

СПОСОБЫ ФОРМИРОВАНИЯ УМЕНИЙ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ У СТАРШИХ ПОДРОСТКОВ С ДЕВИАНТНЫМ ПОВЕДЕНИЕМ

Т.Н. Панасик, 6 курс

*Научный руководитель – Г.Н. Казаручик, к. пед. н., доцент
Брестский государственный университет имени А.С. Пушкина,*

Введение. В настоящее время употребление наркотиков и токсических веществ, правонарушения, пьянство, негативные формы проведения досуга и иные асоциальные девиации стали элементом образа жизни значительной части молодых людей. Как отмечает Е.В. Змановская, «эффективное предупреждение негативных социальных отклонений в образе жизни несовершеннолетних возможно только на основе научного знания о девиантном поведении, а также учета тенденций и форм его проявления» [1, с. 119]. Проблеме профилактики и предупреждения девиантного поведения посвящены исследования Т.Ф. Левицкой, В.В. Муха, А.С. Никончук, Т.В. Ничишиной, М.А. Паздникова, М.А. Станциц и др. Однако вопросы формирования умений здорового образа жизни у старших подростков с девиантным поведением изучены недостаточно. Необходимость решения обозначенной проблемы позволило сформулировать следующую цель исследования: определить способы формирования умений здорового образа жизни у старших подростков с девиантным поведением.

Материалы и методы исследования. В процессе исследования использовались следующие методы: анализ психолого-педагогической литературы по проблеме исследования, доказательство, подтверждение, интерпретация, анкетирование.

Результаты исследования и их обсуждение. 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).

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 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 и др.

2. Реабилитационно-профилактическое направление. Цель: внедрение медико-психологических и валеологических требований к построению образовательного процесса, основной задачей которого является сохранение физического и психологического здоровья подростков. Содержание: обеспечение необходимого санитарно-гигиенического режима; обучение школьников приемам личной саморегуляции; психологические тренинги для учащихся и др.

3. Культурно-просветительское и общевалеологическое направление. Цель: осуществление образовательной и просветительной деятельности, основной задачей которой является формирование мотивации здоровья среди старших подростков с девиантным поведением, их родителей и педагогов. Содержание: проведение классных часов по валеологической тематике, организация медицинского лектория для подростков по пропаганде здорового образа жизни 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. Содержание: экологизация учебно-воспитательного процесса учреждения образования на основе внедрения проектной технологии природоохранной направленности.

Выводы. 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 потребно-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.

Список использованных источников

1. Змановская, Е.В. Девиантология : (Психология отклоняющегося поведения): учеб. пособие для студ. высш. учеб. заведений / Е.В. Змановская. – 3-е изд., испр. и доп. – М. : Издательский центр «Академия», 2006. – 288 с.