

Г.Н. Казаручик, канд. пед. наук, доц.

УО «Брестский государственный университет имени А.С. Пушкина»

ФОРМИРОВАНИЕ УМЕНИЙ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ У СТАРШИХ ПОДРОСТКОВ С ДЕВИАНТНЫМ ПОВЕДЕНИЕМ

Происходящие в современном обществе изменения в мировоззрении людей актуализируют задачу усиления внимания к той категории детей, которая в силу обстоятельств выпала из сферы активной жизнедеятельности школьных коллективов и оказалась в состоянии социальной изоляции. Эти дети, отнесенные к категории подростков с девиантным поведением, требуют целенаправленной воспитательной работы с ними, в силу совокупности негативных факторов, влияющих на их развитие и воспитание: снижение материального положения семей, несбалансированное питание, увеличение количества неполных и неблагополучных семей, распространение наркотиков, алкогольных напитков.

В подростковом возрасте происходит не только перестройка ранее сложившихся психологических структур, но возникают новые образования, закладываются основы сознательного поведения, вырисовывается общая направленность в формировании нравственных представлений и социальных установок.

Таким образом, негативные социальные установки, сформированные в этом возрасте, могут повлиять на всю дальнейшую жизнь подростка. В то же время напряженная, неустойчивая социальная, экономическая, экологическая, идеологическая обстановка, сложившаяся в настоящее время в нашем обществе, обуславливает рост различных отклонений в личностном развитии и поведении старших подростков. Среди них особую тревогу вызывают не только прогрессирующая отчужденность, повышенная тревожность, духовная опустошенность подростков, но и их цинизм, жестокость, агрессивность.

Ситуация усугубляется ростом среди молодежи «саморазрушающего поведения», мягко называемого «вредными привычками»: курение табака, потребление алкоголя и наркотиков. Поэтому в современных условиях очень остро стоит проблема формирования умений здорового образа жизни у подростков с девиантным поведением, так они больше подвержены влиянию неблагоприятных факторов социальной среды. Необходима и образовательная, и воспитательная деятельность школы в целом и педагога социального, в частности, по вопросам сохранения и укрепления здоровья подростков. Анализ теоретических подходов, реальная ситуация педагогической деятельности по формированию умений здорового образа жизни у старших подростков с девиантным поведением позволяет сформулировать следующие противоречия:

– между потребностью общества в здоровом поколении и предрасположенностью современных подростков к вредным привычкам (табакокурению, употреблению алкоголя, наркотиков и т. п.);

– между наличием богатого здоровьесозидающего потенциала социальной педагогики и недостаточно разработанной практической базой его использования для формирования ценностного отношения подростков к своему здоровью.

Выделенные противоречия определили проблему исследования: у большого количества подростков, чье поведение характеризуется как девиантное, не сформированы умения здорового образа жизни. Это требует привлечения внимания родителей и педагогов к необходимости оказания социально-педагогической помощи старшим подросткам в приобщении их к здоровому образу жизни. Необходимость решения обозначенной проблемы позволило сформулировать следующую цель

исследования: определить способы формирования умений здорового образа жизни у старших подростков с девиантным поведением.

В исследовании принимали участие 30 старших подростков с девиантным поведением, учащихся средних школ № 9, 10 и 15 г. Бреста, из них 23 мальчика и 7 девочек. Все 30 подростков состоят на внутришкольном учете, из них 6 также состоят на учете в инспекции по делам несовершеннолетних. Основаниями для постановки на учет являются: табакокурение (22 подростка), употребление спиртных напитков (17 человек), систематические прогулы школьных занятий (25 детей), агрессивное поведение (19 подростков). В исследовании использовался метод анкетирования.

Анализ данных, полученных нами в ходе анкетирования, показал, что 46,7 % опрошенных подростков с девиантным поведением имеют вредные привычки, 66,7 % учащихся вообще не задумываются о правильности своего образа жизни, 93,3 % респондентов считают, что абсолютно здоровая нация – это иллюзия.

83,3 % старших подростков с девиантным поведением считают, что на здоровье человека значительно влияет медицинское обслуживание. Среди других факторов некоторые учащиеся выделили физическую культуру, спорт. Несколько человек отметили, что частично влияют на здоровье человека жилищные условия. Среди факторов, влияющих на образ жизни респондентов, наиболее значимыми оказались окружение (93,1 %), звезды искусства и культуры (69 %), личные качества человека (58,6 %).

В ходе анкетирования мы обращались к респондентам с вопросом «Что является для Вас главным в жизни?». Оказалось, что для 53,3 % старших подростков с девиантным поведением главным в жизни являются друзья. И это не удивительно: общение со сверстниками в подростковом возрасте выходит на первый план. Немаловажное значение играют в жизни учащихся материальное благополучие (40 %), любовь (36,7 %) и взаимоотношения в семье (33,3 %). К сожалению, на здоровье как главную жизненную ценность указали только 23,3 % подростков. Этим объясняется и тот факт, что большинство учащихся не прилагает никаких усилий для того, чтобы сохранять и укреплять здоровье.

Так, 96,7 % (29 из 30 опрошенных) старших подростков с девиантным поведением проводят свободное время перед телевизором и компьютером. 26,7 % учащихся не интересуют никакие темы о здоровье, 33,3 % хотели бы больше знать о половом воспитании и 23,3 % – о рациональном питании. При этом вопросы питания больше интересуют девочек. Это объясняется тем, что девочки в этом возрасте начинают много внимания уделять своей внешности.

Исследование показало, что 87 % подростков с девиантным поведением не выполняют утреннюю гимнастику, 91,3 % – не посещают физкультурные занятия (секции) в свободное время и не выполняют закаливающие процедуры. Большинство учащихся (80 %) не участвуют в спортивных и физкультурно-оздоровительных мероприятиях. Вместе с тем, употребляют спиртные напитки 46,7 % анкетированных, курят – 53,3 %, нарушают намеченный режим дня и нерегулярно питаются – 93,3 % респондентов. В качестве основных причин курения, употребления алкоголя учащиеся с девиантным поведением называли: «получаю от этого удовольствие» (66,7 %), «за компанию» (63,3 %), «любопытство, стремление к новым ощущениям» (60 %), «чтобы казаться более взрослым» (26,7 %), «чтобы казаться уверенным» (10 %), «чтобы снять напряжение» (6,7 %), «чтобы «убить» время» (3,3 %). 16,7 % опрошенных затруднились указать причины, по которым они курят или употребляют спиртные напитки.

70% старших подростков с девиантным поведением отметили, что побудить их бросить вредную привычку могут тяжелая болезнь или отсутствие финансовых дотаций со стороны родителей. При этом 73,3 % учащихся считают нереальным, чтобы все

подростки вели здоровый образ жизни. Более 90 % респондентов не могут адекватно оценить факторы, мешающие им вести здоровый образ жизни.

Таким образом, количественный и качественный анализ полученных результатов показал, что все опрошенные старшие подростки с девиантным поведением обладают низким уровнем сформированности умений здорового образа жизни. У респондентов отмечено безразличное отношение к своему здоровью, обнаруживается склонность к вредным привычкам, наблюдается нежелание осуществлять оздоровительную деятельность.

Необходимость определения эффективных способов формирования умений здорового образа жизни у старших подростков обусловила основные направления соответствующего проекта:

1. Физкультурно-оздоровительное направление. Цель: формирование у подростков разносторонней физической подготовленности к включенности в активную физкультурную деятельность, укрепление здоровья и профилактика заболеваний средствами физической культуры, содействие правильному физическому развитию, обучение жизненно важным двигательным умениям и навыкам. Содержание: работа школьных спортивных секций, привлечение учащихся к занятиям в городских спортивных секциях, клубах, участие подростков в спортивных соревнованиях (школьных, городских, областных), создание оздоровительного лагеря при школе, включение подростков с девиантным поведением в деятельность туристического клуба, проведения Дней здоровья, физкультурных праздников, досугов и др.

2. Реабилитационно-профилактическое направление. Цель: внедрение медико-психологических и валеологических требований к построению учебно-воспитательного процесса в школе, приоритетной задачей которого является сохранение и развитие психологического, социального, физического здоровья старших подростков с девиантным поведением. Содержание: ежегодные комплексные медицинские осмотры учащихся с последующими рекомендациями классным руководителям, учителям-предметникам, родителям; обеспечение необходимого санитарно-гигиенического режима (подбор мебели, влажная уборка, освещенность, тепловой режим, рациональное питание, вплоть до диетического питания по рекомендации врача; обучение школьников приемам личной самодиагностики, саморегуляции; психологические тренинги для учащихся; осуществление профориентации с учетом состояния здоровья и психофизических особенностей учащихся и др.

3. Культурно-просветительское и общевалеологическое направление. Цель: осуществление образовательной и просветительской деятельности, основной задачей которой является формирование мотивации здоровья и поведенческих умений здорового образа жизни среди старших подростков с девиантным поведением, их родителей и педагогов. Содержание: проведение циклов классных часов по валеологической тематике, обучению подростков умениям здорового образа жизни, профилактике алкоголизма, курения, наркомании; организация медицинского лектория для подростков по пропаганде здорового образа жизни; оформление и периодическое обновление уголков здоровья, медицинской комнаты; внедрение в валеологических знаний в учебные дисциплины и др.

4. Экологическое направление. Цель: формирование ответственного отношения подростков к природе и своему здоровью, формирование знаний о единстве социальной сущности человека и его биологической природы, привитие навыков экологически оправданного поведения в природе. Содержание: экологизация учебно-воспитательного процесса учреждения образования на основе внедрения проектной технологии природоохранной направленности; привлечение учащихся к облагораживанию пришкольной территории (создание школьного парка, альпийской горки, реконструкция клумб и т. п.); проведение в учреждении образования ежегодной

экологической конференции; активизация внеурочной деятельности (проведение экологических игр, конкурсов, викторин); создание экологической библиотечки школы (класса) и др.

Результаты исследования позволяют сделать вывод, что потребность в здоровом образе жизни у старших подростков с девиантным поведением отсутствует, осознание его значимости для саморазвития не проявляется. Старшие подростки не понимают необходимости сознательного выбора способов здоровьесберегающей деятельности, не проявляют способности переводить информацию о здоровом образе жизни в потребностно-мотивационную сферу личности. Учащиеся не отмечают ценности здорового образа жизни, определяют его лишь как основу хорошего настроения и самочувствия. У старших подростков с девиантным поведением отсутствуют знания в области здорового образа жизни, понимание роли физического воспитания в сохранении и укреплении здоровья ограничено. На решение обозначенных проблем направлен разработанный нами проект формирования умений здорового образа жизни у старших подростков с девиантным поведением. Используя комплексный подход, лежащий в основе данного проекта, разнообразие форм и методов, учитывая возрастные и поведенческие особенности старших подростков с девиантным поведением, тесно взаимодействуя с родителями педагоги учреждений образования могут и должны активно влиять на позитивное развитие личности учеников, формируя ценности здорового образа жизни.