЗНИ**

Хабаровск, 2016

**СОДЕРЖАНИЕ**

Введение	3
Что такое флэшмоб?	5
Виды флэшмобов	6
Особенности проведения флэшмоба в образовательной организации	8
Общепринятые правила флэшмоба	14
Сценарии флэшмобов по формированию здорового образа жизни	15

**ВВЕДЕНИЕ**

Здоровье – одна из самых актуальных тем сегодня. Здоровье подрастающего поколения и разработка эффективных мер, направленных на его укрепление, в настоящее время – важнейшая социальная задача.

Современное общество, высочайшие темпы его изменения предъявляют все более высокие требования к человеку и его здоровью. Изучение состояния здоровья различных континентов детей не выявило положительной динамики за последние пять лет. Реформирование системы образования ориентировано на сохранение и укрепление здоровья детей. Причиной повышенного внимания к здоровью школьников являются: недостаточная двигательная активность, низкий объем знаний, умений и навыков в области двигательной активности, а также низкий уровень информированности среди подростков по формированию здорового образа жизни.

Здоровый образ жизни – поведение, стиль, способствующий сохранению, укреплению и восстановлению здоровья человека. Здоровый образ жизни связан с выбором человеком позитивного, в отношении здоровья, стиля жизни, что предполагает высокий уровень гигиенической культуры отдельных социальных групп и общества в целом.

Здоровый образ жизни – показатель, указывающий, как человек реализует окружающие его условия жизнедеятельности для своего здоровья.

Компоненты ЗОЖ: достаточная двигательная активность, закаливание, рациональное питание, соблюдение режима дня; личная гигиена, отказ от вредных привычек.

Применительно к подросткам необходимо постоянно иметь в виду, что не всегда сам подросток может обеспечить соответствующий способ жизнедеятельности. Многое зависит от родителей, организаторов образования, педагогов. В этом смысле подросток пассивен, но от того, как организована его жизнедеятельность, во многом будет зависеть и его будущее поведение.

Подростки воспринимают свое здоровье, как нечто естественное, данное на всю жизнь. И вовсе не задумываются над тем, что здоровье



нужно беречь. Изменить отношение подростка к своему здоровью и личному образу жизни возможно при условии понимания им этих ценностей. При создании образовательной среды, направленной на единую цель, можно сформировать у воспитанников ценностное отношение к своему здоровью.

Важное направление формирования здорового образа жизни – так называемое «обучение здоровью». Это комплексная просветительская, обучающая и воспитательная деятельность, направленная на повышение информированности по вопросам здоровья и его охраны, на формирование навыков укрепления здоровья, создание мотивации для ведения здорового образа жизни, как отдельных людей, так и общества в целом. Нельзя в этой связи не подчеркнуть главный вопрос: никакая информация, если она не подкреплена личной заинтересованностью, ничего для человека не значит. Сегодня это особенно важно в отношении молодежи, по существу, постоянно находящейся в зоне риска. Образовательная организация является центром формирования мировоззрения и интеллектуального уровня молодого человека. Именно здесь в течение всего периода есть возможность дать детям и родителям глубокие знания о сущности психического и физического здоровья, в доступной форме изложить причины его нарушений, научить методам его восстановления и укрепления.

Использование современных форм и методов работы при организации мероприятий по формированию ЗОЖ позволяет сделать работу более продуктивной за счет повышения интереса к ней со стороны обучающихся. Одной из популярных форм проведения мероприятий по формированию ЗОЖ в молодежной среде является организация флэшмобов.

## ЧТО ТАКОЕ ФЛЭШМОБ?

Понятие **флэшмоб** несет в себе смысл объединения людей в определенном общем деле, чаще всего оно является спонтанным, среди «живых» зрителей, вызывающим неоднозначную, но всегда позитивную реакцию!

**Флэшмоб** (flash mob) – «вспышка толпы» или «мгновенная толпа» – это заранее спланированная массовая акция, направленная на достижение различных целей, в которой большая группа людей (мобберы) внезапно появляется (оживает) один за одним в различных местах и проводит, в среднем, 4-5 минутное действие, и затем расходится, как ни в чем не бывало, либо финализирует картинку заранее отработанным действием, будь то сложение логотипа из людей, поздравление песней, раздача рекламных материалов и т.д.

**Цель флэшмоба** заключается в том, чтобы привлечь внимание зрителей и донести до них определённую идею.

Первые российские акции были организованы через ЖЖ и состоялись одновременно в Санкт-Петербурге и Москве 16 августа 2003. Их участники с табличками приветствия Татьяне Лаврухиной (не существующему персонажу) встречали на вокзале приехавших поездом пассажиров.

Первые флэшмобы включали обычные действия людей, необычным было то, что люди делали это одновременно, договорившись заранее, и неожиданно для окружающих. Одна из тенденций развития флэшмоба как явления – движение в сторону искусства.

Сейчас флэшмоб переживает свою новую волну популярности благодаря именно танцевальным представлениям, участвовать в которых интересно множеству исполнителей, коими являются и ученики танцевальных студий и вообще люди, любящие танец.

Ежегодно проводятся флэшмоб фестивали – мобфесты. Сегодня флэшмобы набирают все большую популярность, обретают все новые формы и стили.

## ВИДЫ ФЛЭШМОБОВ

Существуют различные виды и классификации флэшмобов.

**Виды флэшмобов:** классический, танцевальный, вокальный и театральный.

*Классический флэшмоб* – это самый распространённый вид флэшмоба, в котором действия мобберов самые простые: застыть, упасть и т.д.

*Танцевальный флэшмоб* – это флэшмоб, в котором принимают участие исключительно те люди, которые умеют и хотят танцевать. Хороший танцевальный флэшмоб продумывается профессиональным хореографом, включает ряд репетиций.

*Вокальный флэшмоб* – это флэшмоб, в котором принимают участие исключительно те люди, которые обладают хорошими вокальными данными.

*Театральный флэшмоб* – это флэшмоб, в котором присутствует символ и может звучать человеческая речь. Этот вид флэшмоба может объединять все предыдущие виды флэшмоба. Репетиция для этого вида флэшмоба просто необходима.

Так же флэшмобы бывают *социальными и коммерческими*. В социальных флэшмобах мобберы участвуют исключительно ради интереса, высказывания какой-либо позиции, а в коммерческих флэшмобах участие мобберов вознаграждается либо деньгами, либо продукцией компании, которая решила организовать флэшмоб.

*Флэшмобы рекламного и презентационного характера* ненавязчиво представляют определенный рекламируемый продукт. Грамотно организованный флэшмоб не вызывает у потребителя стандартной реакции на рекламу, т.е. защиту от ее воздействия, а наоборот – только позитивные эмоции и чаще всего заинтересованность в непосредственном участии в данном действии.

*Поздравительные* флэшмобы проводятся с целью оригинально поздравить с определенным событием человека или организацию.

*Благотворительные* флэшмобы организуются с целью сбора средств для решения определенной проблемы конкретного человека

или группы людей, а также привлекают внимание участников к этим проблемам.

*Полит-моб* – это акция с политическим оттенком. Они являются более простым, оперативным и безопасным способом выражения общественного мнения или привлечения внимания к тем или иным проблемам, чем митинги и демонстрации.

*Монстрация* – это демонстрация с плакатами, содержание которых предельно абсурдизировано. Главная цель монстрантов – требовать необъяснимого. Первая акция прошла в 2004 году в Новосибирске. Колонна монстрантов влилась в обычную первомайскую демонстрацию.

*Неспектакльный моб* – это акции, в которых участники пытаются смоделировать тонкое, порой едва уловимое социо-коммуникативное пространство, в котором на первом месте стоит переживание самих участников. Он может быть незаметен для окружающих. У его участников нет задачи произвести впечатление на внешнего зрителя. Действия участников настолько приближены к повседневности, что их образ начинает «мерцать». Становится непонятным, видны ли действия, выполняемые по сценарию, или это всего лишь действия обычного прохожего, случайно повторившего то, что делают мобберы.

*I-mob* – общее название для всех видов акций, проводимых в Интернете (форумы, icq, e-mail, чаты и т.п.). Очень часто интернет-флэшмобы возникают спонтанно, без предварительного планирования. Чаще всего представляют собой комментарии к опросам со смешными вариантами ответа.

*Фото-флэшмоб* – вид фотоакции на определенную тему. Часто проводится в социальных сетях и на электронных ресурсах. Участники фото-флэшмоба выкладывают свои фотографии на определенную тематику в сеть, фотографии оцениваются организаторами мероприятия, лайками посетителей страницы. Данный вид флэшмоба становится все более популярным, так как к нему свободно может присоединиться любой пользователь сети Интернет в удобное ему время.

Удачный флэшмоб всегда готовится заранее и тщательно продумываются все его детали.

## ОСОБЕННОСТИ ПРОВЕДЕНИЯ ФЛЭШМОБА В ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ОРГАНИЗАЦИИ

Сделать внеурочное пространство школы более интересным для детей и подростков, оживить его и приблизить, с точки зрения подростковой культуры поможет использование современных форм социальной активности и современного искусства: акции, флэшмобы.

Воспитательная, развивающая или коррекционная деятельность, особенно профилактического содержания, может осуществляться посредством проведения социально-психологических акций и флэшмобов. С помощью флэшмобов можно быстро, емко, ненавязчиво донести до большого количества детей и подростков (родителей, учителей) нужную идею, привлечь внимание к проблеме. Он позволяет транслировать позитивный ценностный ряд и ненавязчиво задавать ориентиры.

Флэшмоб – это игровая среда, которая на определенное время создается в пространстве школы, параллели, класса. Она не мешает разворачиваться другим видам деятельности детей и взрослых, но имеет некоторое собственное содержание, правила, намеченный результат.

### Цели флэшмоба:

1. Привлечение внимания к существующей проблеме (актуализация). Это может быть проблема, волнующая определенную группу учащихся школы, либо проблема, обозначенная взрослыми для проработки с профилактической целью. Таким образом, ключевым моментом флэшмоба является деятельность по привлечению внимания субъектов образовательного процесса к существующей проблеме, в том числе посредством распространения информации.

2. Изучение отношения учащихся (учителей, родителей) к существующей проблеме.

3. Содействие формированию смыслов, позиций, выбора.

В образовательной организации можно проводить следующие виды флэшмобов:

- рекламные: реклама будущего мероприятия, факультативов и кружков, секций, нравственных и социальных ценностей и т. п.;

- благотворительные: сбор книг, игрушек, канцтоваров и т. п. для передачи их целевой группе (например, детям, находящимся в клинике);

- социально-педагогические, воздействующие на изменение сознания, поведения, отношения ученика, студента (педагога, родителя) к чему-либо;

- профилактические, содержанием которых является предупреждение развития кризисных ситуаций, зависимого поведения, формирования вредных привычек и т.п.;

- патриотические, воспитывающие любовь и уважение к Родине, ее истории: прошлому и настоящему;

- социокультурные, влияющие на уровень культуры, воспитывающие интерес к своей национальной культуре и культуре других народов, актуализирующие значимость народных праздников, традиций и обычаев.

*Настоящий флэшмоб способен организовать каждый человек, кому станет близка эта идея.*

Для этого следует придумать интересный план действий, определить группу его участников и место проведения, реализовать идею флэшмоба.

Флэшмоб дает необыкновенный заряд энергии, дает возможность обучающимся показать свои таланты людям. На таких акциях участники знакомятся друг с другом, завязываются дружеские отношения, исчезает боязнь выступления перед публикой.

Стандартная схема организации флэшмоба приводится ниже. Некоторые этапы могут варьироваться и обсуждаться индивидуально в каждом конкретном случае.

## ЭТАПЫ ОРГАНИЗАЦИИ

В подготовке и проведении флэшмоба можно выделить несколько этапов.

### *1. Подготовительный этап*

1. При разработке и подготовке мероприятия целесообразно определить, на решение какой проблемы оно направлено, кто является его целевой группой, какова цель, и какие задачи оно решает. Также следует уточнить такие организационные моменты как: место и время проведения, форму.

2. Организационная подготовка любого мероприятия обеспечивается изучением проблемной ситуации и формулировкой проблемы, формированием команды исполнителей, распределением обязанностей и зон ответственности между членами команды.

3. Методическая подготовка флэшмоба обеспечивается определением целей и задач, выбором формы его проведения, разработкой сценария мероприятия, подготовкой необходимых материалов и атрибутов.

4. Психологическая подготовка флэшмоба обеспечивается проведением инструктажа для ведущих и команды исполнителей. Важно, чтобы дети (команда) знали общий сценарий проведения флэшмоба, ответственных за каждый его этап.

5. Важные особенности флэшмоба – ненавязчивость и необычность. Он не мешает существовать в обычном режиме тем, кто хочет его не замечать, окрашивает в новые яркие краски жизнь тех, кто готов в него включиться.

### 6. Место проведения

Первый вариант – это на улице (его проведение нужно согласовывать с администрацией города), второй вариант – в здании (требуется согласование с администрацией помещения).

7. Сроки подготовки и проведения флэшмоба.

8. Пожелания по сценарию флэшмоба (высказывает рабочая группа).

### *II этап – начало работ по организации флэшмоба:*

а) Разработка и утверждение сценария

б) Постановка флэшмоба, распределение ролей

в) Организация флэшмоба:

– поиск участников, постоянная связь с ними,

Поиск участников можно начать через друзей, одноклассников, однокурсников, знакомых, социальные сети.

– создание группы флэшмоба в социальных сетях,

– составление списка участников флэшмоба с контактными данными,

– сборы на репетиции,

– поиск съемочной бригады,

– получение разрешения на проведения флэшмоба от органов правопорядка, администрации,

– создание образов участников, подбор костюмов,

– рекламные кампании.

Пиар флэшмоба самими его участниками является основой его неудержимого роста. Участники сами распространяют информацию о данном мероприятии своими сообщениями, лайками и репостами.

Для привлечения большего внимания к акции производится рассылка информации о мероприятии в СМИ. Журналисты могут привлечь большое количество участников, выпустив материал об акции, но необязательно раскрывать все интриги планируемого мероприятия заранее.

г) Начало репетиций.

**Обеспечьте свою группу четкими инструкциями.** Лучше всего провести репетицию.

е) Генеральная репетиция флэшмоба на площадке (при такой возможности!)

### *III этап – флэшмоб:*

а) Доставка реквизита, подключение оборудования, приезд участников и группы технической поддержки:

- звуковая аппаратура, мультимедиа;

- фото и видео операторы;

- костюмы;

- необходимый реквизит.

*б) Собственно флэшмоб*

**Главное в таких акциях – эффект неожиданности.**

Начинает инициатор, который поражает толпу своими неожиданными действиями, постепенно к нему подключаются люди, которые знают о данной акции.

Остальные прохожие не должны догадываться о предстоящей акции, чтобы не потерялся эффект неожиданности.

Заканчивается акция так же неожиданно, как и начиналась.

Чем креативнее сценарий проведения флэшмоба, тем большее он оказывает воздействие на окружающих.

#### ***IV этап – монтаж видеоролика, распространение в соцсетях и СМИ***

Флэшмоб относится к технологиям непрямого воздействия, когда обучающиеся (педагоги) участвуют в мероприятии добровольно, а цели достигаются за счет того, что они сами открывают для себя новые знания, делают выводы, присваивают ценности, включившись в специально организованную деятельность. При этом зрители сами определяют меру своего участия в мероприятии. Эффект от проведения флэшмоба ощущают не только ее непосредственные участники, но и опосредованные. При проведении подобной акции часто вступает в действие принцип «сарафанного радио», когда ребята самостоятельно привлекают других к участию, увидев пользу и результативность.

У некоторых людей нет чувства юмора, и впечатления от просмотра и проведения флэшмоба могут их оскорбить или расстроить. Как обсуждалось выше, вам придется хорошо постараться заранее, чтобы убедиться в том, что вы не нарушаете порядок и определенно не совершаете ничего незаконного, опасного, компрометирующего и не причините никому материальный ущерб. Тщательная подготовка к проведению подобной акции позволит снизить риск негативной реакции окружающих.

Флэшмоб на время своей жизни создает в образовательной организации определенный настрой, доминирующее позитивное

эмоциональное состояние. Коллектив образовательной организации становится единым целым, а находящиеся в ней люди – близкими и интересными собеседниками.

В нашем пособии мы приводим примеры организации флэшмобов по формированию здорового образа жизни, информация о которых находится в свободном доступе в сети Интернет.



**ОБЩЕПРИНЯТЫЕ ПРАВИЛА ФЛЭШМОБА**

- Никто из участников не платит и не получает денег
- Действие должно казаться спонтанным
- Должно сложиться впечатление, что мобберы – такие же случайные прохожие, как и все (не общаться друг с другом до, во время и после акции в месте проведения)
- Флэшмоб должен вызывать недоумение, а не смех (все участники должны быть трезвыми и вменяемыми, делать все с серьёзным видом находясь в здравом рассудке)
- Флэшмоб не должен содержать рекламу или же её элементы, акции не принуждают к голосованию за кого-либо
- Не повторять чужие и свои уже состоявшиеся акции
- Не нарушать общественный порядок
- Не оставлять после себя мусор
- Не общаться вживую до, во время и после акций
- Во время акции мобберы не должны создавать неудобства для простых обывателей, оказавшихся волей случая вблизи от места проведения акции
- Не нарушать сценария акции и точно исполнять всё, что в нём указано
- После акции нужно мгновенно разойтись с места действия в разные стороны, не подавая виду, что произошло что-то необычное
- Иметь при себе удостоверение личности
- Обязательно получить и взять с собой письменное разрешение на проведение акции от администрации (города, парка, учреждения и т.п.)

**СЦЕНАРИИ ФЛЭШМОБОВ ПО ФОРМИРОВАНИЮ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ*****Фото-флэшмоб «Мы за здоровье!»***

**Цель:** Привлечь внимание к здоровому образу жизни, занятию спортом, профилактика курения, алкоголизма и наркомании.

**Задачи:**

- создание зоны для фотографирования с привлечением как можно большего количества обучающихся;
- изучение отношения обучающихся к существующей проблеме;
- формирование социально-активной гражданской позиции молодежи по популяризации здорового образа жизни, содействие формированию смыслов, позиций, выбора.

**Оборудование:** фотоаппарат, плакаты с хештегами: #здоровье #спорт#ЗОЖ#МыЗаЗОЖ#Фотофлэшмоб#стиль#МыЗаЗдоровье#Отдых #Радость #Путешествия, анкета, ручка, папка-планшет.

**Целевая аудитория:** студенты техникума.

**План проведения:**

- 1) Заранее запланировать место и время проведения акции.
- 2) Подготовить объявления о предстоящей акции в социальной сети Вконтакте и в холле образовательного учреждения.
- 3) Подготовить площадку для проведения фото-флэшмоба.
- 4) Провести анкетирование участников и пригласить учащихся фотографироваться с плакатами, пропагандирующими здоровый образ жизни.
- 5) Все полученные фотографии опубликовать в группе Вконтакте.
- 6) Провести рейтинг отметок «мне нравится» в группе и опубликовать его на странице.

***Флэшмоб за здоровый образ жизни  
«Раскрась жизнь яркими красками!»***

Проведение флэшмоба «Раскрась жизнь яркими красками!» было приурочено к Международному Дню борьбы с наркоманией и незаконным оборотом наркотиков. Он проходил в рамках проведения тематических мероприятий, направленных на профилактику употребления наркотических средств и психотропных веществ, «Молодежь против наркотиков» в Тюмени.

Целью флэшмоба было поощрение творческой активности молодежи в деле профилактики наркомании и токсикомании, пропаганда здорового образа жизни.

Задачами мероприятия стали:

- создание арт-объекта с привлечением как можно большего количества участников;
- формирование социально-активной гражданской позиции детей и молодежи по проблемам распространения наркомании и токсикомании;
- организация деятельности по информированию целевой аудитории о проблеме распространения наркомании и вовлечения молодежи в употребление психоактивных веществ, пропаганде здорового образа жизни.

Для участия в мероприятии приглашались дети, подростки, участники летних площадок и загородных лагерей. Флэшмоб проходил в летний период.

Флэшмоб «Раскрась жизнь яркими красками» можно проводить как самостоятельным мероприятием, так и в рамках другого тематического мероприятия блока «Молодежь против наркотиков», организованного на муниципальном уровне.

В процессе создания арт-объекта для участников флэшмоба проводилась информационно-разъяснительная работа, распространяются листовки и буклеты по профилактике употребления ПАВ.

Мероприятие рекомендуется проводить с привлечением специалистов учреждений и ведомств системы профилактики, СМИ.

Участникам предлагалось оригинальным способом, с привлечением как можно большего количества людей, придумать и создать арт-объект – символ здоровья и краткую презентацию (в текстовом формате) к нему (подтвердить/доказать, что созданный арт-объект является символом именно здоровья).

Варианты арт-объектов:

- 1) составить символ (фигуру) из как можно большего количества людей;
- 2) высадить цветы или деревья на площадке в виде символа (фигуры);
- 3) создать цветную композицию (рисунок) на асфальтовой площадке и пр.;
- 4) собрать фигуру (символ) из спортивного инвентаря;
- 5) создать песочную скульптуру.

Количество времени на создание арт-объекта ограничивается только финальной датой проведения флэшмоба. После завершения создания объекта выполняется общее фото участников с объектом (на фотографии важно присутствие всех создателей арт-объекта). Данное фото размещается на «стене» группы флэшмоба в социальной сети ВКонтакте по схеме: каждый пост начинается с названия населенного пункта, в котором арт-объект создавался, указывается количество участников флэшмоба, при необходимости наименование учреждения. Далее пишется слоган: «Здоровье – это...», вместо многоточия ставится название вашего символа, а далее размещается краткая презентация (и к посту прикрепляется фото с изображением арт-объекта в окружении участников-создателей).

Приветствуется текстовое описание интересной истории создания данного арт-объекта (в комментариях к посту публикации).

По итогам проведения флэшмоба опубликован рейтинг муниципальных образований по количеству участников данного мероприятия.

Самые оригинальные идеи и интересные истории создания арт-объектов были опубликованы в средствах массовой информации Тюменской области.



**Флэшмоб «Мы – за!»**

Флэшмоб «Мы – за!» проводится с целью создания положительного настроения окружающих к здоровому образу жизни. Его можно провести по следующему сценарию:

- Заранее спланировать место и время проведения акции, хорошо, если оно будет в месте, где много молодежи (учебные заведения, молодежные клубы...).

- Подготовить белые воздушные шары с логотипом акции для определенного количества участников. Организовать надувание шаров и их доставку до места проведения мероприятия.

- Подготовить и установить музыкальную аппаратуру и микрофон для ведущего для создания позитивного настроения мобберов и окружающих и привлечения участников.

- Выбрать мобберов (группу волонтеров, которые будут проводить эту акцию).

- Мобберам нужно придумать девизы, например: «Дружно, смело, с оптимизмом – за здоровый образ жизни!», «Кто поддерживает «За», подходите к нам сюда!».

- Провести инструктаж волонтеров мероприятия и обеспечить их присутствие на площадке.

- Во время проведения флэшмоба волонтеры при помощи своих слоганов привлекают прохожих. Подошедшие участники флэшмоба, получают воздушные белые шары с логотипами «Мы – за!» и запускают их в небо.

- Мобберы все вместе аплодируют каждому участнику, который запускает шар в небо, тем самым присоединяясь к молодежи, которая поддерживает здоровый образ жизни.

**Фото-флэшмоб «Курить уже не модно! Присоединяйся!»**

Флэшмоб проводится с целью формирования здорового образа жизни. Мероприятие может проходить в стенах любого учебного заведения. К участию приглашаются все желающие.

Для проведения мероприятия организаторы создают группы флэшмоба в соцсетях, размещают объявление о дате, месте, времени,

целях проведения мероприятия. По мере распространения информации формируется группа участников.

На определенной площадке в день проведения мероприятия волонтеры и организаторы размещают плакаты с лозунгами или хэштегами о здоровом образе жизни. Волонтеры предлагают окружающим принять участие во флэшмобе, сфотографироваться с плакатом о здоровом образе жизни или создать фигуру-символ здоровья и выложить ее на стене группы в соцсети.

Участники в индивидуальном порядке и группами фотографируются с плакатами о вреде курения, создают небольшие фигуры о здоровом образе жизни. Свои фотоработы они выкладывают в группе флэшмоба. Организаторы мероприятия по завершении акции формируют и выкладывают в сети Интернет рейтинг работ участников флэшмоба.

**Флэшмоб «Я за здоровый образ жизни»**

Цель: привлечь внимание к здоровому образу жизни, занятию спортом и созданию условий для позитивного восприятия занятий спортом в общественных местах

Организаторы отбирают 5 ребят с активной жизненной позицией, увлекающихся какими-либо видами спорта. Материалы (гантели, скакалки) для проведения мероприятия они приносят из дома. Выбирается волонтер, который первым начнет флэшмоб. Все ребята получают четкие инструкции по проведению мероприятия и очередности их подключения к действию флэшмоба. Организатор обеспечивает договоренность с администрацией места проведения мероприятия и фото/видеосъемку флэшмоба.

В назначенное время волонтеры приходят на площадку и в порядке очередности начинают выполнять спортивные упражнения. Один из волонтеров выполняет простые разминочные упражнения. Организатор и волонтеры наблюдают за реакцией окружающих и приглашают желающих присоединиться. Через 20 минут волонтеры завершают свою мини-тренировку и спокойно расходятся.

**Проект флэшмоба по пропаганде ЗОЖ:  
«Здоровье- это здорово!»**

Цели: воспитание у обучающихся сознательного отношения к укреплению своего здоровья, стремления к регулярным занятиям физкультурой и спортом, формирование навыков общения в процессе подготовки мероприятия, развитие их творческой активности, эмоциональное воздействие на зрителей с целью пропаганды здорового образа жизни.

*Подготовительный этап*

1. Объявляется конкурс листовок на тему:

«Здоровье – это здорово!»

«Солнце, воздух и вода – наши лучшие друзья!»

«Алкоголю и куренью – Нет, Нет, Нет!»

«Спорт – это жизнь!»

«В здоровом теле – здоровый дух!»

«Наш выбор – здоровье!»

«Спорту, здоровому образу жизни – да, да, да!»

«Ангина и кашель бывают у тех, кто смотрит со страхом на лыжи и снег»

«Вини себя за вид болезненный и хмурый, не занимаешься, ты видно физкультурой»

«Не забывай в числе других продуктов побольше кушать овощей и фруктов»

«Не бери чужого платья, ногти тоже не грызи, не дружите с сигаретой так здоровья не найти»

2. Разрабатывается сценарий выступления агитбригады.

3. Для успешного проведения выступлений учителю необходимо подготовить ведущих и активную группу школьников (распределение обязанностей). Участниками выступления агитбригады могут быть родители учащихся.

4. Встреча с руководителем автотранспортного мероприятия (рассказать о готовящейся акции, определить автобусную остановку и номер маршрута автобуса, время задержки автобуса на остановке 7- 10 минут).

5. Повторить правила безопасного поведения на улице, в транспорте.  
*Место проведения:* автобусная остановка около школы, автобус.

*Аудитория:* пассажиры автобуса.

*Время проведения:* 7 минут (автобус стоит).

*Оборудование:* листовки на тему: «Здоровье - это здорово», круги (по 40 штук) зеленого и красного цвета.

*Содержательная часть выступления агитбригады*

- Представление учеников:

Вас приветствует агитбригада «ЗОЖ» школы № 4, 2 класса.

Я – Марина, люблю на коньках кататься.

Я – Полина, люблю танцами заниматься.

Я – Виктория, плавать обожаю!

А я – Марк, с удовольствием голы забиваю.

Я – Данила, два года секцию каратэ посещаю.

А я – Влада, гимнасткой стать мечтаю!

НАШ ДЕВИЗ: Дружно, смело, с оптимизмом за здоровый образ жизни!

1 ученик:

Мы – за здоровье, мы – за счастье,

Мы – против боли и несчастья!

За трезвый разум, за ясность мысли,

За детство, юность, за радость жизни!

2 ученик:

Пусть услышат все люди на нашей планете, что

Здоровье – главное на свете.

Об этом знают даже дети!

3 ученик:

Послушайте, люди! Хотим мы сказать:

«Давайте здоровье своё охранять!»

Мы все родились, чтобы в будущем жить,  
Давайте всем миром здоровье хранить!

4 ученик:

Чтоб стали все русичи – богатыри!  
И силой, и разумом были сильны!  
Спортом занимайтесь,  
Не ленитесь и старайтесь.

1 ученик:

Мы откроем вам секреты,  
Как здоровье сохранить.  
Выполняйте все советы,  
И легко вам будет жить.

2 ученик:

Стресс, волнения, заботы  
Ваши сокращают годы.  
Кстати, нынче говорят,  
Что полезен шоколад.  
Кушайте, успокаивайтесь,  
На позитив настраивайтесь.

3 ученик:

Вас скрутил радикулит,  
Сколиоз у вас, артрит!  
Ведь сидите целый день,  
Лишний раз подняться лень!  
Больше двигайтесь, ходите,  
Не ленитесь, не сидите!

4 ученик:

Вам надо больше двигаться,  
В походы, в лес ходить.  
И меньше нужно времени  
В столовой проводить.

1 ученик:

Грязь принесет нам вред, болезни.  
Но я дам совет полезный,  
Мой совет совсем не сложный –  
С грязью будьте осторожны.  
Руки, уши чаще мойте.  
Грязь- зараза, Вы не спорьте!

2 ученик:

Хотите легкие иметь,  
Как у космонавта?  
Перестаньте-ка курить-  
Сейчас же, а не завтра!

3 ученик:

Кто не курит и не пьёт:  
-тот здоровье бережёт.  
-очень весело живёт.  
-много денег сбережёт.  
-в жизни далеко пойдёт.  
-пример добрый подаёт.  
-тому в жизни повезёт  
-до больших чинов дойдёт.

Ученик 5, пока выступают ученики 1- 4, вручает пассажирам листовки, которые нарисовали дети.

Ученица 6 проводит соц.опрос.

Задается вопрос: «Есть ли у Вас вредные привычки?»

Если ответ «ДА», то берут красный круг, если ответ «НЕТ», то круг зеленого цвета. По оставшемуся количеству кругов можно подсчитать количество людей, как с вредными, так и без вредных привычек.

Выступающие желают пассажирам здоровья и выходят из автобуса.

“Организация социально значимых мероприятий  
по формированию здорового образа жизни”

Отпечатано в ООО «Издат-Принт»

г. Воронеж, Ленинский проспект 119А, офис 208.

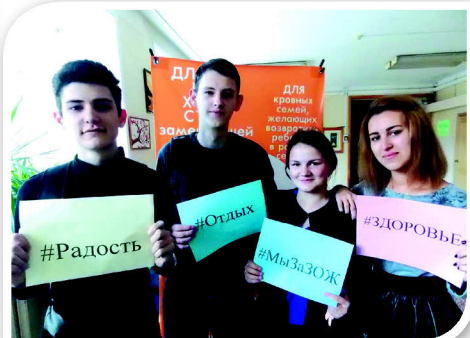
Верстка и дизайн Климов А.В.

Тираж 1000 штук.

© КГКУ «Центр по развитию семейных форм устройства детей,  
оставшихся без попечения родителей, и постинтернатному  
сопровождению»

680013, г. Хабаровск, ул. Ленинградская, д.11.

# ПО ФОРМИРОВАНИЮ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ

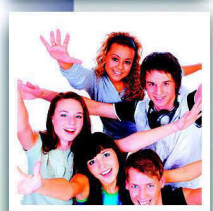
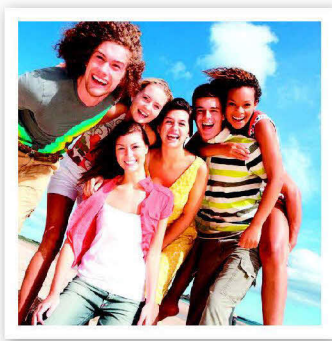












*Хабаровск, 2016*