

УТВЕРЖДАЮ
Директор ГУО «Средняя
школа № 14 г. Мозыря»

Е.В.Прибыщук

Арт-мастерская здоровья
«Живи ярко»
(плакаты/коллажи)

Цель: сформировать у школьников ценностное отношение к здоровью через творческое самовыражение и позитивные эмоции.

Задачи:

- Обучающая: актуализировать представления о физической, эмоциональной и социальной составляющих здоровья.
- Развивающая: развивать креативность, навыки работы в группе, умение выражать чувства через визуальные образы.
- Воспитательная: создать атмосферу принятия, радости и заинтересованности в здоровом образе жизни.

Оборудование и материалы:

- 3–4 листа ватмана (по числу групп)
- старые журналы, ножницы, клей-карандаш
- цветная бумага, маркеры, краски, кисти, стаканчики с водой
- листы А4 белой бумаги (по числу участников)
- шаблоны солнца, цветка или человечка (по желанию)
- музыкальная подборка (энергичная инструментальная, спокойная фоновая)
- доска/флипчарт для записей

Ход занятия

1. Организационный момент (2 минуты)

- Приветствие, проверка готовности.
- Создание эмоционального настроения: «Ребята, сегодня у нас необычное мероприятие. Мы превращаем его в арт-мастерскую. А значит – будем творить, рисовать, создавать своими руками. Включите воображение и хорошее настроение».

2. Введение в тему. Мозговой штурм (5 минут)

Вопросы для обсуждения (на доске фиксируются ключевые слова):

- Как вы понимаете выражение «жить ярко»? (Варианты: интересно, активно, с увлечениями, с радостью, с друзьями, не болеть, много энергии...)
- А как яркая жизнь связана со здоровьем? (Только здоровый человек может быть энергичным, веселым, достигать целей.)
- Здоровье – это не только «не болеть». Это ещё и краски жизни. Какие цвета приходят вам на ум, когда вы чувствуете себя здоровыми и счастливыми?

Вывод учителя: «Жить ярко» – значит наполнять каждый день движением, творчеством, общением, положительными эмоциями. А основа всему – здоровье. Сегодня мы создадим свой образ яркой здоровой жизни.

3. Разминка «Цвет моего здоровья» (3 минуты)

- Каждый получает маленький листочек (или маркером на общей доске/ватмане) и за 30 секунд изображает пятно или линию того цвета, которым для него сейчас пахнет здоровье.
- По кругу (или с мест) коротко комментируют: «Моё здоровье сегодня – зелёное, потому что я выспался» / «Оранжевое – я заряжен энергией».
- Задача разминки – настроить на образное, творческое восприятие темы.

4. Основная часть. Групповая работа – коллаж «Формула яркого здоровья» (20 минут)

Учитель делит учащихся на 3 группы (по 3-4 человека). Каждая группа получает ватман, журналы, ножницы, клей, фломастеры, краски.

Задание для групп:

Создать коллаж или рисунок-схему под названием «Формула яркого здоровья». На листе нужно изобразить (с помощью вырезок, рисунков, символов, даже отпечатков пальцев) 5–7 составляющих, которые делают жизнь яркой и здоровой. Подсказки на доске (учащиеся сами добавляют):

- Спорт и движение
- Вкусная и полезная еда
- Положительные эмоции (смех, радость)
- Хобби и творчество
- Общение с друзьями и семьёй
- Режим дня и сон
- Отсутствие вредных привычек

Важно: коллаж должен быть ярким, позитивным, можно использовать неожиданные материалы – обвести ладошку, нарисовать улыбку, написать короткий девиз.

Музыкальный фон: энергичная, ритмичная музыка (без слов).

5. Презентация коллажей (5 минут)

Каждая группа в течение 1 минуты представляет свой плакат:

- Название своей «формулы» (например, «Спорт + улыбка = яркая жизнь»)
- Самые необычные элементы коллажа

- Одно пожелание классу от группы.

Коллажи вывешиваются на доску – образуется «галерея здоровья».

6. Индивидуальное арт-упражнение «Мой ресурс» (7 минут)

- Учитель раздает листы А4 (каждому): «А теперь перенесёмся внутрь себя. Что конкретно помогает вам чувствовать себя здоровым и ярким? Ваш личный источник сил. Это может быть спорт, прогулка, любимая музыка, рисование, человек, который вас поддерживает, или даже какое-то блюдо».
- Задание: нарисовать или написать этот ресурс в центре листа и «залить» его ярким цветом. Можно оформить как солнышко, цветок, батарейку – что угодно.
- После завершения (2–3 желающих делятся): «Что нарисовали и почему это для вас важно?»

7. Рефлексия «Яркий круг» (5 минут)

- Группа детей становится в круг (или, если места мало, отвечают с мест). Учитель бросает мягкий мяч (или передаёт «кисть») – тот, у кого мяч, заканчивает одну из фраз:
 1. «Для меня жить ярко – это...»
 2. «Сегодня на мастерской я понял, что...»
 3. «Я хочу добавить в свою жизнь такой цвет...»
- Учитель коротко резюмирует: «Здоровье – это не скучное ограничение. Это палитра, которой мы сами рисуем свою жизнь. Чем больше красок мы используем (движение, радость, увлечения, забота о себе), тем ярче наша жизнь».

8. Заключительный ритуал «Общий взрыв красок» (2–3 минуты)

- На доске или свободной стене прикреплен большой лист (можно использовать обратную сторону одного из коллажей). Каждый участник маркером или ладошкой, обмакнутой в краску (если позволяет обстановка), ставит одно яркое пятно или символ – получается общая абстрактная картина «Здоровье класса».
- Финальная фраза учителя: «Пусть ваша жизнь будет такой же яркой, как эта картина! Берегите себя и живите ярко!»