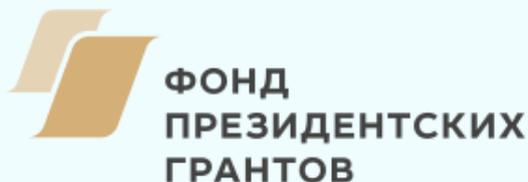


Чемпионат «Игра для серебра»

Описание технологии



Ассоциация выпускников
Президентской программы
г. Оренбург



Продолжительность

3 недели

Место проведения

г. Оренбург.

Автор технологии

ОРОО «Ассоциация выпускников Президентской программы»

<https://myterra.info/>

Целевая аудитория

Представители НКО, инициативных групп и ветеранских организаций, работающих со старшим поколением.

Цель

Использование интерактивных методов для вовлечения пожилых людей в активную и продуктивную деятельность, повышение их уровня знаний и навыков.

Основные задачи

- Ознакомить участников с новейшими интерактивными практиками, предназначенными для пожилых людей.
- Побудить участников активно участвовать в дальнейших мероприятиях и стать экспертами по применению интерактивных технологий в своих организациях.



Суть технологии

Проводимые мероприятия представляют из себя сочетание нескольких технологий для получения максимально выраженного эффекта и состоят из трех основных блоков: «Интеллект». «Красота и уравновешенность». «Энергия».

«Интеллект»

Участникам представляется возможность познакомиться с технологиями настольных игр. В частности, на одном из первых мероприятий было предложена игра «Теория поколений». Теория поколений — это концепция, которая предполагает, что у людей, рождённых в конкретную эпоху, общие ценности, убеждения и поведенческие модели. Всё это влияет на «коллективное сознание» поколения и отличает его от других. Игра помогла участникам посмотреть на привычные вещи под другим углом, разобраться в особенных характеристиках каждого поколения и примерить на себя различные качества и компетенции.

«Красота и уравновешенность»

Каллиграфия как труд — довольно сложный и трудоемкий процесс, в результате которого появляются не только красиво написанные тексты, но и гимнастика, в которой человек задействует несколько групп мышц. При писании необходимо думать и о правильной посадке, и постановке рук и ног, и наклоне головы, и об обхвате пера и т.д. То есть каллиграфические упражнения — это гимнастика, но не только для тела, но и для нервов. Кроме того, доказано влияние каллиграфии на мозговую активность, а, как известно, кто тренирует свой мозг, тот дольше живет.



«Энергия»

Завершающим этапом являются упражнения цигун — это сочетание дыхательных и двигательных упражнений. Китайских иероглиф «ци» переводится как «энергия», а «гун» — работа – работа с энергиями. Они развивают и тренируют сенсорные системы, отвечающие за равновесие, а также чувство положения и состояния, а также развивают статическую и динамическую силу.

Таким образом, сочетание интеллектуальных активностей и работы с телом и энергией позволяют достичь хорошего эффекта для пожилых людей, как с точки зрения улучшения жизненного тонуса и активности, так и, со стороны здоровьесберегающих технологий..

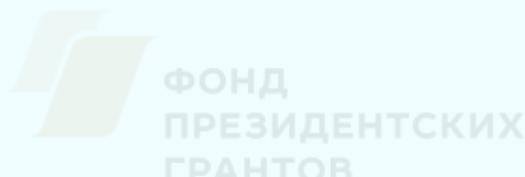
Результаты реализации технологии:

Количественные показатели

- Проведено 3 мероприятия
- Количество участников старшего возраста - 50 человек.

Качественные изменения

- Улучшение общего настроения и самочувствия участников.
- Освоение нового опыта и приобретение полезных навыков.
- Возможность последующего использования технологий в работе с пожилыми людьми.

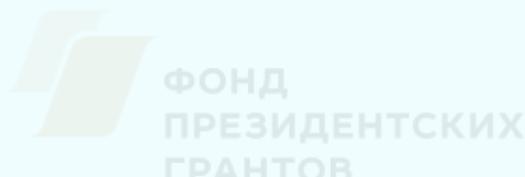


Особенности внедрения технологии

Технология «Игра для серебра» создана для того, чтобы пожилые люди чувствовали себя энергичными, активными и жизнеспособными. Этот подход развивает не только тело, но и разум, позволяя человеку оставаться активным и здоровым долгие годы.

План реализации:

<i>№ п/п</i>	<i>Этап/шаг реализации</i>	<i>Примерный срок</i>
1	Подготовка площадки, приобретение расходных материалов	7 дней
2	Приглашение участников	7 дней
3	Проведение 3 – х мероприятий в каждом из которых 23 блока	3 недели (1 раз в неделю в течении 2,5 часов)



Необходимые ресурсы:

- Материально-технические: наборы настольных игр, бумага, перьевые ручки, интерактивная панель с выходом в интернет.
- Человеческие: ведущие игр, учитель каллиграфии.
- Информационно-методические: комплект настольной игры, методические руководства по каллиграфии, записи уроков цигуна.

Партнеры:

<i>Партнер</i>	<i>Вклад</i>
Фонд «Территория развития», ТЕРРА	помещение, доступ в интернет, материальные ресурсы, комплекты настольных игр

