

## **«Дворцовые перевороты» или как педагоги принимали участие в «методическом квесте».**

**В Норильске, в преддверии 100 - летия системы дополнительного образования в нашей стране, состоялась череда мероприятий, приуроченная к знаменательной дате. Например, «методический квест», который прошел на базе «Дворца творчества детей и молодежи».**

«Здоровый педагог – здоровая нация» - эту цитату взяли себе на вооружение методисты дворца, и чтобы предотвратить практику профессионального выгорания, решили на себе апробировать варианты «Технологии здоровьесбережения». А чтобы не быть голословными, вместо скучного заседания для педагогов организовали методический квест. И буквально совершили «дворцовый переворот», участники мероприятия активно «погрузились» в поиски здоровьесберегающих технологий. Предварительно гостей учреждения познакомили с презентацией, где руководитель городской секции методистов - Ольга Ивановна Трошкина рассказала об учителях, ставящих во главу угла – здоровый образ жизни, и с успехом применяющих на практике соответствующие технологии, хотя как раз профессия педагога оказалась - отнюдь не здоровьесозидающей. Кроме этого, она познакомила участников с мотивационными роликами кампании «Apple», например, где главный посыл звучит так: хороший день начинается со спокойной ночи, что говорит о соблюдении и культуре здорового сна, умении отключаться от проблем и об отсутствии бессонницы.

Как отметила Ольга Ивановна, форма квеста популярная среди взрослых и детей и к тому же просто интересная. Наша задача была наполнить участников теми знаниями, которые они смогут использовать в своей практике или на занятиях в творческих объединениях. Конечно же, за одно мероприятие никто не оздоровится, но зато запасутся положительными эмоциями и впечатлениями».

Всех участников разделили на группы: «Витаминки», «Растишки», «Здоровейки» и «Позитивчики». Каждая группа получила «дорожную карту» – маршрут с заданиями. Скажем так, на каждой «боевой позиции» или локации, педагогов ждали агенты особого назначения, такие как «радость движения», «терапия искусства», «остроумия», «правильное рабочее место», «позитивная мысль», «летающая походка», «рациональное питание», и «психологическое благополучие». Массу впечатлений оставила станция «остроумия», по принципу игры «Где логика?», методисты выполняли оригинальные задания на ассоциации, отгадывали ребусы, шарады, загадки. Методист «Дома детского творчества» – Тамара Анатольевна Бруцкая, говорит, что ей больше всего запомнилась станция «логики и остроумия»: «Оригинальный подход и необычный взгляд на обычные вещи, смекалка и эрудиция концентрируются в одной игре, а играть всегда интересно и взрослым и детям, это всегда весело и полезно».

На локации «психологического благополучия», учителя использовали элементы философии фэн-шуй, настраивались на исполнение мечты, составляли карту желаний. Участок «Правильное рабочее место» предполагал расстановку мебели с учетом офисных требований, размещения рабочих и комфортных зон, личного и свободного пространства, освещения и техники безопасности. Здесь педагоги справились на «пятерку»! Также они поучаствовали в тренинге «Как приобрести летающую походку», выработать красивую осанку, правильно дышать и двигаться. И как результат: гармоничная личность во всех жизненных сферах. Специалист Методического Центра – Елена Константиновна Плеханова, рассказывает, что ей больше всего понравилась именно эта станция: «Мы смогли почувствовать себя женщинами, расправить плечи, обрести легкое дыхание, а это ведь так важно для нас, когда большая часть времени проходит за компьютером и в кабинете». «Терапия искусством» помогла участникам окунуться в «мир прекрасного», поймать волну творчества, погрузиться в созидание. Педагоги рисовали точечной росписью мандалы на камнях. Конечно, все очень оживилось, прибыв на маршрут «Рационального питания»: здесь они подсчитывали калории любимых блюд, познакомились с правильным и полезным меню, одним словом: «нарушать режим питания нельзя!», ведь это один из основных принципов здоровья!

Почти все участники квеста, отметили колоссальную подготовку методистов дворца для проведения мероприятия. «Дворцовый переворот» завершился благополучно, никто не потерял «голову» и служебное «положение», зато обрел знания! Помимо прочего педагоги получили цифровые материалы квеста для применения данных видов технологии в своей работе.