МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Федеральное государственное автономное образовательное учреждение высшего образования

«ТЮМЕНСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»

ТОБОЛЬСКИЙ ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ ИНСТИТУТ ИМ. Д.И. МЕНДЕЛЕЕВА (ФИЛИАЛ) ТЮМЕНСКОГО ГОСУДАРСТВЕННОГО УНИВЕРСИТЕТА

Кафедра педагогики, психологии и социального образования

РЕКОМЕНДОВАНО К ЗАЩИТЕ
В ГЭК И ПРОВЕРЕНО НА ОБЪЕМ ЗАИМСТВОВАНИЯ
и.о. заведующего кафедрой
канд. ист. наук, доцент
_____С.Р. Муратова
15.06._____2017 г.

**МАГИСТЕРСКАЯ ДИССЕРТАЦИЯ**

# ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩАЯ СРЕДА КАК СРЕДСТВО СОЦИАЛЬНОГО ВОСПИТАНИЯ ПОДРОСТКОВ В УСЛОВИЯХ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО УЧРЕЖДЕНИЯ

44.04.01 Педагогическое образование

Магистерская программа «Методология и методика социального воспитания»


Выполнил работу
Студент 2 курса
очной формы обучения
Тереня Александр Сергеевич

Научный руководитель
канд. пед. наук, доцент
Белич Ирина Владимировна

Рецензент
канд.пед.наук, доцент
Эйхман Татьяна Павловна


г. Тобольск, 2017

## СОДЕРЖАНИЕ

ВВЕДЕНИЕ……..3
ГЛАВА 1. ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ ИЗУЧЕНИЯ СОЦИАЛЬНОГО ВОСПИТАНИЯ ПОДРОСТКОВ В УСЛОВИЯХ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО УЧРЕЖДЕНИЯ……10
1.1. Понятие и сущность социального воспитания в психолого-педагогической литературе……..10
1.2 Психолого-педагогические особенности подросткового возраста…….22
1.3. Здоровьесберегающая среда как средство социального воспитания подростков……..30
Выводы по первой главе……...41
ГЛАВА II. ЭКСПЕРИМЕНТАЛЬНОЕ ИССЛЕДОВАНИЕ ВЛИЯНИЯ ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩЕЙ СРЕДЫ НА ПРОЦЕСС СОЦИАЛЬНОГО ВОСПИТАНИЯ ПОДРОСТКОВ…….43
2.1 Констатирующий этап эксперимента. Диагностика социального воспитания подростков в условиях общеобразовательного учреждения…...43
2.2 Программазанятий посредством здоровьесберегающей среды на формирование социального воспитания подростков…….50
2.3 Эффективность программызанятий посредством здоровьесберегающей среды на формирование социального воспитания подростковв условиях общеобразовательного учреждения…….56
Выводы по второй главе……...63
ЗАКЛЮЧЕНИЕ……65
СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННЫХ ИСТОЧНИКОВ……69
ПРИЛОЖЕНИЕ……76

# ВВЕДЕНИЕ

**Актуальность.**Изучение проблемы процесса социального воспитания, а также здоровьесберегающей среды как фактора социализации не теряет своей актуальности. Процесс социального воспитания будет протекать успешно только если личность будет физически, социально и психически здорова. Здоровье человека - тема для разговора актуальная для всех времен и народов, а в XXI в. она становится первостепенной. Проблемы укрепления здоровья и долголетия волновали выдающихся деятелей науки и культуры всех народов во все времена. Извечен был вопрос, как человеку преодолеть все неблагоприятные влияния окружающей среды на организм и сохранить хорошее здоровье, быть физически крепким, сильным и выносливым, чтобы прожить долгую и творчески активную жизнь.

Воспитание рассматривается как важнейшее условие развития, саморазвития и социализации личности. Социальное воспитание призвано гармонизировать интересы государства, общества и личности, способствовать воспитанию человека, который умеет и готов следовать социальным нормам, принятым в данном обществе. (А.В. Мудрик, В.А. Петровский).

Согласно Федеральному государственному образовательному стандарту основного общего образования, воспитание должно быть направленно на освоение обучающимися социального опыта, основных социальных ролей, соответствующих возрасту, нормам и правилам общественного поведения, на формирование готовности обучающихся к выбору направления своей профессиональной деятельности с учетом личных интересов, индивидуальных особенностей, способностей и потребностей рынка труда.

На современном этапе развития педагогической науки обострились проблемы теоретического и практического характера, необходимость научного решения которых детерминируется особенностями

социокультурной ситуации в российском обществе. Одна из таких проблем - возрастающие в массовых масштабах многообразные формы вредных привычек детей и подростков, к которым следует отнести: алкоголизацию, табакокурение, наркотизацию, токсикоманию, проституцию, суицидальное поведение, сексуальные отклонения, компьютерную зависимость и другие явления. Наиболее распространенными формами вредных привычек являются алкоголизация и табакокурение подростков [19].

Статистика фиксирует небывалый рост числа курящих и употребляющих алкоголь подростков. Прогрессирующее ухудшение этой ситуации в России сопровождается следующими негативными тенденциями:

- во-первых, происходит неуклонное «омоложение» подростков, употребляющих никотин и алкоголь. По данным медико-социальных исследований, средний возраст начала употребления алкоголя среди мальчиков снизился до 12,5 лет, а среди девочек до 12,9 лет. Возраст приобщения к никотину снизился до 14,2 и 14,6 лет соответственно. Третья часть населения России уже к 18-25 годам являются хроническими курильщиками и алкоголиками.Согласно статистическим данным,59,5 % мальчиков-подростков - курят, 61,6% - пробовали, и употребляют спиртные напитки;

- во-вторых, с распространением вредных привычек у подростков происходит лавинообразное развитие симптомов болезни - многоочагового поражения коры головного мозга, степень тяжести которого определяет эмоционально-волевые, интеллектуальные, поведенческие, морально-нравственные нарушения, что представляет собой серьезную угрозу для здоровья молодежи и нации в целом;

- в-третьих, последствия ранней алкоголизации и табакокурения подростков имеют во многом скрытый, «латентный» характер, что способствует раннему формированию тяжелых хронических заболеваний. Важно отметить, что табакокурение и алкоголизация являются «психологическими воротами», способствующими началу употребления

других психоактивных веществ и формированию ранней криминализации. Эти негативные тенденции в развитии современного общества ставят перед педагогической наукой исключительно важную задачу поиска эффективных методов и форм профилактической работы с подростками [40].

Исходя из вышесказанного, проблема социального воспитания и социальных норм поведения а также формирование представлений о ЗОЖ у подростков,представляется нам актуальной.

В современной педагогической науке разработаны теоретические концепции, которые могут быть положены в основу исследования указанной проблемы. Это концепции социализации личности (А.В. Мудрик, И.С. Кон, А.В. Петровский, В.С. Мухина, Г.М. Андреева и др.); социальной среды (В.А. Ясвин, З. Матейчик); соотношения индивидуального и социального в процессе социализации (Л.С. Выготский, Ч. Кули, Д.Г. Мид, Ж. Пиаже, З. Фрейд, Э. Эриксон и др.).

**Противоречие исследования** обусловлено тем, что, несмотря на множество подходов к исследованию вредных привычек личности, проблема ранней подростковой алкоголизации и табакокурения, а также разработка системы их педагогической профилактики, направленной на нравственное и социальное воспитание подрастающего поколения и утверждение здорового образа жизни требует дальнейшего изучения.

**Объект исследования**: социальное воспитание как социально-психологический процесс.

**Предмет исследования:**здоровьесберегающая среда как средство социального воспитания подростков в условиях общеобразовательного учреждения.

**Гипотеза исследования:** мы полагаем, что система разработанных нами занятий посредством здоровьесберегающей среды будет способствовать формированию социального воспитания и социальных норм поведения а также формирование представлений о ЗОЖ у подростков в условиях общеобразовательного учреждения.

**Цель исследования:**теоретически обосновать и экспериментально проверить эффективность разработанной нами программы занятий посредством здоровьесберегающей среды направленныхна формирование социального воспитания и социальных норм поведения а также формирование представлений о ЗОЖ у подростков в условиях общеобразовательного учреждения.

В связи с поставленной целью, и выдвинутой гипотезой необходимо решить ряд следующих **задач исследования:**

- проанализировать существующие научно-методические, психолого-педагогические исследования в рамках обозначенной тематики исследования с целью конкретизации основных понятий;

- рассмотреть психолого-педагогические особенности подросткового возраста

- определить особенности формирования социального воспитания подростков посредством здоровьесберегающей среды

- разработать программу, включающую комплекс занятий по формированию социального воспитания и социальных норм поведения а также формирование представлений о ЗОЖ у подростков в условиях общеобразовательного учреждения.

- оценить результативность программы занятийпосредством здоровьесберегающей среды как условие формирования социального воспитания подростков.

**Теоретико-методологическую базу исследования** составили теоретические положения: о развитии личности, разработанные в трудах А.Г.Асмолова, Л.С.Выготского, Л.И. Божович, А.Н. Леонтьева; об особенностях процесса социализации Л.П. Буевой, Н.Ф. Голованова, И.С. Кона, А.В. Мудрика, Б.Д.Парыгина, Д.И.Фельдштейна, Л.В.Филипповой и др., о соотношении социализации и воспитания К.А. Абульхановой-Славской, Б.Г.Ананьева, Л.И.Божович, Е.В.Бондаревской, Л.В.Выготского,

И.Б.Котовой, А.Н.Леонтьева, Е.Н. Шиянова, Д.Б. Эльконина и другие концептуальные положения психологических исследований подросткового возраста (М.Р.Гинзбург, И.С.Кон, К.Н. Поливанова, А.М. Прихожан, Д.И. Фельдштейн, Д.Б. Эльконин и другие), положения об активном влиянии социальной среды на развитие личности (А.В. Мудрик, А.Я. Олиференко, С.А. Расчетина, М.В. Фирсов и др.);психолого-педагогические исследования профилактики употребления алкогольных напитков и табакокурения подростками проведены психологами: С.А. Бадмаевым, СА. Беличевой, А.П. Горбачевой, И.И. Кауненко; педагогами - Т.К. Зуевой, И.В. Иванниковой, В.П. Кащенко, Ю.А. Клейбергом, А.С. Меликсетяном, И.А. Невским, В.А. Поповым, З.Д. Раевской, О.Л. Романовой, расширяют и углубляют изучение данной проблемы труды социальных педагогов - В.Г. Бочаровой, Б.З. Вульфова, Т.П. Гуриной, Д.В. Колесова, А.В. Мудрика, Л.П. Федоренко.

**Этапы исследования:**

**1 – этап. Постановочный,** был рассчитан на период с сентября 2015 г. по май 2016 учебного года. В ходе данного этапа велся поиск и анализ подходов и решений по проблеме исследования на основе изучения ее современного состояния в теории и практике воспитания, определялось содержание основных понятий по теме исследования, определялась методологическая база исследования и научный аппарат, структура и программа исследования.

**2 – этап. Собственно-исследовательский** (с сентября 2016 по апрель 2017 учебный год) был посвящен экспериментальной работе с целью проверки выдвинутой гипотезы, выявлялась эффективность разработанной нами программы занятий посредством здоровьесберегающей среды как условие формирования социального воспитания и социальных норм поведения а также формирование представлений о ЗОЖ у подростков в условиях общеобразовательного учреждения.

**3 – этап.Оформительско-внедренческий** (май 2017г.) **–** анализировались и обобщались полученные в результате эксперимента

данные, систематизировались, обобщались и оформлялись результаты исследования.

Для решения поставленных задач и проверки выдвинутой гипотезы использовалась совокупность следующих **методов исследования:**

– теоретический (анализ, синтез, сравнение, обобщение, умозаключение, моделирование);

– эмпирический (изучение передового педагогического опыта, наблюдение, тестирование, педагогический эксперимент, математическая обработка результатов эксперимента).

**Экспериментальная база исследования:**Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение «Средняя общеобразовательная школа №1» г. Тобольска. В качестве испытуемых выступали старшие подростки в возрасте 14-15 лет, в количестве 40 человек: в контрольной и экспериментальной группах по 20 человек.

**Практическая значимость исследования:**

- определены методы научно-психологического исследования и критерии оценки, с помощью которых выявляются особенности процесса социализации учащихся старших классов, прогнозируется успешность вхождения школьников в социальную среду, и определяются пути оптимизации этого процесса. Разработан диагностический комплекс, позволяющий оценить наиболее важные показатели эффективности социального воспитания;

- разработана и проверена эффективность программы посредством здоровьесберегающей среды влияющая на социальное воспитание подростков в условиях образовательной школы;

- результаты и выводы исследования, его материалы и разработки могут использоваться практическими психологами и педагогами, работающими с подростками. Обобщенные теоретические и экспериментальные результаты работы могут быть использованы в практике

подготовки педагогов и психологов, а также в практической деятельности психологической службы общеобразовательных школ и учреждений дополнительного образования.

**Научная новизна исследования:**

- разработана и экспериментально апробирована программа занятий посредством здоровьесберегающей среды направленная на социальное воспитание подростков в условиях образовательной школы;

- теоретически обоснованы и экспериментально подтверждены педагогические условия, обеспечивающие эффективность процесса социального воспитания и социальных норм поведения а также формирование представлений о ЗОЖ у подростков в условиях общеобразовательного учреждения.

**Структура** выполненной работы отвечает поставленным целям и задачам и состоит из введения, двух глав, заключения, списка использованных источников в количестве 67, общим объемом 117 страниц и приложения.

# ГЛАВА 1. АНАЛИЗ ЛИТЕРАТУРНЫХ ИСТОЧНИКОВ ПО ТЕМЕ ЭКСПЕРИМЕНТА

## 1.1. Понятие и сущность социального воспитания в психолого-педагогической литературе

В России в научный обиход последних лет вошел термин «социальное воспитание», осуществляемое в связи с потребностью общества. Однако в системе образования в России термин социального воспитания не приобрел четкого научного звучания, не был предметом широкого специального научного эксперимента, тем более не связан с освоением социальных норм подростками в условиях образовательного учреждения.

Исследование исторического контекста показало, что П.Я. Чаадаев (1794-1856) [38] считал, что высшее начало в человеке формируется в первую очередь исключительно благодаря социальной среде. Происхождение человеческого разума в христианском контексте, согласно П.Я. Чаадаеву, не может быть понято иначе, как только в признании, что социальное общение уже заключает в себе духовное начало. В человеке разум созидается не коллективностью, а Богом, но хранится и передаётся через социальную среду [38]. «Основой социального воспитания является выявление и использование действия промысла Бога через социальную среду на человеческую природу». Церковь, считает П.Я. Чаадаев, способствует установлению на земле совершенного социального уклада – царства Божия. Только участвуя в строительстве царства Божия, человечество включается в историю.

Содержательная сторона понятия «социальное воспитание» была раскрыта в работах великого русского педагога К.Д. Ушинского (1823-1871). Он писал, что для воспитания важно знать человека «каков он есть в действительности со всеми слабостями и во всем величии», надо знать «человека в семействе, среди народа, среди человечества, во всех его возрастах, во всех классах». К.Д. Ушинский учил, что социальное воспитание

достигнет цели и будет содействовать развитию народного самосознания, народной жизни в целом, если оно будет иметь народный характер. История народа, его характер и особенности, культура, географические и природные условия определяют направленность социального воспитания со своими, ценностями и идеалами [11].

В.В. Зеньковский (1881-1962) в 1918 году написал работу «Социальное воспитание, его задачи и пути», где впервые обозначил термин «социальное воспитание», цели и задачи социального воспитания в изменившихся условиях государственной и общественной жизни. Цель социального воспитания заключается в развитии социальных сил в душе ребёнка, «в развитии социальной активности, в развитии «вкуса» к социальной деятельности, воспитания духа солидарности, способности подыматься над личными, эгоистическими замыслами».

По В.В. Зеньковскому социальное взаимодействие имеет психический характер, т.к. психика человека рождает социальное единство. Социальные связи устанавливаются или разрушаются в первую очередь под действием сферы чувств, в эмоциональной области, и чем эта сфера глубже, тем сильнее и продуктивнее социальное общение между людьми. В эмоциональной сфере имеет место закон двойного выражения чувств. Всякое чувство требует своего выражения, как в телесном, так и в психическом плане. При социальном взаимодействии подъём в сфере чувств, происходит как в области телесной, так и психической работе [58].

Социальное воспитание осуществляется как естественным, так и специально-организованным образом. В душе каждого ребёнка, считает В.В. Зеньковский, всегда имеются социальные силы, которые связывают его самосознание и активность с социальной средой, это естественная социальность. Специальная организация социального воспитания призвана опираться на собственную активность детей. Важным механизмом социального воспитания В.В. Зеньковский считает социальную наследственность. Социальное наследование развивается преимущественно

на эмоциональной основе. Дети очень рано, ещё до возникновения мышления в его подлинных формах, обнаруживают поразительную способность к социальному ориентированию. Оно позволяет душе ребёнка переживать как ощущение своей силы, так и своей слабости. Переживание силы рождает самоутверждение личности с её собственной инициативой, творчеством.

«Смелость, порой упрямство, сила воли, уважение к самому себе, стремление настоять на своём, добиться осуществления своих планов – таковы те психические факты, в которых обнаруживается рост индивидуальности». Многообразие социальных проявлений в жизни человека (то, что в социальной психологии именуется социальными ролями и которые В.В. Зеньковский называет «социальными ликами» человека) не должно касаться той глубины личности, которая определяет целостность её духовной основы [52].

Индивидуальное своеобразие человека может раскрыться лишь в его социальной жизни, поэтому, считает В.В. Зеньковский, «социально-психическая жизнь личности так же сплошь духовна, как духовна и жизнь личности для себя». Проблема духовного развития формулируется учёным как проблема правильного соотношения индивидуального и социального в душе человека. В.В. Зеньковский органически связывает духовное и социальное становление личности человека.

Таким образом, согласно идеям российских ученых XIX начала XX вв. социальное воспитание должно быть организованно с учетом социокультурного контекста (иметь народный характер, учитывать культуру и географическое пространство, историю, природу, христианскую религию), т.е. передавать ценности и идеалы народа.

Под социальным воспитанием понимается развитие социальной активности, «вкуса» и социальной деятельности, духа солидарности. В XIX веке подчеркивалась органическая взаимосвязь духовного (религиозного) и социального становления личности. С целью осмысления процесса становления и развития современной парадигмы социального воспитания

были проанализированы эксперимента, результаты которых нашли отражение в учебных пособиях, монографиях и диссертационных экспериментах конца XX – начала XXI вв. [55].

Революционные преобразования начала XX вв. внесли изменения в понимание «социального воспитания». В период 1917-1930 гг. он употребляется в двух основных значениях: первое – обозначение государственного органа, функцией которого являлось управление детскими воспитательными и образовательным учреждениями; второе – передача общественного опыта от одного поколения к другому. Социальное воспитание как передача общественного опыта одного поколения к другому в 20-е годы XX в. рассматривалось как наиболее важный и ответственный участок в системе народного образования, однако единого толкования этого понятия среди педагогов того времени не было.

Известный педагог Н. Н. Иорданский в 1923 г. опубликовал книгу «Основы и практика социального воспитания», в которой он выделил четыре взгляда на сущность социального воспитания:

- вся система воспитания со всеми его сторонами (учебные занятия, их обстановка, организация детей, наблюдение за их здоровьем, личность учителя и др.);

- воспитание как общественное явление, опирающееся в организационном отношении на общественные формы жизни;

- воспитание социальных инстинктов и навыков, создание социальной жизни в учебных занятиях детей и в организации их жизни на основе самоуправления;

- связан с социальной педагогикой как научной и практической дисциплиной. [53] Однако очень скоро термин «социальное воспитание» приобретает идеологическое содержание, классовый характер, оно начинает подразумевать различные виды педагогического воздействия на ребенка в целях формирования его как физически здорового, вооруженного необходимыми знаниями, умениями и навыками борца за строительство

социалистического общества. Классовый принцип социального воспитания получил наиболее широкое распространение в 20-е годы XX в. Именно тогда широко внедряются такие слова, как «буржуй», «кулак», «пролетарий». В этом общественном контексте понятие «социальное воспитание» было тесно связано с социальным происхождением человека.

Однако термин «социальное воспитание» просуществовал сравнительно недолго. Н. К. Крупская критиковала его как «нечто аморфное, неопределенное». А после известного постановления Центрального комитета ВКП(б) 1936 года «О педологических извращениях в системе наркомпроса» социальное воспитание фактически прекратило свое существование. В советский период развития нашего общества на смену социальному воспитанию пришел термин «коммунистическое воспитание» [51].

Раскрытию сущности коммунистического воспитания, его содержания, методики воспитательной работы были посвящены работы – А.С. Макаренко [10], В.А. Сухомлинского [18]. В этот период закрепилась трактовка понятия воспитания в широком и узком смысле слова. В первом случае воспитание включало в себя образование и обучение и охватывало работу всех социальных институтов воспитания. Вторая трактовка была связана с воспитанием у детей мировоззрения, нравственного облика, всестороннего гармонического развития личности.

А.С. Макаренко (1888-1939) установил, что именно разрыв социальных связей наносит взрослеющему человеку вред, а их восстановление выправляет его развитие. Суть социального воспитания – состоит в укреплении правильных отношений между подрастающим человеком и обществом, создании благоприятного морального климата [59].

Выдающийся педагог предложил отказаться от традиционных взглядов на воспитание как явление, существующее в пространстве отношений воспитателя и воспитуемого. Он говорит о широкой стихии воспитания, «которая проводится не только воспитателями, но и всей нашей жизнью – каждым из вас над каждым из вас». Социальное воспитание представляет

собой процесс взаимодействия воспитателя и воспитуемого (в том числе социальных институтов и индивида), в результате чего происходит осознание индивидом и корректировка значимых для него ценностей, потребностей, мотивов, норм, привычек поведения и развитие общественно значимых качеств личности.

Социальное воспитание тесно связано с обучением, общим и профессиональным образованием, психологической подготовкой личности, самообразованием и самовоспитанием. Теоретические взгляды А. С. Макаренко на коммунистическое воспитание пронизаны гуманистическими идеями, в основе которых лежит сочетание влияний коллектива и развития активности личности, ее гражданских качеств, социальной ответственности, основанной на сознательной дисциплине и чувстве долга [63].

Учения А.С. Макаренко продолжил В.А. Сухомлинский (1918-1970). Он неоднократно подчеркивал, что нет и не может быть воспитания гуманиста без человеческой любви и уважения к воспитанникам, потому что именно разумная любовь и уважение делают ребенка способным поддаваться влиянию педагога и коллектива. Стремился к созданию в школе высоконравственного школьного коллектива, в котором согласованно действовали коллектив педагогов – энтузиастов-единомышленников и сплочённый ученический коллектив. В таком коллективе не возникал вопрос о наказаниях, царила атмосфера взаимопонимания. Регуляторами поведения становились нравственные нормы, добрые традиции, которые являлись залогом социального воспитания. Успешное развитие и формирование личности Макаренко А.С. и Сухомлинский В.А. видели в осуществлении только в коллективе и через коллектив, что является одной из важнейших закономерностей социального воспитания в советский период [65].

Свое «второе рождение» термин «социальное воспитание» получил в 80-90-е годы XX в, которые характеризуются тем, что в России начинается период активного знакомства с трудами зарубежных педагогов и психологов, в том числе по проблеме социального воспитания.

Особенности социального воспитания в начале XX в. изложены американским педагогом, философом Джоном Дьюи (1859-1952) в работе «Школа и общество» [44], где он утверждал, что, поскольку воспитание детерминировано экономическим и социальным развитием общества, люди должны учиться жить в новых условиях. Большую роль в этом он отводил новой общественной школе, которая из «школы слушания» должна превратиться в «прагматическую школу». В своих трудах «Школа будущего»

Дьюи рассматривал социальное воспитание как процесс накопления и реконструкции опыта с целью углубления его социального содержания.

Обучение в такой школе должно сводиться преимущественно к игровой и трудовой деятельности, где каждое действие ребенка становится инструментом его познания, его открытия, способом постижения истины. Такой путь познания представлялся прагматистам более соответствующим природе ребенка, нежели традиционное сообщение ему знаний. Именно в этой воспитывающей и обучающей среде дети гораздо успешнее смогут развивать личную активность, инициативу, чувство социального сотрудничества [29].

Развивая понятие социального воспитания К. Молленгауэр (Германия) отмечал, что, если отдельные общественные институты не в состоянии решить эту проблему ребенка с трудностями в обучении, то возникает необходимость создания третьего пространства воспитания (кроме семьи и школы) - государственной помощи. При этом социальное воспитание, считал он, должно иметь дело с решением проблем, возникающих в процессе развития и включения в общество подрастающего поколения.

Социальное воспитание подростка представляет собой формирование необходимых обществу социальных свойств личности, становление человека как субъекта социального поведения.

Таким образом, в трудах современных ученых, феномен социального воспитания получает многоаспектную характеристику. Социальное воспитание рассматривается как [44]:

- процесс и результат воспитательной деятельности, которая направлена на социальное развитие, формирование социальной компетентности, включение в социальную жизнь;

- система общественной, государственной помощи человеку при определенных затруднениях, нарушениях;

- разработка специфических задач воспитания в отличие от других видов воспитания (семейного, религиозного), которые реализуются в воспитательной организации;

- отношение к социальной действительности, взаимосвязь субъекта со средой, через систему взаимоотношений с окружающими.

Цель социального воспитания, направлена, прежде всего, на успешную социализацию личности, когда раскрытие индивидуальных возможностей необходимо для наиболее полной реализации себя в обществе.

Опираясь на определения А.В. Мудрика и М.А. Галагузовой в решении задач нашего эксперимента, под «социальным воспитанием» мы понимаем составную часть процесса социализации, педагогически регулируемую и осуществляемую в специально созданных воспитательных организациях, направленную на включение подростков, проживающих в интернатных учреждениях, в общество, которые наиболее часто и устойчиво имеют затруднения при вхождении в социум [65].

Основные идеи и положения социального воспитания адекватны к условиям и потребностям общества. Оно отражает и выражает объективный конкретно-исторический процесс движения отношений, общения и деятельности в обществе и должно отвечать социальному заказу, выраженному в форме цели формирования личности. В таком случае, по мнению В.Г. Бочаровой, на первый план выдвигается задача «приведения в соответствие – общества, направляющего воспитательные возможности всех субъектов и сфер жизнедеятельности в интересах каждого человека и механизма активизации самой личности, ее творческого потенциала на благо общества».

Социальное воспитание – сложный процесс вхождения подрастающего поколения в жизнь общества, адаптации к ее многообразию и трудностям.

Социальное воспитание предполагает полноценное использование в воспитательном процессе всего арсенала средств и возможностей, которыми располагает общество в целях формирования личности, адекватной требованиям этого общества и в определенной мере отражающей его развитие. Это означает и общественную, и семейную, и индивидуальную ответственность, которая осуществляется на уровне образовательно-воспитательных учреждений, но и всем обществом в целом, его культурой и традициями [49].

Важными понятиями социального воспитания являются «развитие» и «становление» личности. Понятие «развитие» включает весь спектр социальных воздействий на ребенка, а так же влияние врожденных и наследственных качеств на становление личности, особенности ее саморазвития. Проблемам развитии личности посвящены многие научные эксперимента (Б.Г. Ананьев [13], Л.И. Божович [17], Л.С. Выготский [35] и др). Содержание и способы целенаправленного развития ребенка в учебновоспитательных учреждениях в целом определяются принципами и задачами социального воспитания, которые рассматриваются как: развитие природных задатков и способностей, реализация возможностей в различных видах творческой деятельности, правильное физическое развитие и укрепления здоровья, развитие гуманистического отношения к окружающему миру, развитие способности взаимодействовать с людьми.

Становление личности – это формирование личности, усвоение индивидом социального опыта, включение его в систему общественных отношений и самостоятельное воспроизводство этих отношений [48].

Результатом становления личности является социализация, которая осуществляется как стихийно, так и целенаправленно через специально организованное взаимодействие. Создавая последнее, общество стремится придать системный характер процессу социального воспитания.

Система социального воспитания на каждом этапе исторического развития общества меняется, исчезают и появляются новые педагогические идеи. Цели и задачи социального воспитания зависят от социальной политики государства и уровня развития общества. В отечественной педагогике описаны разные типы воспитательных систем (М.Д. Виноградова [61], О.В. Заславская, А.В. Мудрик [36], Л.Н. Селиванова, А.М. Сидоркин).

Отечественные педагоги, занимающиеся проблемой социализации ребенка, исследуют эту проблему в двух аспектах. Во-первых, они исследуют сущность относительно социально контролируемой её части – воспитания, его тенденции и перспективы, определяют его принципы, содержание, формы и методы (Н.М. Борытко [21], И.А. Соловцова , А.М. Байбаков).

Во-вторых, изучают общество как социализирующую среду, выявляют его воспитательные возможности для поиска путей и способов использования и усиления позитивных влияний на человека, невелирования, коррекции и компенсации негативных его сторон. (Н.В. Андреенкова, С.Г. Вершловский [43], В.З. Вульфов [37], Я.И. Гилинский [40], М.З. Ильчиков [28], М.С. Комаров, А.В. Мудрик, Б.А. Смирнов, Д.И. Фельдштейн и др.).

В образовательном учреждении современный воспитательный процесс направлен на социализацию ребенка, которая включает формирование социального сознания и социально-нравственного опыта в разных видах деятельности. Однако социальное воспитание становится относительно автономной сферой воспитания на определенном этапе развития общества, процессе социализации, когда приобретает такую степень сложности, что возникает необходимость в специальной деятельности по подготовке подрастающих поколений к жизни в социуме. «Социализация - процессе полной интеграции личности в социальную систему, в ходе, которого происходит ее приспособление». Данное определение сложилось в структурно-функциональном направлении американской социологии. Особенность его в том, что в традициях школы социализация раскрывается

через понятие «адаптация». Понятие адаптации, являясь одним их центральных понятий биологии, означает приспособление живого организма к условиям среды. Это понятие было экстраполировано в обществознание и стало обозначать процесс приспособления человека к условиям социальной среды.

Социальная адаптация - вхождение в социально-ролевые связи и отношения, в процессе которого личность овладевает социальными нормами, правилами, ценностями, социальным опытом, социальными отношениями и действиями.

Социальная норма определяет исторически сложившийся в конкретном обществе предел, меру, интервал допустимого (дозволенного или обязательного) поведения, деятельности людей, социальных групп, социальных организаций. В отличие от естественных норм физических и биологических процессов социальные нормы поведения складываются как результат адекватного или искаженного отражения в сознании и поступках людей объективных закономерностей функционирования общества. Социальные нормы поведения представляют собой совокупность правил поведения в обществе, знаний о способах взаимодействия с другими людьми, о своём месте в социальном мире, а также усвоение гибких навыков взаимодействия [54].

Важнейшим в социальном воспитании является умения следовать социальным нормам поведения, которые формируются в процессе взаимодействия человека с другими людьми в социальной среде, проявляются в готовности к социальным действиям.

В нашем исследовании целью социального воспитания являться – освоение социальных норм поведения подростками в условиях общеобразовательного учреждения.

Решение проблемы социального воспитания личности подростка в условиях общеобразовательного учреждения обусловливает необходимость индивидуализации этого процесса. В работе В.И. Слободчикова

«Психологические проблемы становления внутреннего мира человека» субъективность личности и её индивидуальность положены в основу саморазвития и социализации в условиях становления личности. По мнению автора, одним из важных факторов торможения социализации личности выступает система затруднений, с которыми подросток самостоятельно справиться не может в силу малого социального опыта, и сама система традиционного воспитания мало способствует этому [8].

Педагогическая поддержка личности подростка в интернатном учреждении видится как реализация системы педагогической деятельности, обеспечивающей раскрытие личностного потенциала подростка, включающая помощь воспитанникам и воспитателям в преодолении социальных, психологических, личностных трудностей (Т.В. Анохина [30], В.П. Бедерханова [11], О.С. Газман [46], Т.В. Фролова, И.Д. Фрумин, И.С. Якиманская и др.).

Педагоги общеобразовательных учреждений должны способствовать освоению воспитанниками социальными нормами поведения. Деятельность профессиональных педагогов и психологов связана с оказанием оперативной помощи детям и подросткам в решении их индивидуальных проблем, связанных с физическим и психическим здоровьем, деловой и межличностной коммуникацией, с успешным продвижением в обучении, с жизненным и профессиональным самоопределением».

Одним из этих механизмов можно считать технологии социального воспитания. Технологии социального воспитания направлены на включение подростка в социальный контекст, обеспечивают усвоение и освоение социальных норм поведения. Иными словами, «технологии социального воспитания» связаны с определенными действиями подростка в социальной среде, влияющими на его личностное развитие [13].

## 1.2Психологическая характеристика детей подросткового возраста

Наиболее интересны, с точки зрения формирования системы ценностных ориентаций личности, старший подростковый и переходный к юношескому, возраст, поскольку именно с этим периодом онтогенеза связан тот уровень развития ценностных ориентаций, который обеспечивает их функционирование как особой системы, оказывающей определяющее воздействие на направленность личности, ее активную социальную позицию.

Система ценностных ориентаций личности является многофункциональным психологическим органом, механизмом личностного роста и саморазвития, при этом сами носят развивающийся характер и представляют собой динамическую систему.

Особое значение для формирования ценностной структуры подростка определяется характерной для этого периода специфической ситуацией развития. Подростковый возраст (или ранняя юность) – это граница между детством и взрослой жизнью, связанная с возрастом обязательного участия человека в общественной жизни [66].

Особое положение подросткового периода в развитии ребенка отражено в его названиях: «переходной», «переломный», «трудный», «критический». В них зафиксирована сложность и важность происходящих в этом возрасте процессов развития, связанных с переходом от одной эпохи жизни к другой. Переход от детства к взрослости составляет основное содержание и специфическое отличие всех сторон развития в этот период – физического, умственного, нравственного, социального.

По всем направления происходит становление качественно новых образований, появляются элементы взрослости в результате перестройки организма, самосознания, отношений с взрослыми и товарищами, способов социального взаимодействия с ними, интересов, познавательной и учебной деятельности, содержания морально-этических норм, опосредствующих поведение, деятельность и отношения.

В кризисные периоды состояния общества подростки оказываются, как

отмечают ученые В.Г. Алексеев, Б.С. Волков, И.С. Кон и др., – самыми социально неустойчивыми, нравственно неподготовленными и не защищенными. Современные подростки испытывают острый кризис в процессе формирования их ценностных ориентаций. Прежде всего, он проявляется в отсутствии у большинства из них базовых ценностей (смысл жизни, понятие о жизни, духовность, патриотизм и многое другое).

Психологи сходятся на том, что подростковый возраст является особым этапом развития личности. Взросление из «ребенка в подростка» неизменно сопровождается стремлением более углубленно понять себя, разобраться в своих чувствах, настроениях, мнениях, отношениях. Именно в подростковом возрасте начинает устанавливаться определенный круг интересов, который постепенно приобретает известную устойчивость. Этот круг интересов является психологической базой ценностных ориентаций подростка. В этом возрасте происходит переключение интересов с частного и конкретного на отвлеченное и общее, наблюдается рост интереса к вопросам мировоззрения, религии, морали, эстетики. Развивается интерес к психологическим переживаниям других людей и к своим собственным [32].

Однако в современном мире подростки являются невольными свидетелями курения, употребления спиртных напитков, психоактивных веществ, негативное отношение к физической культуре старшеклассниками, взрослыми людьми, родителями. В сознании подростка закрепляется подобная модель поведения взрослых людей и для многих в дальнейшем становится их нормой поведения.

Употребление табака и алкоголя взрослыми людьми – их личное дело, особенно когда это не касается окружающих. Употребление табака и алкоголя подростками – отклоняющееся поведение. Ученые доказали, что если подростки употребляют табак и алкоголь, то увеличивается вероятность того, что в дальнейшем они попробуют наркотики. Различные отклонения в поведении подростков редко встречаются в изолированном виде. Обычно употребление табака, алкоголя, наркотиков сопровождаются ложью,

хулиганством, прогулами занятий и плохой успеваемостью в школе.

Социальное становление человека происходит в течение всей жизни и в разных социальных группах. Семья, детский сад, школьный класс, студенческая группа, трудовой коллектив, компания сверстников – все это социальные группы, составляющие ближайшее окружение индивида и выступающие в качестве носителей различных норм и ценностей. Такие группы, задающие систему внешней регуляции поведения индивида, называются институтами социализации и являются факторами, оказывающими влияние на формирование ценностных ориентаций личности.

Подростковый возраст является периодом интенсивного формирования системы ценностных ориентаций, оказывающей влияние на становление характера и личности в целом. Процесс формирования ценностных ориентаций стимулируется значительным расширением общения, столкновением с многообразием форм поведения, взглядов, идеалов [17].

Ценностные ориентации – система личностных установок по отношению к существующим в обществе материальным и духовным ценностям. Формирование системы ценностей – это последовательный и длительный процесс, при котором ценности подвергаются изменениям, проходят определённые состояния: из непосредственных в опосредованные, из непроизвольных в произвольные, из неосознаваемых в сознательные.

Ценностные ориентации подростков – сложный социально-психологический феномен, характеризующий направленность и содержание активности личности, являющийся составной частью системы отношений личности, определяющий общий подход человека к миру, к себе, придающий смысл и направление личностным позициям, поведению, поступкам. Система ценностных ориентаций выражает внутреннюю основу отношений личности с действительностью. Ценностные ориентации задают общую направленность интересам и устремлениям подростка; иерархию индивидуальных предпочтений и образцов; целевую и мотивационную программы; уровень притязаний и престижных предпочтений; меру

готовности и решимости к реализации собственного «проекта» жизни.

Подростковый возраст - «стадия онтогенетического развития между детством и взрослостью (от 11-12 до 16-17 лет), которая характеризуется качественными изменениями, связанными с половым созреванием и вхождением во взрослую жизнь» [24].

Подростковый возраст называют переходным, потому что в течении этого периода происходит своеобразный переход от детского к взрослому состоянию, от незрелости к зрелости. В этом смысле подросток – полуребенок и полувзрослый: детство уже ушло, но зрелость еще не наступила. Переход от детства к взрослости пронизывает все стороны развития подростка: и его анатомо-физиологическое, и интеллектуальное, и нравственное развитие, и все виды его деятельности [50].

В подростковом возрасте серьезно изменяются условия жизни и деятельности школьника, что приводит к перестройке психики, ломке старых, сложившихся форм взаимоотношений с людьми. В пятом классе школьники переходят к систематическому изучению основ наук. А это требует от их психической деятельности более высокого уровня: глубоких обобщений и доказательств, понимания более сложных абстрактных отношений между объектами, формирования отвлеченных понятий. У школьника существенно меняется его общественная позиция, его положение в коллективе. Из «маленького» он превращается в «старшего», ученик начинает играть значительно большую роль в школе, семье, ему начинают предъявлять более серьезные требования со стороны общества и коллектива, со стороны взрослых [24].

К концу подросткового возраста очень многие школьники должны будут профессионально определиться, включиться в сферу материального производства или обслуживания населения. Поэтому профессиональная ориентация, подготовка к сознательному выбору профессии постепенно становятся одной из самых существенных особенностей формирования личности в подростковом возрасте.

В подростковом возрасте происходит перестройка всего организма подростка. Это период бурного, и в то же время неравномерного, физического развития, когда происходит усиленный рост тела, совершенствуется мускульный аппарат, идет интенсивный процесс окостенения скелета.

Прежде всего наблюдается резкий рост тела в длину. Особенно интенсивно происходит рост скелета и конечностей в длину, а грудная клетка и таз отстают в развитии, отсюда впечатление угловатости, нескладности подростка. Это вызывает и некоторые психологические проявления – подросток осознает свою угловатость, стесняется е, старается сгладить свою нескладность: принимает порой неестественные, вычурные позы. Даже добрая шутка по адресу его фигуры, позы или походки вызывает часто бурную реакцию – подростку непереносима мысль, что он смешон и нелеп в глазах других людей [27].

Самый важный факт физического развития подростков – половое созревание, начало функционирования половых желез. В связи с этим естественно появление у подростков до сих пор незнакомого им, и в каком-то смысле неожиданного для них полового влечения и соответствующих мыслей, чувств, переживаний, специфического интереса к противоположному полу, к соответствующему содержанию книг, кинофильмов. Важно переключить внимание подростков, направить их на иную, интересную и занимательную для них деятельность.

В подростковом возрасте существенно перестраивается характер учебной деятельности. Расширение связей с окружающим миром, широкое всепоглощающее общение со сверстниками, личные интересы и увлечения часто снижают непосредственный интерес подростков к учению. Сознательно-положительное отношение ребят к учению возникает тогда, когда учение удовлетворяет их познавательные потребности, благодаря чему знания приобретают для них определенный смысл как необходимое и важное условие подготовки к будущей самостоятельной жизни [32].

В процессе учения очень заметно совершенствуется мышление подростка. Основная особенность мыслительной деятельности подростка – нарастающая с каждым годом способность к абстрактному мышлению, изменение соотношения между конкретно-образным и абстрактным мышлением в пользу последнего. Также подросток приобретает способность к сложному аналитико-синтетическому восприятию предметов и явлений. Восприятие становится плановым, последовательным всесторонним. Существенные изменения претерпевают память и внимание. Развитие идет по пути усиления их произвольности. Нарастает умение организовывать и контролировать свое внимание, процессы памяти, управлять ими. Память и внимание постепенно приобретают характер организованных, регулируемых и управляемых процессов [22].

В подростковом возрасте ярко выражена такая черта как активность личности. Очень важно, чтобы эта активность реализовывалась в труде. В общественно полезном труде подростки получают возможность реализовать формирующееся у них чувство взрослости. В коллективном труде у подростков формируются ценные качества личности: целеустремленность, коллективизм, настойчивость, трудолюбие, инициативность.

Формируя личность подростка необходимо опираться на характерное для подростков эмоционально окрашенное стремление активно участвовать в жизни коллектива. Поэтому предъявление требований к подростку в коллективе и через коллектив – один из путей формирования его личности. Влечение подростков к коллективу нередко выражается в том, что они организуют уличные, дворовые компании. Большая часть этих групп представляет собой устойчивые образования, которыми руководят более старшие ребята. Далеко не все такие компании должны вызывать настороженное отношение со стороны взрослых, но необходимо присмотреться к ним, понаблюдать и постараться вовлечь их в сферу влияния общественных организаций [50].

Одна из важнейших особенностей подросткового возраста – развитие нравственного сознания: нравственных представлений, понятий, убеждений, системы оценочных суждений, которыми подросток начинает руководствоваться в поведении. В зависимости от того, какой нравственный опыт приобретает подросток, какую нравственную деятельность он осуществляет, будет складываться его личность. Если подросток приобретает положительный опыт нравственного поведения, если его нравственные представления и понятия складываются под правильным руководством, то его отличает высокий уровень нравственного сознания [28].

В тесной связи с формированием убеждений складываются и нравственные идеалы.

В подростковом возрасте для большинства детей характерна такая черта, как упрямство, что связано с неправильным представлением о принципиальности, независимости и самостоятельности – качествах, очень ценимых подростками: «Хочу быть самостоятельным и обходиться без чужих советов. Пусть плохо и глупо, зато делаю, как хочу». При этом не так важно, кто прав. В подростковом возрасте, кода человек складывается как личность, ему важно чувствовать себя взрослым, сознавать, что он может противостоять воле взрослого человека [39].

Один из самых важных моментов в развитии личности подростка - формирование у него самосознания, потребности осознать себя как личность. У подростка возникает потребность оценить свои возможности, для того чтобы найти свое место в коллективе, в обществе. На первых порах в основе самосознания подростка лежат суждения о нем других – взрослых (учителей, родителей), коллектива, друзей. С возрастом помимо этого начинает сказываться тенденция самостоятельно анализировать и оценивать собственную личность. На основе развития самооценки у подростка возникает стремление к самовоспитанию, сознательному и целеустремленному развитию у себя положительных качеств и торможению отрицательных проявлений, преодолению отрицательных черт, устранению

недостатков. Однако сравнительно небольшой жизненный опыт, ограниченный кругозор часто приводят к тому, что самовоспитание подростка принимает наивные и чудаковатые (а порой и вредные для здоровья) формы. Отсюда понятно, как необходимо помочь подросткам правильно разобраться в своих достоинствах и недостатках, указать на правильные пути самовоспитания, разумные формы самоконтроля за поведением [31].

Важная особенность подросткового возраста – формирование центрального новообразования этого возраста, своеобразного чувства взрослости, когда подросток начинает считать, что он уже не ребенок, а становится взрослым, когда он осознает свою готовность жить в коллективе взрослых в качестве полноценного и равноправного участника этой жизни.

Чувство взрослости вызывает стремление подростков к самостоятельности и независимости. Чувство взрослости – это здоровое и ценное чувство. Взаимоотношения с подростками надо перестраивать, признавая их права на относительно большую независимость и самостоятельность.

В подростковом возрасте ярко проявляются стремление к общению, к жизни в коллективе сверстников, потребность в дружбе на почве общих интересов, увлечений, совместной деятельности. Дружеские отношения в подростковом возрасте более устойчивы, носят эмоционально-напряженный характер. Прекращение дружеских отношений часто воспринимается подростками очень болезненно. Дружба подростков далеко не всегда носит положительный характер. Иногда она возникает на почве нездоровых интересов или увлечений, совместного пустого времяпрепровождения. Наблюдается и паразитическая форма дружбы по расчету [29].

Воспитание подростка - серьёзная проблема, стоящая перед родителями, школой, обществом.

Перед школой и социальным педагогом в решении этой проблемы стоят достаточно четкие и определенные общественные цели: они должны

передать знания и опыт молодому поколению и помочь ему найти себя в этом мире, самоопределиться.

Помочь подростку самореализоваться социальный педагог может, если он является настоящим профессионалом, если он не выступает лишь в роли простого функционера, а находит пути для развития творческих возможностей каждого ребенка, его потребностей и самореализации [23].

Таким образом,подростковый возраст - очень важный период в жизни человека, когда происходит его становление как личности, формирование его мировоззрения, самосознания. От того, насколько успешно будет проходить процесс социализации в этом возрасте, зависит будущее человека. Поэтому очень важно, чтобы руководили этим процессом небезразличные к подростку профессионалы, которые в своих отношениях с подростками в первую очередь опирались бы на знания психологии этого возраста и особенностей ее проявления в современных условиях жизни.

## 1.3. Здоровьесберегающая среда как средство социального воспитания подростков

Здоровьесберегающая среда образовательного учреждения определяется как совокупности управленческих, организационных, обучающих условий, направленных на формирование, укрепление и сохранение социального, физического, психического здоровья и адаптации школьников на основе психолого-педагогических и медико-физиологических средств и методов сопровождения образовательного процесса, профилактики факторов «риска», реализации комплекса межведомственных оздоровительных мероприятий.

Здоровьеформирующее образование – это педагогический процесс, направленный на формирование и развитие у субъектов позитивной, устойчивой ориентации на сохранение здоровья, как необходимого условия жизнеспособности.

В образовательной практике – это может проявляться в формировании у субъектов педагогического процесса [38]:

способности к позитивному саморазвитию в различных жизненных обстоятельствах, уверенности в себе, развитию чувства компетентности и собственной ценности;

мотивации укрепления здоровья, посредством установки на ценность собственного здоровья; приобретения знаний о своем здоровье; овладения способами, охраняющими и умножающими здоровье; умения применять формы накопления здоровья к особенностям своего организма;

культуры здоровья, направленной на ответственное отношение как к своему, так и здоровью окружающих, на стремление сохранить и приумножить свой природный потенциал, гармонизацию личности, готовность поддержать свое душевное равновесие и окружающих, способность воспринимать и создавать прекрасное.

Влияние здоровьесберегающей среды на социальное воспитания подростков [2]:

- усвоение знаний о здоровом образе жизни, профилактике заболеваний. На основании знания окружающей реальности у субъекта формируются определенные позиции (тревога; ужас; волнение; сомнение; интерес; воодушевление; радость; уверенность; наслаждение; покой и другие), которые представляют собой эмоциональные предрасположения к формированию мотивации здорового образа жизни.

- формирование мотивации здорового образа жизни: мотивационная установка; желание; убеждение; привычка; интерес; направленность личности.

- самоопределение личности, то есть осознанный выбор здорового образа жизни; осознание себя субъектом данной деятельности. Критерием осознанного выбора здорового образа жизни является ориентация личности на развитие знаний, умений, навыков по укреплению собственного здоровья,

формированию культуры здоровья. Здоровый нищий счастливее больного короля (А.Шопенгауэр).

Показателями социального воспитания личности являются: конкретизация жизненных целей; самоидентификация; коммуникативные умения инавыки; отношение к культурным нормам; самосохранительное поведение, которое играет важную роль в формировании позитивного отношения индивида к здоровому образу жизни [5].

Под принципом социального воспитания личности можно понимать процесс формирования системы мотивов, ориентирующих человека на созидательную деятельность, здоровый образ жизни, признание себя субъектом собственного развития. Еще Д. Лэббок писал, что здоровье гораздо более зависит от наших привычек и питания, чем от врачебного искусства.

Формирование социального воспитания подростков посредством здоровьесберегающей среды в школе включает четыре составляющих [7]:

1. Создание информационно-пропагандистской системы повышения уровня знаний о негативном влиянии факторов риска на здоровье, возможностях его снижения. Через текущую, повседневную информацию подросток получает необходимые знания, которые в той или иной степени влияют на поведение, а следовательно, и на образ жизни.

2. Второе важное направление формирования здорового образа жизни – так называемое «обучение здоровью»: комплексная просветительская, обучающая и воспитательная деятельность, направленная на повышение информированности по вопросам здоровья и его охраны, на формирование навыков укрепления здоровья, создание мотивации для ведения здорового образа жизни как отдельных людей, так и общества в целом. Сегодня это особенно важно в отношении молодежи, находящейся в зоне риска. Школа является центром формирования мировоззрения и интеллектуального уровня молодого человека. Именно здесь в течение всего периода есть возможность дать детям и родителям знания о сущности психического и физического

здоровья, в доступной форме изложить причины его нарушений, научить методам его восстановления и укрепления [9].

Здоровье учащихся непосредственно зависит от отношения детей к его сохранению и укреплению. В то же время воспитание у детей заботы за собственное здоровье, формирование соответствующих умений и навыков в подавляющем большинстве заформализовано. Сложившаяся практика сводит эту работу в школе к лекциям, основным содержанием которых являются сведения о клинике, диагностике и лечении заболеваний. Как правило, их читают школьные медработники или врачи территориальных поликлиник. Однако они не владеют методологией обучения и воспитания здоровому поведению, теорией и методами формирования у людей позитивной мотивации на сохранение здоровья. Отсюда отсутствие озабоченности состоянием собственного здоровья у подавляющей части здорового населения [1].

3. Меры по снижению распространенности курения и потребления табачных изделий, снижению потребления алкоголя, профилактика потребления наркотиков и наркотических средств. От степени заинтересованности людей в собственном здоровье напрямую зависит успех данного направления в работе по формированию здорового образа жизни. В последние годы в обществе стало более настойчивым стремление оградить население, особенно молодежь, от вредных привычек, формируется законодательная база в этой области, однако говорить об успехах преждевременно. Три четверти мужчин в возрасте до 40 лет курит, увеличивается удельный вес курящих женщин и подростков. Злоупотребление алкоголем является причиной более 70 процентов несчастных случаев, 60 процентов смертельных отравлений связано с употреблением алкогольных напитков. Согласно данным общероссийского мониторинга наркоситуации, количество лиц, допускающих незаконное потребление наркотиков, составляет 6 млн. человек [22].

4. Побуждение подрастающего поколения к физически активному

образу жизни, занятиям физической культурой, туризмом и спортом, повышение доступности этих видов оздоровления. Конечно, коммерциализация спортивной инфраструктуры препятствует развитию массового спорта. В то же время, сводить проблему исключительно к доступности спортивных сооружений неправильно. Речь должна идти о борьбе с гиподинамией всеми доступными способами, включая уроки физкультуры в школе, утреннюю гимнастику, пешие прогулки и походы и другие формы, доступные для массового использования [28].

Формирование социального воспитания заключающего в ценности здорового образа жизни у подростков обеспечивается подбором видов деятельности, их содержания, форм и методов, соответствующих возрастным особенностям. Для реализации этих задач, во-первых, необходимо вовлечение подростков в активное участие в процесс целостного осуществления профилактической программы: от постановки цели и задач, планирования средств и методов их реализации до координации, контроля и оценки (самооценки). Во-вторых, специфика такой деятельности предполагает элементы самоуправления, допускающие свободный выбор и творческий подход к подбору средств и способов достижения конечной цели и желаемого результата. В-третьих, сама деятельность является в достаточной степени сложной по структуре и интересной по содержанию. В-четвёртых, деятельность является доступной, посильной, длительной и систематической. Такая деятельность обеспечивает формирование ценностных установок и мотивов социального воспитания и здорового образа жизни. Ценность здорового образа жизни – устойчивое личностное образование, присвоение личностью установки на здоровье как одной из наивысших человеческих ценностей, способствующей дальнейшему личностному развитию и самосовершенствованию [14].

Здесь необходимо учитывать и реалии подросткового возраста: в этот период развития человека закладываются базовые ценности, которые на долгие годы определяют его социальный облик, складываются модели

поведения. Доказано, что среди основных факторов, оказывающих влияние на социальное воспитание, решающим является образ жизни. Следовательно, необходимо научить взрослеющего человека приложить собственные усилия в выбор здорового образа жизни, который максимально бы согласовывался с его внутренней природой.

Поэтому содержание работы с подростками на формирование социального воспитания должно быть направлено [5]:

- на формирование самостоятельности, инициативы, ответственности, автономности подростков как альтернативы табакокурению и другим формам зависимого поведения;

- на пропаганду формирования ценностей здорового образа жизни и ценности здоровья в целом;

- на развитие эмоциональной сферы подростка, расширение диапазона эмоциональных переживаний, повышение компетентности в понимании собственных эмоциональных переживаний, повышение компетентности в понимании собственных эмоциональных состояний (рефлексия) и состояний других людей;

- на становление социальной компетентности подростка, позволяющей эффективно действовать в жизненных ситуациях разного типа, продуктивно разрешать трудности, умение обнаружить дефицит собственного ресурса и находить варианты его восполнения, – это всё то, что позволяет подростку быть успешным во взаимодействии с разными людьми и проблемами.

По современным представлениям в формирование ценностных установок и мотивов социального воспитания а также здорового образа жизни входят следующие составляющие (компоненты) [15]:

Главной целью формирования ценностных установок и мотивов социального воспитания подростков является: гарантия здоровья, успешности в быстроменяющемся социуме, востребованности на рынке труда, реализация умственных и физических возможностей, безопасности жизнедеятельности. При достижении обозначенной цели формируется

жизненная важная компетенция: умение в любой момент принимать правильное решение в пользу своего здоровья, применяя все знания, умения и навыки по здоровьесбережению.

На формирование ценностных установок и мотивов социального воспитания а также здорового образа жизни используют различные методы и приемы: практический, познавательный, ситуационный, соревновательный метод, активные методы обучения, воспитательные, просветительские и образовательные программы [14].

В число важнейших задач, способствующих формированию социального воспитания подростков входит пропаганда здорового образа жизни. Задачи педагогов и психологов: во-первых, довести до сведения подростков информацию о том вреде, который наносит пьющий человек своему здоровью и здоровью своих близких (в первую очередь – детей), а во-вторых, рассказать учащимся о вредных веществ.

Разрабатываются единые научно-обоснованные методологические подходы к оценке и восстановлению функционального состояния подростков-старшеклассников, а также социально-гигиенические основы режима труда, отдыха и рационального питания на разных этапах обучения с учетом профиля вуза и специфики программы обучения.

Знания и умения, которыми должен обладать подросток с позиции социального воспитания а также здорового образа жизни [36]:

- знать и применять правила поведения в экстремальных ситуациях: под дождем, градом, при сильном ветре, во время грозы, наводнения, пожара, при встрече с опасными животными, насекомыми;

- позитивно относиться к своему здоровью; владеть способами физического самосовершенствования, эмоциональной саморегуляции, самоподдержки и самоконтроля;

- знать и применять правила личной гигиены, уметь заботиться о собственном здоровье, личной безопасности; владеть способами оказания первой медицинской помощи;

- иметь многообразие двигательного опыта и умение использовать его в массовых формах соревновательной деятельности, в организации активного отдыха и досуга;

- уметь подбирать индивидуальные средства и методы для развития своих физических качеств.

Помимо создания общего положительного фона в отношении здоровья и здоровьесберегающего поведения, дополнительным содержанием такой работы должно стать просвещение. Просветительские задачи могут решаться не только путем предоставления информации о важности ведения здорового образа жизни в среде учащейся молодежи, но и в ходе совместной деятельности учебных заведений и студентов, направленной на поддержание, укрепление и сохранение здоровья молодого человека и формирование здоровьесберегающей среды [22].

Процесс социального воспитания сохранения и укрепления здоровья подростков, формирования у них культуры здоровья имеет ценности, структурированные в соответствии с теоретически обоснованными субъектами данного процесса [20]:

- осознание причин своих личностных, профессиональных и других переживаний, особенностей формирования межличностных отношений.

- личность формируется посредством обретения культуры, поэтому культурно-оздоровительная деятельность приобретает личную значимость. Процесс обучения и воспитания должен быть направлен на цель, которую определил сам подросток. Для этого важно уточнить значение деятельности, которая затем будет направлять его к цели.

- с позиций педагогов-организаторов этого процесса ведущим обоснован образовательный аспект. Роль подростка рассматривается как постоянное участие в процессе обучения, воспитания, социального развития. Субъекты стремятся использовать новые знания.

Формы работы с подростками направленные на формирование социального воспитания проводятся консультации, беседы, инструктажи,

тренинги, семинары-практикумы, дни открытых дверей, конференции и др. Наиболее приемлемыми и продуктивными в процессе воспитания являются интерактивные формы, которые носят здоровьесберегающий характер и предусматривающие [19]:

- воздействие на эмоциональную сферу молодого человека, способность вызвать разнообразные переживания, связанные с осознанием тех или иных явлений здоровья;

- пробуждение творческого начала, способности стратегического и критического мышления;

- представление в сознании подростка мира культуры, природы и образования как живого организма, живой формы, которая ориентирована на те же реалии, что и повседневное существование. Подросток должен почувствовать естественность и закономерность здоровьесберегающих, здоровьеформирующих, культурных и образовательных процессов.

Процесс формирования социального воспитания подростков посредством здовьесберегающей среды в школе будет эффективным при условии, если [7]:

- учитывать основные особенности детей;

- создавать условия для формирования здорового образа жизни подростков;

- применять на практике различные программы, направленные на формирование социального воспитания и здорового образа жизни подростков;

- совместными усилиями педагогов, социологов, психологов и других специалистов проводить профилактику вредных привычек.

Только в комплексе принятые меры, направленные на формирование социального воспитания посредством здоровьесберегающей среды подростков, впоследствии произведут положительное воздействие на социальное самочувствие, интеллектуальный, профессиональный, генетический потенциал подростков.

Среди методических аспектов формирования социального воспитания подростков посредством здоровьесберегающей среды в системе образования, выделяют несколько групп, в которых используются разные методы и формы работы:

- Медико-гигиенические. Все проблемы, связанные со здоровьем человека, традиционно относятся к компетенции медицинских работников, к ответственности системы здравоохранения. Но на практике медицинские работники занимаются не столько здоровьем, сколько болезнями. Поэтому именно в образовательных учреждениях использование профилактических программ должно являться обязательным. Медицинский кабинет школы организует проведение прививок учащимся, оказание консультативной и неотложной помощи обратившимся в медицинский кабинет, проводит мероприятия по санитарно-гигиеническому просвещению учащихся и педагогического коллектива, следит за динамикой здоровья учащихся, организует профилактические мероприятия в преддверии эпидемий (гриппа) и решает ряд других задач, относящихся к компетенции медицинской службы [31].

- Физкультурно-оздоровительные направлены на физическое развитие подростков: закаливание, тренировку силы, выносливости, быстроты, гибкости и других качеств, отличающих здорового, тренированного человека от физически немощного. Реализуются на уроках физической культуры и в работе спортивных секций.

- Здоровьесберегающие образовательные технологии подразделяются на 3 три подгруппы:

- организационно-педагогические компетенции, определяющие структуру учебного процесса, способствующих предотвращению состояния переутомления, гиподинамии и других дезаптационных состояний;

- психолого-педагогические компетенции, связанные с непосредственной работой учителя на уроке, и психолого-педагогическое сопровождение всех элементов образовательного процесса;

- учебно-воспитательные компетенции, которые включают программы по обучению грамотной заботе о своем здоровье и формированию культуры здоровья учащихся, мотивации их к ведению здорового образа жизни, предупреждению вредных привычек, предусматривающие также проведение организационно-воспитательной работы со школьниками после уроков, просвещение их родителей.

Отдельное место занимают еще две группы компетенций, реализуемые вне школы, но включаемые во внеурочную работу школы [35]:

- социально адаптирующие и личностно-развивающие компетенции включают технологии, обеспечивающие формирование и укрепление психологического здоровья учащихся, повышение ресурсов психологической адаптации личности (социально-психологические тренинги, программы социальной и семейной педагогики);

- лечебно-оздоровительные компетенции составляют самостоятельные медико-педагогические области знаний: лечебную педагогику и лечебную физкультуру, воздействие которых обеспечивает восстановление физического здоровья подростков.

Методические аспекты формирования здоровьесберегающих компетенций подростков должны удовлетворять принципам здоровьесбережения, которые сформулировал Н. К. Смирнов:

- «Не навреди!» – все применяемые методы, приемы, используемые средства должны быть обоснованными, проверенными на практике, не наносящими вреда здоровью ученика и учителя.

- Приоритет заботы о здоровье учителя и учащегося – все используемое должно быть оценено с позиции влияния на психофизиологическое состояние участников образовательного процесса [26].

Системный подход реализации здоровьесберегающих компетенций предполагает два важных условия решения этих проблем для достижения объединяющей их цели: сохранение и укрепление здоровья подростков.

Первое – взаимосвязь проблем и путей их решения. Второе – многоуровневая структура каждой из проблем, соответствующая характеру решаемых задач и распределению сфер ответственности.

Основанный на выделенных принципах здоровьесберегающий учебно-воспитательный педагогический процесс имеет дело с подростком как целостной личностью, принимает его таким, каков он есть и помогает ему состояться как здоровому, активному, свободному, интеллектуально развитому, образованному человеку.

Таким образом, инфраструктура здоровьесберегающей среды в школе требует новых разработок, дополнений и совершенствования имеющихся программ, в первую очередь, направленных на формирование социального воспитания, целью которого является сбережение и улучшение здоровья. Реализация вышеперечисленного позволяет сформировать у подростков ценность здорового образа жизни; обеспечить овладение подростками методами и приемами конструктивного межличностного взаимодействия, самопознания в решении вопросов и проблем, связанных с физическим, психическим и социальным здоровьем.

## Выводы по первой главе

Одна из актуальных проблем современного общества – воспитание личности, готовой жить в меняющихся социальных и экономических условиях. Известно, что наибольшая сензитивность к развитию проявляется в подростковом возрасте. Здесь закладывается фундамент личности, формируются базовые социальные установки, основы мировоззрения, привычки, развиваются познавательные способности, эмоционально-волевая сфера, складываются многообразные отношения с окружающим миром, закладываются базовые ценности, в том числе и здоровье.

Учащиеся старших классов – это социальный слой населения, который можно отнести к группе повышенного риска в отношении здоровья, так как на непростые возрастные проблемы учащихся накладывается негативное

влияние кризиса практически всех основных сфер общества. Охрана здоровья учащихся – одна из важнейших социальных задач общества.

В массовой педагогической практике процесс формирования социального воспитания, особенно это важно в подростковом возрасте, формирования ценности здорового образа жизни и их оздоровления носит формальный характер, используются традиционные средства: мероприятия в режиме дня, нормативные уроки физкультуры, спортивные игры, что принципиально не меняет ситуации. Для многих современных педагогов здоровье обучающихся (воспитанников) не является целевым результатом педагогического процесса. Физическая культура редко рассматривается как базовая ценность сознания, отсутствует привычка придерживаться принципов здорового образа жизни. Культура бережного отношения к своему здоровью, желание и умение заботиться о нем у многих подростков остаются на низком уровне.

В основу формирования социального воспитания подростков посредством здоровьесберегающей среды должны быть положены методологически важные, долгоживущие и инвариантные знания, способствующие целостному восприятию своего организма, интеллектуальному расцвету личности и ее адаптации в быстро изменяющихся эколого-социально-экономических условиях, а также удовлетворение базовой потребности современного человека в удовлетворённости жизнью (здоровье).

Социальное воспитание подростков формируется всеми сторонами и проявлениями общества, связан с личностно-мотивационным воплощением индивидом своих социальных, психологических и физиологических возможностей и способностей. От того, насколько успешно удается сформировать и закрепить в сознании принципы и навыки здорового образа жизни в молодом возрасте, зависит в последующем вся деятельность, препятствующая раскрытию потенциала личности.

# ГЛАВА II. ЭКСПЕРИМЕНТАЛЬНОЕ ИССЛЕДОВАНИЕ ВЛИЯНИЯ ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩЕЙ СРЕДЫ НА ПРОЦЕСС СОЦИАЛЬНОГО ВОСПИТАНИЯ ПОДРОСТКОВ

## 2.1Констатирующий этап эксперимента. Диагностика социального воспитания подростков в условиях общеобразовательного учреждения

Опытно-экспериментальная часть работы проводилась на базе Муниципального автономного общеобразовательного учреждения «Средняя общеобразовательная школа №1»г. Тобольска.

Работа проводилась намивтечении двух лет, начиная с сентября 2015 года по май 2017 года в три этапа.В эксперименте принимали участие старшие подростки в возрасте 14-15 лет, в количестве 40 человек. Старших подростков мы разделили на 2 группы: контрольная группа и экспериментальная группа. В каждой группе по 20 испытуемых (Для построения диаграммы уровня выполнения заданий, 20 испытуемых возьмем за 100%).

В ходе констатирующего этапа эксперимента была проведена первичная диагностика выявления уровня социального воспитания у старших подростков в возрасте 14-15 лет в экспериментальной и контрольной группах в условиях общеобразовательного учреждения.

Цель констатирующего этапа эксперимента: выявлениеуровня формирования социального воспитания у старших подростковв контрольной и экспериментальной группах в условиях школы.

Для определения уровня формирования социального воспитания у старших подростков в возрасте 14-15 лет в условиях общеобразовательного учреждения, мы использовали следующие диагностические методики:

Методика «Ценностные ориентации» М. Рокич. (согласно приложению 1).

Цель данной методики - определяет содержательную сторону направленности личности и составляет основу ее отношений к окружающему

миру, к другим людям, к себе самой, основу мировоззрения и ядро мотивации жизненной активности, основу жизненной концепции и философии, используядва класса ценностей: терминальные и инструментальные. Терминальные– убеждения в том, что конечная цель индивидуального существования стоит того, чтобы к ней стремиться; инструментальные – убеждения в том, что какой – то образ действий или свойство личности является предпочтительным в любой ситуации.

Основываясь на рекомендации по обработке анкеты (М. Рокич), нами было выделено три уровня формирования ценностных ориентацийу старших подростков: высокий, средний, низкий.

Таблица 1

Уровни формирования ценностных ориентаций у подростков

| № | Уровни | Показатели выраженности |
|---|---|---|
| 1. | Высокий | подросток отличается активностью, добротой, желанием помочь близким, трудолюбием, ответственностью к порученным заданиям, коммуникабельностью. |
| 2. | Средний | подросток отличается стремлением помогать другим, но не с желанием выполняет порученные задания, мало общителен. |
| 3. | Низкий | подросток не проявляет доброжелательные отношения к сверстникам, замкнут, не развиты коммуникативные качества. |

2. Анкетирование подростков. Целью анкетирования являлосьвыявить уровень освоения социальных норм поведения подростками,на предмет их отношения к алкоголю, наркотикам и табакокурению.

Для того, чтобы выявить уровень освоения социальных норм поведения намииспользовалось анонимное анкетирование старших подростков на предмет их отношения к алкоголю, наркотикам и табакокурению. Анкетирование выполняет целый ряд важных функций. Во-

первых, при помощи опросов можно определить актуальность данной проблемы как таковой для конкретной группы детей. Во-вторых, полученные данные позволяют выявить преимущественные направления работы по формированию представлений о здоровом образе жизни - на что прежде всего следует обратить внимание: на борьбу с курением, использованием токсикоманических веществ, наркотиков и т.д. Для этого сравниваются данные опроса, проведенного перед началом реализации программы, и данные, полученные при ее завершении.

Разработанная нами анкета состояла из 3 блоков (состоящих из 10 вопросов) и была направлена на выявление социальных норм поведениястарших подростков их отношение к табакокурению, употреблению алкоголя и наркотиков, об информированности влияния вредных привычек: курение, алкоголь, наркотики на здоровье человека. Вопросы для анкетирования представлены в приложении 2).

Полученные результаты эксперимента полученные при анкетировании по всем блокам суммировались. Обобщив полученные результаты вопросов анкеты, мы распределили подростков по уровням формирования устойчивости к вредным привычкам подростков коренных малочисленных народов Севера: высокий, средний, низкий.

Высокий уровень относят детей, набравших - 25-30 баллов, предполагал достаточную информированность подростков по проблеме; знания о вреде употребления наркотических веществ, алкоголя и табакокурения; наличие четких убеждений против употребления наркотиков, табака и алкоголя.

Средний уровень отнесены дети, набравшие – 15 – 24 балла. Такие подростки разбираются в основных понятиях, знают о вреде наркотиков, алкоголя и курения, но у них недостаточно сформированы антиалкогольные и антитабачные убеждения; периодически курят и употребляют алкоголь.

Низкий уровень отнесены дети, набравшие от 5-14 баллов. В эту же группу определены дети которые не справились ни с одним из заданий, такие

подростки мало информированы по проблеме, имеют поверхностное представление о негативном влиянии на организм человека психоактивных веществ; систематически курят, употребляют алкоголь; не имеют четких убеждений против употребления психоактивных веществ.

В начале 2015 года было проведено исследование по данным методикам с подростками в возрасте 14-15 лет контрольной и экспериментальной группы, которое позволило определить исходный уровеньформирования социальноговоспитания подростков в условиях общеобразовательной школы.

Результаты экспериментаформирования социальноговоспитания подростков в возрасте 14-15 лет в условиях общеобразовательной школы по данным методикам представлены в приложении 3, 4.

Показатели уровня формирования социального воспитания подростков в возрасте 14-15 лет «по методике Ценностные ориентации М. Рокич» на начало эксперимента представлены в таблице 2.

Таблица 2.

**Показатели уровня формирования социального воспитанияу подростков 14-15 лет КГ и ЭГ по методике «Ценностные ориентации М. Рокича»в начале эксперимента**

| Группа | Количество | Уровни формирования ценностных ориентаций | | |
|---|---|---|---|---|
| | | высокий | средний | Низкий |
| Контрольная группа | 20 | 10 % | 40 % | 50 % |
| Экспериментальная группа | 20 | 5 % | 30 % | 65 % |

В результате проведенной работы на начало эксперимента было установлено, что 10% (2 подростка) испытуемых контрольной группы показали высокий уровень формирования социального воспитания, в экспериментальной группе 5% (1 подросток) испытуемых. Такие подростки отличаются активностью, добротой, желанием помочь близким, трудолюбием, ответственностью к порученным заданиям, коммуникабельностью. В контрольной группе 40 % (8 подростков) испытуемых показали средний уровень формирования социального

воспитания, в экспериментальной группе 30% (6 подростков). В контрольной группе 50% (10 подростков) всех испытуемых показали низкий уровень формирования социального воспитания, в экспериментальной группе 65% (13 подростков). Такие подростки отличаются стремлением помогать другим, не с желанием выполняют порученные задания, мало общительны.

Результаты эксперимента уровня формирования социального воспитания у подростков 14-15 летКГ и ЭГ по методике «Ценностные ориентации» М. Рокича на начало эксперимента представлены на рис. 1.

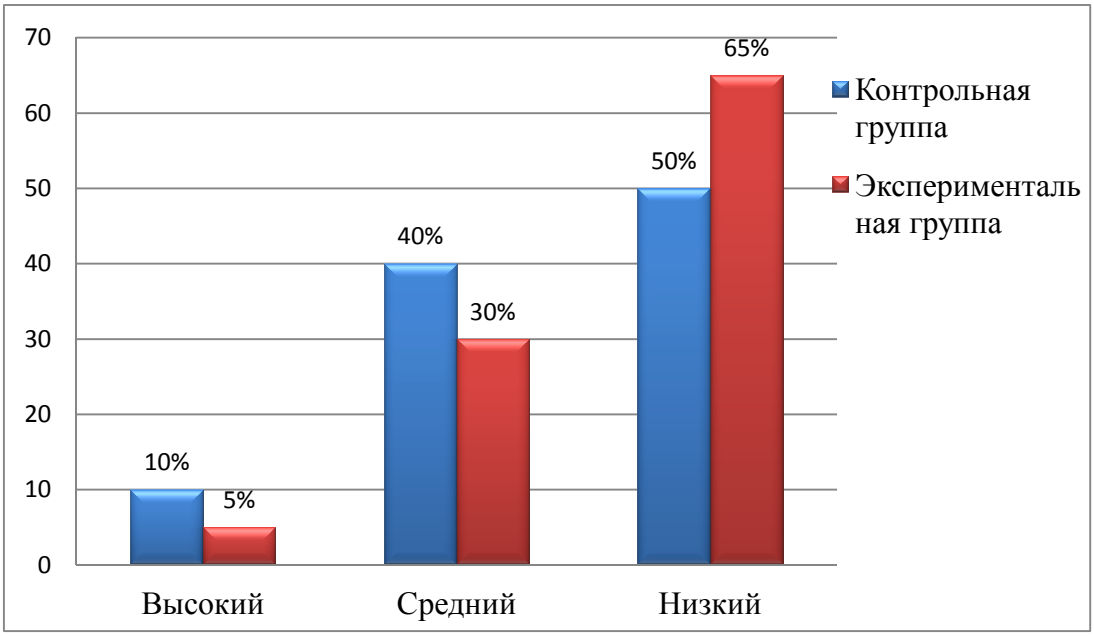


Рис.1 Результаты уровня формирования социального воспитания у подростков КГ и ЭГ по методике «Ценностные ориентации М. Рокича»в начале эксперимента

Проведенные нами эксперимента показали наличие у подростков проблем, связанных с уровнем формирования социального воспитания.

Большинство старших подростков контрольной группы так и экспериментальной группы имеют низкий уровень формирования социального воспитания. Такие подростки не проявляют доброжелательного отношения к сверстникам, замкнуты, не развиты коммуникативные качества.

Далее было проведено первое разработанное нами анонимное анкетирование подростков контрольной группы и экспериментальной группы, которое позволило определить исходный уровеньосвоения социальных норм поведения а также формирование представлений о ЗОЖ на начало эксперимента.

Показатели уровня освоения социальных норм поведения а также формирование представлений о ЗОЖ у подростков 14-15 лет КГ и ЭГ полученные в ходе констатирующего эксперимента представлены в таблице 3.

Таблица 3.

**Уровень освоения социальных норм поведения а также формирование представлений о ЗОЖ у подростков КГ и ЭГ в начале эксперимента**

| Группа | Количество испытуемых | Уровень освоения социальных норм поведения а также формирование представлений о ЗОЖ у подростков | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | высокий | | средний | | Низкий | |
| | | Кол-во человек | % | Кол-во человек | % | Кол-во человек | % |
| КГ | 20 | 2 | 10% | 7 | 35% | 11 | 55% |
| ЭГ | 20 | --- | 0% | 7 | 35% | 13 | 65% |

В результате полученных данных в начале эксперимента по разработанному нами анкетированию было установлено, что 10% (2 подростка) испытуемых КГ показали высокий уровень формирования представлений о ЗОЖ. В ЭГ испытуемых подростков с высоким уровнем представлений о ЗОЖ не обнаружено. Как в КГ так и в ЭГ 35 % (7 подростков) испытуемых показали средний уровень формирования представлений о ЗОЖ.В КГ 55% (11 подростков) всех испытуемых показали низкий уровень формирования представлений о ЗОЖ, в ЭГ 65% (13 подростков).Большинство испытуемых как КГ так и ЭГ имеют низкий уровень освоения социальных норм поведения а также формирование представлений о ЗОЖ.

Уровень освоения социальных норм поведения а также формирование представлений о ЗОЖ у подростков 14-15 лет КГ и ЭГ на начало эксперимента представлены на рисунке 2.

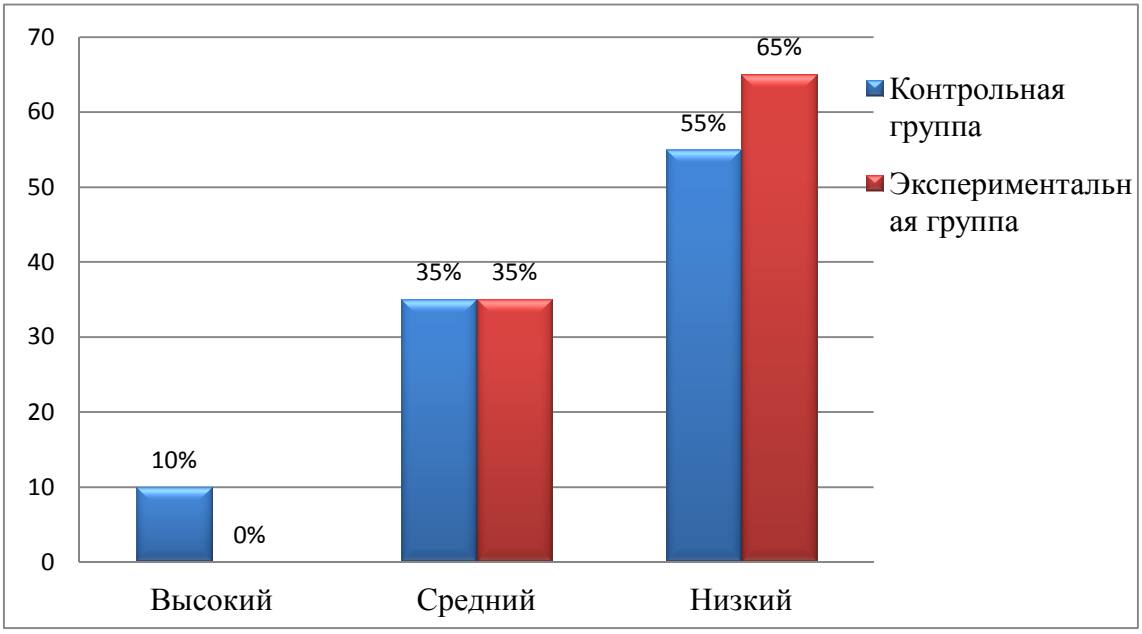


Рис. 2. Уровень освоения социальных норм поведения а также формирование представлений о ЗОЖ у подростков 14-15 лет КГ и ЭГ на начало эксперимента

Большинство подростков как КГ так и ЭГ имеют низкий уровень формирования представлений о ЗОЖ. Полученные результаты показывают незначительное различие у подростков КГ и ЭГ по всем уровням: высокому, среднему, низкому.

Анализ полученных результатов позволил сделать вывод о том, что большая часть подростков в возрасте 14-15 лет КГ и ЭГ имеет средний и низкий уровень формирования представлений о ЗОЖ и нуждается в их коррекции.

Сравнение результатов эксперимента на констатирующем эксперименте подтверждает ранее полученный нами предварительный вывод о том, что все подростки в возрасте 14-15 лет, участвующие в опытно-экспериментальной работе находятся на приблизительно одинаковом уровне

формирования социального воспитания. Анализ данных на констатирующем этапе показал, что большая часть подростков имели низкий уровень социального воспитания.У воспитанников отсутствуют знания о социальном окружении, знания о здоровом образе жизни.

Резюмируя вышеизложенное, следует отметить, что данное исследование свидетельствует о необходимости совершенствования программы воспитания и обучения направленную на формирование у подростков социальных норм поведения, а также на профилактику вредных привычек, и повышение мотивации у подростков к здоровому образу жизни в условиях общеобразовательной школы.

Данные констатирующего этапа эксперимента явились основанием для разработки программы занятий посредством здоровьесберегающей среды направленной на формирование у подростков социальных норм поведения, а также на профилактику вредных привычек, и повышение мотивации у подростков к здоровому образу жизни в условиях общеобразовательного учреждения.

## 2.2 Программа занятий посредством здоровьесберегающей среды на формирование социального воспитания подростков

2-й этап - формирующий (созидательный) этап эксперимента, направленный на работу по программе с целью формирования у подростков социальных норм поведения, а также на профилактику вредных привычек, и повышение мотивации у подростков к здоровому образу жизни в условиях общеобразовательного учреждения.

Программа формирования социального воспитания представляет собой комплексную программу формирования знаний, установок, личностных ориентиров и норм поведения, обеспечивающих сохранение и укрепление физического, психического, социального здоровья подростков как одной из ценностных составляющих, способствующих познавательному и эмоциональному развитию, достижению планируемых результатов.

Актуальность. Здоровье подрастающего поколения – это, прежде всего, процесс сохранения и развития психических и физических качеств, оптимальной работоспособности и социальной активности в школе и дома. «Человек успешен настолько, насколько он здоров». И действительно, благополучие человека во многом зависит от его здоровья. С одной стороны на него оказывает влияние окружающая среда, т. е. среда обитания, а с другой - социальная среда, от неё зависит социализация личности в обществе.

Социальное воспитание - сложный процесс взаимодействия человека с окружающим его миром, в результате чего происходит формирование личности. Успешной социализация будет лишь при создании здоровьесберегающей среды.

Здоровьесберегающая среда – это окружающая и социальная среда, которая способствует полноценному формированию личности, содействует ее физическому, духовному и социальному благополучию. Здоровьесберегающая среда обеспечивает благополучное развитие подростка и способствует его успешной социализации, а, значит, позволяет сохранить здоровье.

Цель программы: формирование социального воспитания у подростков, сформировать у него необходимые компетенции по здоровому образу жизни, научить использовать полученные знания в повседневной жизни.

Задачи программы:

– информационно-просветительская работа с целью профилактики процесса социального воспитания подростков, дисгармонии школьных отношений.

– осуществление комплексной коррекционной работы на формирование представлений о ЗОЖ у подростков

- формирование социальных норм поведения у подростков

Программа составлена с учетом возрастных и индивидуальных особенностей подростков.

Ожидаемые результаты:

1. Формирование у подростков нравственных качеств, представлений об общечеловеческих ценностях, здоровом образе жизни.

2. Обучение навыкам социально поддерживающего, развивающего поведения в семье и во взаимоотношениях с подростками.

3. Улучшение поведения, направленное на здоровый образ жизни; способность дифференцировать свои эмоциональные состояния и распознавать эмоциональные состояния окружающих;

4. Умение регулировать эмоциональное состояние и контролировать свое поведение; развитие коммуникативных способностей учащихся.

Специфика программы заключается в непосредственном активном участии подростков в реализации здоровьесберегающего процесса. Данная программа позволяет подростку сделать собственный выбор, почувствовать себя и знать точно, что именно он отвечает за все, что с ним происходит.

Срок реализации программы: программа по работе с подростками рассчитана на один год, в течение учебного года. Продолжительность занятия 60 мин.

Программа занятий посредством здоровьесберегающей среды на формирование социального воспитания подростков представлена в приложении 5.

Начиная работу по организации формирования социального воспитания подростков, был составлен тематический план занятий посредством здоровьесберегающей среды воспитания.

Таблица 4.

**Тематический план занятий посредством здоровьесберегающей среды воспитания**

| № п/п | Наименование мероприятие | Цели задачи | Форма проведения | Сроки проведения |
|---|---|---|---|---|
| Занятие 1. | «Курение-дело серьезное!» | Цель: Способствовать формированию навыков отрицательного отношения к курению<br>*Задачи:*<br>1) способствовать формированию здорового образа жизни;<br>2) дать представление о влиянии курения на молодую кожу. | Тренинг | Октябрь |
| Занятие 2 | «Суд над табаком» | Цели: формирование навыков отрицательного отношения к курению.<br>Задачи:<br>1) дать представление о влиянии курения на молодой организм<br>2)формирование навыков здорового образа жизни. | Ролевая **Ошибка!**игра | Ноябрь |
| Занятие 3 | «Мифы» | Цель:помощь подросткам в выработке зрелой и обоснованной позиции в отношении наркотиков. | Дискуссия | Декабрь |
| Занятие 4 | «Скажи « нет!» ПАВ!». | Цель: Развить навыки уверенного отказа от предложения психоактивных веществ<br>Задачи:<br>- Обсудить ситуации, | Тренинг | Январь |

| | | | | |
|---|---|---|---|---|
| | | когда подростков принуждают курить, употреблять алкоголь или наркотики.<br>- Познакомить с различными способами уверенного отказа.<br>- Тренировать способы отказа от ПАВ. | | |
| Занятие 5 | «О вреде алкоголизма и наркотической зависимости» | Цель: Объяснить подросткам о вредном влиянии алкоголизма, и наркомании на организм человека | Мини – лекция | Февраль |
| Занятие 6 | «Табакокурение» . | Цель: информировать учащихся об истории распространения табакокурения, о его мотивах и последствиях, обсудить отношение учащихся к табакокурению. | информационн ый час-беседа | Февраль |
| Занятие 7 | «Сложный случай на ток-шоу» | Задачи:<br>1) проанализировать случай употребления алкоголя 13 -летним подростком;<br>2) ответить в обсуждении на вопрос: «Что могло стать причиной употребления алкоголя в данном случае»;<br>3) в ходе обсуждения высказать предположения относительно фактов распития спиртных напитков детьми и подростками. | Ток-шоу | Март |
| Занятие 8 | «Мне страшно за тебя» (профилактика пивного алкоголизма) | Цель:<br>1.Привлечь внимание учащихся к проблемам употребления алкоголя.<br>2.Оказать помощь подросткам в осознании ответственности за выбор здорового образа жизни, в решении личностных и | | Апрель |

| | | | | |
|---|---|---|---|---|
| | | социальных проблем, которые могут привести к употреблению алкоголя.<br>Задачи:<br>-предоставить учащимся объективную информацию о влиянии алкоголя на организм человека;<br>-сориентировать учащихся на выбор правильного жизненного пути, на здоровый образ жизни;<br>-освоение навыков отказа от употребления пива, умение найти выход из конфликтной ситуации: «Умей сказать «НЕТ» | | |
| Занятие 9 | «Все в твоих руках» | Цель: содействовать установлению активной жизненной позиции подростков.<br>Задачи:<br>1. Дать информацию по проблеме профилактики наркомании;<br>2. Формировать умение отстаивать собственную позицию;<br>3. Воспитывать взаимоподдержку, внимание к проблемам другого | Форма проведения: Тренинг | Май |

Все перечисленные занятия представляют собой этап реализации программы, но при необходимости, имея свою самостоятельную цель, реализовываться в отдельности, исходя из запроса целевой группы, могут быть скомбинированы в ином порядке.

Структура и содержание занятий имеют законченную самостоятельную форму, решают определенные задачи. Преемственность занятий состоит в

том, что наибольший эффект воздействия на целую аудиторию будет производить их объединение в единый курс, так как в этом смысле все формы подчинены единой программной цели.

## 2.3 Эффективность программы занятий посредством здоровьесберегающей среды на формирование социального воспитания подростков в условиях общеобразовательного учреждения

3-й этап - контрольный (оценочный) этап эксперимента. Он предусматривал выявление конечного уровня формирование социального воспитания у подростков 14-15 лет в условиях общеобразовательной школы, подведение итогов работы на втором, формирующем этапе и сравнение результатов с теми, которые были получены на первом, диагностическом этапе нашего эксперимента.

В течение учебного года занятия сподростками контрольной группы проводились по программе воспитания и обучения в школе, а в экспериментальной группе на данном этапеопытно-экспериментальной работымы реализовалиразработанную намипрограммузанятий посредством здоровьесберегающей среды направленную наформирование социального воспитания, социальных норм поведения, а также на профилактику вредных привычек, и повышение мотивации у подростков к здоровому образу жизни в условиях общеобразовательного учреждения.

С целью выяснения эффективности разработанной намипрограммы занятий посредством здоровьесберегающей среды направленной наформирование социального воспитания, социальных норм поведения, а также на повышение мотивации у подростков к здоровому образу жизни, был проведен контрольный этап педагогического эксперимента. Методики контрольного этапа эксперимента полностью-повторяют методики, использованные нами в констатирующем эксперименте.

В мае 2017 годабыл проведен контрольный этап эксперимента по данным методикам контрольной и экспериментальной группы, которое позволило определить конечный уровень формирования социального воспитания у

подростков 14-15 лет в условиях образовательного учреждения.

Результаты экспериментауровня формирования социального воспитания «по методике ценностные ориентацииМ. Рокича»у подростков в возрасте 14-15 лет на конец эксперимента представлены в приложении 6.

Сравнительные результаты уровня формирования социального воспитания «по методике ценностные ориентацииМ. Рокича» у подростков в возрасте 14-15 лет на начало и на конец эксперимента представлены в таблице 5.

Таблица 5.

**Сравнительные результаты уровня формирования социального воспитания у подростков по методике «Ценностные ориентации М. Рокича» КГ и ЭГ на начало и на конец эксперимента**

| Группа | Кол-во | Уровни формирования ценностных ориентаций | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | высокий | | средний | | низкий | |
| | | НЭ | КЭ | НЭ | КЭ | НЭ | КЭ |
| Контрольная группа | 20 | 10 % | 20% | 40% | 45% | 50 % | 35% |
| Экспериментальная группа | 20 | 5 % | 75% | 30% | 25% | 65 % | 0% |

В результате полученных данныхна контрольном этапе эксперимента по методике «Ценностные ориентации М. Рокича»было установлено, что в начале эксперимента 10% (2 подростка) всех испытуемых КГ имели высокий уровень формирования социального воспитания а на конец эксперимента 20% (4 подростка). В ЭГ высокий уровень формирования социального воспитания в начале эксперимента составил 5% (1 подросток) испытуемых, на конец эксперимента75% (15 подростков). Средний уровень формирования социального воспитания у подростков в начале эксперимента в КГ составил 40% (8 подростков) испытуемых, на конец эксперимента45% (9 подростков). Средний уровень формирования социального воспитания у подростков в начале эксперимента в ЭГ составил 30% (6 подростков) испытуемых, на конец эксперимента 25% (5 подростков). Низкий уровень формирования социального воспитания в начале эксперимента в КГ составил 50% (10

подростков) испытуемых, на конец эксперимента35% (7 подростков). Низкий уровень формирования социального воспитания в начале эксперимента в ЭГ составил 65% (13 подростков) испытуемых, на конец эксперимента с низким уровнем формирования социального воспитания у подростков не обнаружено.

Сравнительные результаты уровня формирования социального воспитания у подростков в возрасте 14-15 летпо методике «Ценностные ориентации М. Рокича» КГ и ЭГ на начало и на конец эксперимента представлены на рисунке 3,4.

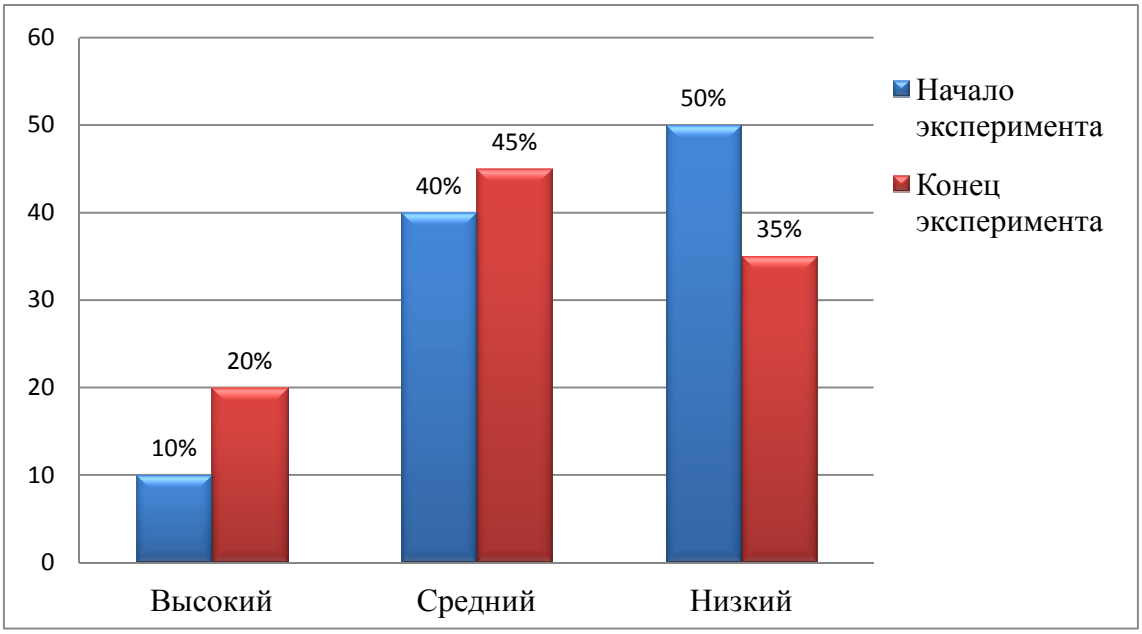


Рис. 3. Сравнительные результаты уровня формирования социального воспитания у подростков КГ по методике «Ценностные ориентации М. Рокича»на начало и на конец эксперимента

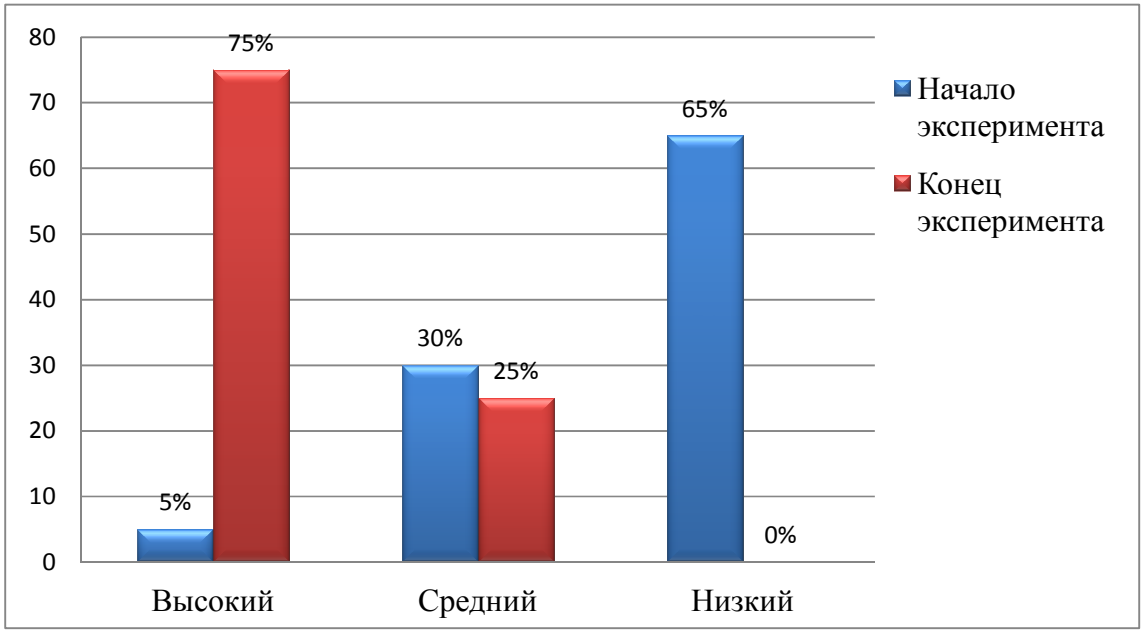


Рис. 4. Сравнительные результаты уровня формирования социального воспитания у подростков ЭГ по методике «Ценностные ориентации М. Рокича»на начало и на конец эксперимента

Полученные данные показали, что уровень формированиясоциального воспитания у подростков экспериментальной и контрольной групп после проведения формирующего эксперимента стал различным.

Сравнение результатов уровня формирования социального воспитания по методике «Ценностные ориентации М. Рокича» до проведения формирующего эксперимента и после проведения формирующего эксперимента у подростков в возрасте 14-15 лет в ЭГ значительно вырос. У подростков КГ уровень социального воспитания остался практически на том же уровне.

Наблюдая за подростками мы пришли к выводу, что у ребят, которые находились в экспериментальной группе, произошли изменения в положительную сторону: подростки проявили инициативность, активность, общительность, отзывчивость, доброту, трудолюбие и желание помогать людям.

С целью выяснения эффективности разработанной намипрограммы занятий посредством здоровьесберегающей среды направленной на на

формирование у подростков социального воспитания, социальных норм поведения, а также на профилактику вредных привычек, и повышение мотивации у подростков к здоровому образу жизни, нами было проведено повторное анкетирование подростков контрольного этапа эксперимента в условиях общеобразовательного учреждения. Вопросы анкетированияполностью-повторяют вопросы, использованные нами в начале эксперимента.

Результаты контрольного этапа эксперимента уровня освоения социальных норм поведения а также формирование представлений о ЗОЖ у подростков представлены в приложении 7.

Сравнительные результаты уровня освоения социальных норм поведения а также формирование представлений о ЗОЖ у подростков в возрасте 14-15 лет КГ и ЭК на начало и конец эксперимента представлены в таблице 6.

Таблица 6

**Сравнительные результаты уровня освоения социальных норм поведения а также формирование представлений о ЗОЖ у подростков в возрасте 14-15 лет на начало и конец эксперимента**

| Группа | Общее Кол-во (чел) | Уровни освоения социальных норм поведения а также формирование представлений о ЗОЖ у подростков | | | | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | Высокий | | | | Средний | | | | Низкий | | | |
| | | НЭ | | КЭ | | НЭ. | | КЭ | | НЭ | | КЭ | |
| | | % | Кол-во чел. | % | Кол-во чел. | % | Кол-во чел. | % | Кол-во чел | % | Кол-во чел | % | Кол-во чел |
| КГ | 20 | 10% | 2 | 25% | 5 | 35% | 7 | 35% | 7 | 55% | 11 | 40% | 8 |
| ЭГ | 20 | - | - | 70% | 14 | 35% | 7 | 30% | 6 | 65% | 13 | - | - |

В результате проведенного нами анкетирования на контрольном этапе эксперимента нами было установлено, что на начало эксперимента 10% (2 подростка) всех испытуемых подростков КГ имели высокий уровень формирования представлений о ЗОЖ, на конец эксперимента 25% (5 подростков). В ЭГ на начало эксперимента с высоким уровнем формирования представлений о ЗОЖ испытуемых подростков не обнаружено, на конец эксперимента в ЭГ повысился до 70% (14 подростков). Средний уровень формирования представлений о ЗОЖу исследуемых подростков в КГ как на начало так и на конец эксперимента составило 35% (7 подростков). В ЭГ на начало эксперимента средний уровень формирования представлений о ЗОЖ у исследуемых подростков составили 35% (7подростков), на конец эксперимента составил 30% (6 подростков). Низкий уровень формирования формирования представлений о ЗОЖ у исследуемых подростков в КГ на начало эксперимента составил 55% (11 подростков), на конец эксперимента снизился до 40% (8 подростков) испытуемых. В ЭГ на начало эксперимента 65% (13 подростков) всех исследуемых подростков имели низкий уровень формирования представлений о ЗОЖ, на конец эксперимента не обнаружено.

Анализ результатов контрольных испытаний показал, что уровень освоения социальных норм поведения а также формирование представлений о ЗОЖ у подростков экспериментальной группы стал значительно выше, чем у подростков контрольной группы, с которыми не проводилось разработанных нами занятий посредством здоровьесберегающей среды направленных на формирование социального воспитания,социальных норм поведения а также формирование представлений о ЗОЖ у подростков в условиях общеобразовательной школы.

Сравнение результатов эксперимента уровня формирования социального воспитания, социальных норм поведения а также формирование представлений о ЗОЖ у подростковКГ и ЭГ на начало и на конец эксперимента показало прирост в показателях. Причем, рассматривая

среднегрупповые изменения, можно отметить, что прирост формирования представлений о ЗОЖ у подростков в экспериментальной группе значительно выше, чем в контрольной.

Сравнительные результатыуровня формирования социальных норм поведения а также формирование представлений о ЗОЖ у подростков КГ и ЭГ на начало и конец эксперимента представлены на Рисунках 5, 6.

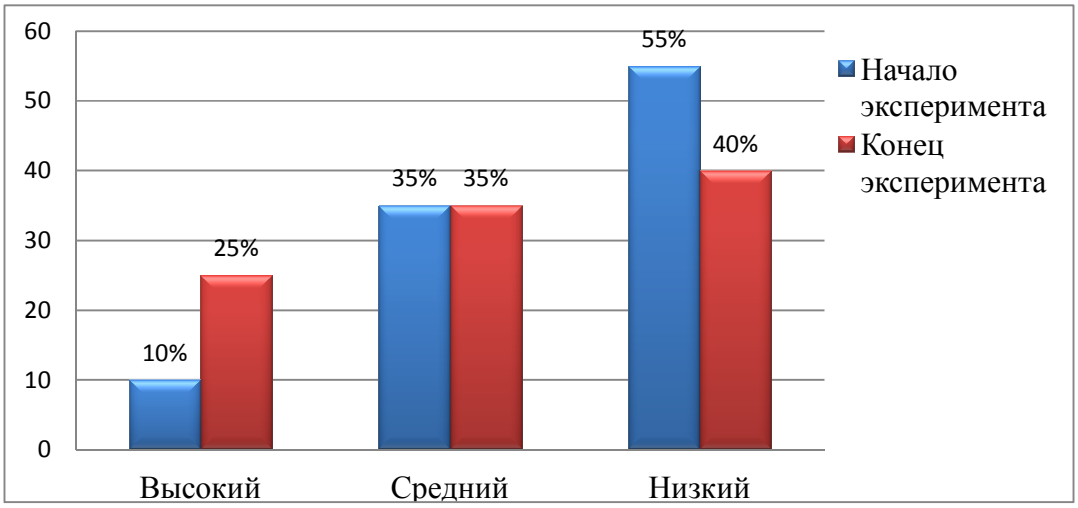


Рис. 5. Сравнительные результатыуровня формирования социальных норм поведения а также формирование представлений о ЗОЖ у подростков КГ на начало и конец эксперимента

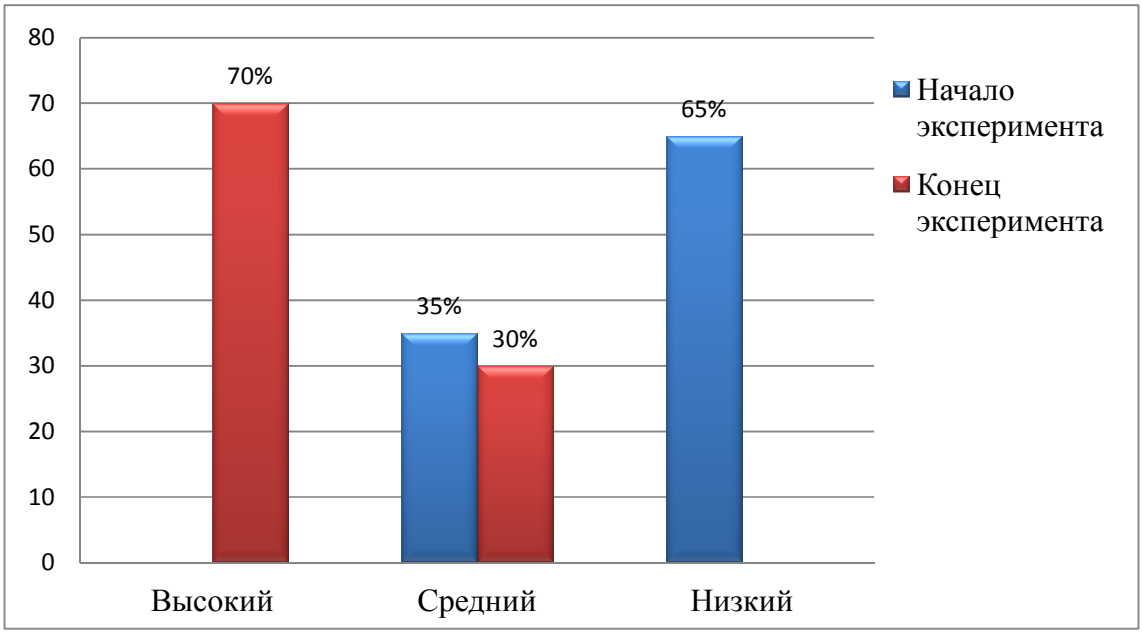


Рис. 6. Сравнительные результатыуровня формирования социальных норм поведения а также формирование представлений о ЗОЖ у подростков ЭГ на начало и конец эксперимента

Анализ результатов контрольных испытаний показал, что на конец эксперимента в ЭГ результаты формирования социального воспитания, социальных норм поведения а также формирование представлений о ЗОЖ у подростков стали значительно выше, чем в КГ.

Полученные нами данные позволяют сделать следующее выводы:

После проведения разработанной нами Программы занятий посредством здоровьесберегающей среды, уровень формирования социального воспитания у подростковв возрасте 14-15 лет экспериментальной и контрольной групп стал значительно отличаться. У подростков экспериментальной группы уровень формирования социального воспитания и социальных норм поведения а также формирование представлений о ЗОЖ у подростков значительно вырос, в то время как у испытуемых контрольной группы уровень формирования социального воспитания практически остался на том же уровне.

Таким образом, анализ результатов, полученных в ходе контрольного этапа эксперимента, позволил нам говорить об эффективности предложенной нами системы работы с подростками посредствомздоровьесберегающей среды, способствует наиболее эффективному формированию социального воспитания и социальных норм поведения а также формирование представлений о ЗОЖ у подростков в условиях общеобразовательного учреждения.

## Выводы по второй главе

Экспериментальное исследование формирования социального воспитанияпоказало, что полученные результаты экспериментальной группы до и после формирующего эксперимента наглядно свидетельствует об эффективности разработаннойнами программы занятий посредством сдоровьесберегающей среды оспособствующаяформированию социального воспитания и социальных норм поведения а также формирование представлений о ЗОЖ у подростков в условиях общеобразовательного учреждения.

Специально применяемые приемы и методыздоровьесберегающей среды, определенные в систему занятий дают вполне ощутимый положительный результат. Сравнительный анализ результатов диагностики на начало и конец эксперимента позволяет увидеть, что уровень формирования социального воспитания и социальных норм поведения а также формирование представлений о ЗОЖ у подростков в ЭГ повысился на 50 %. В итоге благодаря внедрению нашей программы занятийпосредством здоровьесберегающей среды способствует формированию социального воспитания и социальных норм поведения а также формированию представлений о ЗОЖ у подростков в условиях общеобразовательного учреждения. Проведенный эксперимент позволяет заключить, что формирование социального воспитания и социальных норм поведения а также формирование представлений о ЗОЖ у подростков может быть реально и существенно повышен, если в образовательном процессе будут целенаправленно и комплексно использоваться занятия посредством здоровьесберегающей среды.

# ЗАКЛЮЧЕНИЕ

В ходе теоретического исследования мы пришли к выводу:

Изучение теоретических предпосылок социального воспитания подростков в общеобразовательном учреждении показало, что эти вопросы недостаточно изучены, что обусловило уточнения сущности социального воспитания подростков и определить цель данного вида воспитания как освоение социальных норм поведения подростков, формирования представлений о ЗОЖ обеспечивающих успешное взаимодействие с окружающими людьми для выполнения социально-значимой деятельности. Социальные нормы представляют собой совокупность знаний правил поведения в обществе, о способах взаимодействия с другими людьми, о себе и своём месте в социальном мире.

Формирование социального воспитания заключающего в ценности здорового образа жизни у подростков обеспечивается подбором видов деятельности, их содержания, форм и методов, соответствующих возрастным особенностям. Для реализации этих задач, во-первых, необходимо вовлечение подростков в активное участие в процесс целостного осуществления профилактической программы: от постановки цели и задач, планирования средств и методов их реализации до координации, контроля и оценки (самооценки). Такая деятельность обеспечивает формирование ценностных установок и мотивов социального воспитания и здорового образа жизни. Ценность здорового образа жизни – устойчивое личностное образование, присвоение личностью установки на здоровье как одной из наивысших человеческих ценностей, способствующей дальнейшему личностному развитию и самосовершенствованию.

Здесь необходимо учитывать и реалии подросткового возраста: в этот период развития человека закладываются базовые ценности, которые на долгие годы определяют его социальный облик, складываются модели поведения. Доказано, что среди основных факторов, оказывающих влияние на социальное воспитание, решающим является образ жизни. Следовательно, необходимо научить взрослеющего человека приложить собственные усилия в выбор здорового образа жизни, который максимально бы согласовывался с его внутренней природой.

Поэтому содержание работы с подростками на формирование социального воспитания должно быть направлено:

- на формирование самостоятельности, инициативы, ответственности, автономности подростков как альтернативы табакокурению и другим формам зависимого поведения;

- на пропаганду формирования ценностей здорового образа жизни и ценности здоровья в целом;

- на развитие эмоциональной сферы подростка, расширение диапазона эмоциональных переживаний, повышение компетентности в понимании собственных эмоциональных переживаний, повышение компетентности в понимании собственных эмоциональных состояний (рефлексия) и состояний других людей;

- на становление социальной компетентности подростка, позволяющей эффективно действовать в жизненных ситуациях разного типа, продуктивно разрешать трудности, умение обнаружить дефицит собственного ресурса и находить варианты его восполнения, – это всё то, что позволяет подростку быть успешным во взаимодействии с разными людьми и проблемами.

Диссертационное исследование ограничено кругом вопросов, связанных с социальным воспитанием подростков в условиях общеобразовательного учреждения. Накопленный теоретический и фактический материал может стать основой для дальнейшего исследования проблемы социализации современных подростков: влияние

здоровьесберегающей среды на процесс социального воспитания; разработка методического обеспечения процесса социального воспитания подростков в условиях образовательного учреждения.

Экспериментальное исследование формирования социального воспитания показало, что полученные результаты экспериментальной группы до и после формирующего эксперимента наглядно свидетельствует об эффективности разработаннойнами программы занятий посредством сдоровьесберегающей среды оспособствующаяформированию социального воспитания и социальных норм поведения а также формирование представлений о ЗОЖ у подростков в условиях общеобразовательного учреждения.

Специально применяемые приемы и методыздоровьесберегающей среды, определенные в систему занятий дают вполне ощутимый положительный результат. Сравнительный анализ результатов диагностики на начало и конец эксперимента позволяет увидеть, что уровень формирования социального воспитания и социальных норм поведения а также формирование представлений о ЗОЖ у подростков в ЭГ повысился на 50 %. В итоге благодаря внедрению нашей программы занятийпосредством здоровьесберегающей среды способствует формированию социального воспитания и социальных норм поведения а также формированиюпредставлений о ЗОЖ у подростков в условиях общеобразовательного учреждения.Проведенный эксперимент позволяет заключить, что формирование социального воспитания и социальных норм поведения а также формирование представлений о ЗОЖ у подростковможет быть реально и существенно повышен, если в образовательном процессе будут целенаправленно и комплексно использоваться занятия посредством здоровьесберегающей среды.

Анализ результатов опытно-экспериментальной работы свидетельствует о положительной динамике освоения подростками

социальных норм поведения в процессе опытно-экспериментальной работы, что подтверждает исходную гипотезу исследования.

# СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ


1. Абрамова, Г.С. Практикум по возрастной психологии [Текст]: Учеб. пособие / Г.С. Абрамова. - М.: Академия, 2010. - 320 с.
2. Акимова, М.К. Психологическая диагностика: методическое пособие [Текст] / под ред. М.К. Акимовой, К. М. Гуревича. – СПб. : «Питер», 2014. – 652 с.
3. Ананьев Б.Г. Психологическая структура личности и ее становление в процессе индивидуального развития человека: учебное пособие [Текст] / Б.Г. Ананьев - М.2012.- 349 с.
4. Асмолов А.Г. Психология личности: принципы общепсихологического анализа [Текст] / А.Г. Асмолов – М.: «Смысл», 2012. – 416с.
5. Белинская Е.П., Тихомадрицкая О.А. Социальная психология личности: Учебное пособие для вузов [Текст] / Е.П. Белинская - М.: «Аспект Пресс», 2015. – 301с.
6. Бехтерев В.М. Избранные работы по социальной психологии: учебное пособие [Текст] / В.М. Бехтерев – М.: «Наука», 2012. – 399с.
7. Безуглов, И.Г. Основы научного исследования [Текст]: учеб. пособие / И.Г. Безуглов, В.В. Лебединский, И.А. Безуглов. - М.: Академический проект, 2014. - 194 с.
8. Божович Л.И. Избранные психологические труды: учебное пособие [Текст] / Под редакцией Д.И. Фельдштейна. - М.: Межд. пед. академия, 2014.- 209 с.
9. Борытко Н.М. Педагогика: учебное пособие / Борытко Н.М., Соловцова И.А., Байбаков А.М. - М., «Академия», 2015 –307 с.
10. Бруднов А., Березина В. Социально-педагогическая работа в школе//Воспитание школьников. - 2013. - 321 с.

11. Василькова Ю.В.Методика и опыт работы социального педагога: Учеб. Пособие для студ. высш. пед. учеб. заведений [Текст] / Ю.В. Василькова - М.: Издательский центр «Академия», 2012. – 160 с.

12. Веракса Н.Е. Личность и культура: структурно-диалектический подход [Текст] / Н.Е. Веракса // «Перемены». Педагогический журнал. - 2010. -№1. - 85 с.

13. Возрастная психология: Курс лекций [Текст] / Н.Ф. Добрынин, А. М. Бардин, Н.В. Лаврова. - М.: Просвещение, 2012. - 295с.

14. Возрастная и педагогическая психология: Хрестоматия [Текст] / Дубровина И.В., Прихожан А.М. - М.: Академия, 2014. - 334 с.

15. Гамезо М.В., Петрова Е.А., Орлова Л.М. Возрастная и педагогическая психология. Учебное пособие для студентов всех специальностей педагогических вузов [Текст] / М.В. Гамезо - М.: Педагогическое общество России, 2013.- 308 с.

16. Герасимов, В.П. Методология и методы психологического исследования [Текст]: Учебное пособие / В.П. Герасимов, О.А. Сычев. - Бийск: НИЦ БПГУ им. Шукшина, 2013. - 220 с.

17. Голованова Н.Ф. Социализация и воспитание ребенка: Учебное пособие для студентов высших учебных заведений [Текст] / Н.Ф. Голованова - СПб.: «Речь», 2014. – 272с.

18. Дмитриев М. Г. Педагогическое сопровождение социализации подростков с делинквентным поведением [Текст] /Автореф. дис. канд. пед. наук. – СПб., 2012. – 94 с.

19. Зимняя И.А. Педагогическая психология. Учебник для вузов [Текст] / Издание второе, дополненное и переработанное. - М.: Издательская корпорация «Логос», 2011. - 211 с.

20. Истратова О.Н. Справочник по групповой психокоррекции: справочник / О.Н. Истратова – М.: Феникс, 2013. – 443 с.

21. Кон И.С. Ребенок и общество: Учеб. Пособие для студ. высш. учеб. заведений [Текст] / И.С. Кон – М.: «Академия», 2012.- 336с.

22. Кондратьев М.Ю. Социальная психология закрытых образовательных учреждений: учебное пособие / М.Ю. Кондратьев - СПб.: Питер, 2015. - 304 с.

23. Кулагина, И.Ю. Возрастная психология: Полный жизненный цикл развития человека [Текст]: Учебное пособие для студентов высших учебных заведений. / И.Ю. Кулагина, В.Н. Колюцкий - М.: ТЦ Сфера, 2014. - 464 с.

24. Краевский В.В. Общие основы педагогики: учебное пособие [Текст] / В.В. Краевский – М.: «Академия», 2009. – 255с.

25. Макаренко А.С. Методика организации воспитательного процесса: учебное пособие для вузов [Текст] / А.С. макаренко - М.: Издательство Академии педагогических наук РСФСР, 2010. – 108 с.

26. Леванова Е.А., Волошина А.Г., Плешаков В.А., Соболева А. Н., Телегина И.О. Игра в тренинге. Возможности игрового взаимодействия. 2-е изд. /СПб.: Питер, 2009. - 208 с.

27. Макарова, И.В. Общая психология: Учебное пособие для СПО / И.В. Макарова. - Люберцы: Юрайт, 2016. - 182 с.

28. Меновщиков В.Ю. Психологическое консультирование: работа с кризисными и проблемными ситуациями. / В.Ю. Меновщиков - М.: Просвещение, 2012. - 528 с.

29. Минияров, В.М. Психология семейного воспитания: учебно-методическое пособие [Текст] / В.М. Минияров . – М.: Московский психолого-социальный институт; Воронеж: Издательство НПО «МОДЭК», 2009. – 318 с.

30. Мудрик А.В. Социальная педагогика: Учебник для студентов педагогических вузов / А.В. Мудрик - М.: Академия, 2012. -194 с.

31. Мустаева Ф.А. Основы социальной педагогики: учебник для студ. Высш. Пед. Учебн. Заведений / Ф.А. Мустаева – М.: «Академия», 2013 – 164 с.

32. Мухина, В.С. Возрастная психология: феноменология развития, детство, отрочество: Учебник для студ. Вузов / Мухина В.С. 4-е изд., стереотип. М.: Издательский центр «Академия», 2009.- 219 с.

33. Мухина, В.С. Детская психология: учебное пособие / В.С. Мухина. – М.: Академия, 2010.- 184 с.

34. Основы соцальной работы: учебное пособие для студентов высших учебных заведений [Текст] / Н.Ф.Басов, В.М. Басова, Н.Н.Бессонова и др. Под ред. Н.Ф.Басова. - М.: «Академия», 2011. - 288 с.

35. Педагогический энциклопедический словарь / Гл. ред. Б.М. Бим-Бад. – М., 2007.- 428 с.

36. Психология. Словарь/ под общ. ред. А.В. Петровского, М.Г. Ярошевского. – 2-е издание, испр. и доп. – М.: Политиздат. 2009. – 494 с.

37. Практическая психология образования: Учебник для студентов высших и средних специальных учебных заведений / под ред. И.В. Дубровиной: - М.: ТЦ «Сфера», 2015.

38. Педагогика: Учеб. пособие для студ. высш. пед. учеб. заведений [Текст] / Под ред. П.И. Пидкасистого. - М.: Пед. общество России, 2012. - 351 с.

39. Подласый И.П. Педагогика. Новый курс: Учебник для студентов пед. вузов [Текст] / И.П. Подласый - М.: Академия, 2015. - 576 с.

40. Подростки XXI века. Психолого-педагогическая работа в кризисных ситуациях: 8 – 11 классы. М.: ВАКО, 2013. - 256 с.

41. Психология подростка. Полное руководство для психологов, педагогов и родителей: учебное пособие для вузов [Текст] / Под ред. А.А.Реана. – СПб.: Издательство «Прайм-ЕВРОЗНАК»; М.: Издательство «Олма-Пресс», 2013. – 432с.

42. Рамендик, Д.М. Общая психология и психологический практикум / Д.М. Рамендик.. - М.: Форум, 2013. - 304 с.

43. Реан, А. А. Психология личности. Социализация, поведение, общение [Текст] / А.А. Реан. - М.: АСТ; СПб.: ПРАЙМ-ЕВРОЗНАК, 2009. – 407 с.

44. Реан А.А., Коломинский Я.Л. Социальная педагогическая психология: учебное пособие для вузов [Текст] / А.А. Реан - СПб.: «Питер», 2012. – 409 с.

45. Рогов Е. И. Настольная книга практического психолога: Учеб. пособие: В 2 кн. – 2-е изд., И доп. / Е.И. Рогов– М.: ВЛАДОС, 2008. – 185 с.

46. Романин, А.Н. Основы психотерапии [Текст]: Учеб. пособие для студ. высш. учеб. заведений / А.Н. Романин. - М.: Издательский центр «Академия», 2009. - 208 с.

47. Росс, А. Наши дети - наши проблемы [Текст]: учеб. пособие / А. Росс. - Ростов н/Д.: Феникс, 2013. - 320 с.

48. Российский подросток и психоактивные вещества: технологии педагогической профилактики. Региональный аспект/ под. ред. С.С. Гиля. Изд. 2-е., М.: Агенство «Социальный проект», РИТМ, 2014. - 240 с.

49. Рубинштейн, С. Л. Основы общей психологии [Текст] / С.Л. Рубинштейн. - СПб: Издательство «Питер», 2013. - 712 с.

50. Сирота Н.А. Профилактика наркомании и алкоголизма [Текст] / Сирота Н.А., Ялтинский В.М. - М.: Академия, 2015. - 176 с.

51. Сластенин В.А. Педагогика: Учеб. пособие для студ. высш. пед. учеб. заведений [Текст] / В.А. Сластенин, И.Ф. Исаев, Е.Н. Шиянов. - М.: Академия, 2009. - 397 с.

52. Смирнов Н.К. Здоровьесберегающие образовательные технологии в современной школе / Н.К. Смирнов - М.: АПК и ПРО, 2015.- 121 с.

53. Фалькович Т.А., Толстоухова Н.С., Высоцкая Н.В. Подростки XXI века. Психолого-педагогическая работа в кризисных ситуациях: 8-11 классы.[Текст] / Т.А. Фалькович - М.: ВАКО, 2014. - 256 с.

54. Фридман Л.М. Психология воспитания: учебное пособие [Текст] /Л.М. Фридман – М.: Издательство «Сфера», 2015. – 204 с.

55. Хрипкова, А.Г., Колесов, Д.В. Гигиена и здоровье школьника./ Хрипкова А.Г., Колесов Д.В. - Москва: Просвещение, 2016.

56. Цетлин М.Г., Колесников А.А. Наркомании и токсикомании [Текст]// Профилактика пьянства, наркомании, токсикомании, курения, СПИДа (курс лекций и программа). - М.: ВНИЦ ПМ МЗ РФ, 2014. – 430 с.

57. Чуменко, Е.В. Здоровый образ жизни. Интерактивные методы обучения: учебное пособие / Е.В. Чуменко. – М., 2009. – 96 с.

58. Шабаева, К.Ю., Харитонова, А.Л. Профилактика и сохранение психического здоровья школьника./ Шабаева К.Ю., Харитонова А.Л.// Начальная школа. - 2013. - №2.

59. Шадриков, В.Д. Общая психология: Учебник для академического бакалавриата / В.Д. Шадриков, В.А. Мазилов. - Люберцы: Юрайт, 2016. - 411 с.

60. Шакурова М.В. Методика и технология работы социального педагога: Учеб. Пособие для студ. высш. пед. учеб. заведений. [Текст] / М.В. Шакурова - 2-е изд., стереотип. -М.: Издательский центр «Академия», 2012. – 272 с.

61. Шилова Т.А. Профилактика алкогольной и наркотической зависимости у подростков в школе: практ. пособие. 2-е изд. М.: Изд-во: Айрис – пресс, 2014 - 94 с.

62. Шереги Ф.Э., Арефьев А.Л. Наркоситуация в молодежной среде: структура, тенденции, профилактика. - М.: Издательский дом «ГЕН ЖЕР». 2013. – 225 с.

63. Школа без наркотиков. Книга для педагогов и родителей: Изд. 2-е, перераб. и доп. // Под науч. ред. Л.М. Шипицыной, Е.И. Казаковой. - СПб.: ДЕТСТВО-ПРЕСС, 2012. – 330 с.

64. Шмелева Н.Б. Теория и методика социальной работы: Учебное пособие /Под редакцией А.М.Панова, Е.И.Холостовой.-М., 2011. – 386 с.

65. Шурыгин Г. И. Проявление ранней алкоголизации у детей от родителей, страдающих алкоголизмом // Нарушения поведения у детей и подростков.- М., 2011.- 149 с.

66. Щуркова Н.Е. Взгляд со стороны: путь от алкоголизма// Классный руководитель. 2010.– 118 с.

67. Ягодинский В.Н. Уберечь от дурмана: Кн. для учителя. М.: Изд-во: Просвещение, 2012. - 96 с.

68. Ягодинский, Н.В. Школьнику о вреде никотина и алкоголя: Кн. для учащихся. / Н.В. Ягодинский. - 2-е изд., перераб. - М.: Просвещение, 2014.- 142 с.

69. Якиманская. И.С. Взрослые и дети в образовательном пространстве: учебное пособие [Текст] / И.С. Якиманская. - М.: Педагогика, 2011. -204 с.

70. Эльконин, Б. Д. Введение в психологию развития [Текст]: учеб. пособие / Б. Д. Эльконин. - М.: Тривола, 2014. - 480 с.

Приложение 1

МЕТОДИКА «ЦЕННОСТНЫЕ ОРИЕНТАЦИИ» М. РОКИЧА

Тест личности, направленный на изучение ценностно-мотивационной сферы человека. Система ценностных ориентаций определяет содержательную сторону направленности личности и составляет основу ее отношений к окружающему миру, к другим людям, к себе самой, основу мировоззрения и ядро мотивации жизненной активности, основу жизненной концепции и «философии жизни».

М. Рокич различает два класса ценностей:

терминальные - убеждения в том, что конечная цель индивидуального существования стоит того, чтобы к ней стремиться;

инструментальные - убеждения в том, что какой-то образ действий или свойство личности является предпочтительным в любой ситуации.

Это деление соответствует традиционному делению на ценности-цели и ценности-средства.

Методика: диагностика нравственной самооценки

Инструкция: 4 балла – если вы полностью согласны с высказыванием,

3 балла – если, вы больше согласны, чем не согласны

2 балла – если вы немножко согласны

1 балла – если вы совсем не согласны

Напротив номера вопроса поставьте тот балл, на который вы оценили прочитанное высказывание.

Текст вопросов:

1. Я часто бываю добрым со сверстниками и взрослыми.
2. Мне важно помочь однокласснику, когда он попал в беду.
3. Я считаю, что можно быть не сдержанным с некоторыми взрослыми.
4. Наверное, нет ничего страшного в том, чтобы нагрубить неприятному мне человеку.
5. Я считаю, что вежливость помогает мне хорошо себя чувствовать среди людей.
6. Я думаю, что можно позволить себе выругаться на несправедливое замечание в мой адрес.
7. Если кого-то в классе дразнят, то я его тоже дразню.
8. Мне приятно делать людям радость.
9. Мне кажется, что нужно уметь прощать людям их отрицательные поступки.
10. Я думаю, что важно понимать других людей, даже если они не правы.

Обработка результатов: Номера 3, 4, 6, 7 (отрицательные вопросы) обрабатываются следующим образом: Ответу, оцененному в 4 балла, приписывается 1 единица, в 3 балла – 2 единицы, в 2 балла – 3 единицы, в 1 балл – 4 единицы.

В остальных ответах количество единиц устанавливается в соответствии с балом. Например, 4 бала – это 4 единицы, 3 бала – 3 единицы и т.д.

Интерпретация результатов: От 34 до 40 единиц – высокий уровень нравственной самооценки.

От 24 до 33 единиц – средний уровень нравственной самооценки.

От 16 до 23 единиц – нравственная самооценка находится на уровне ниже среднего.

От 10 до 15 единиц – низкий уровень нравственной самооценки.

Приложение 2

**Анкетирование подростков на выявление уровня формирования представлений о ЗОЖ**

Вопросы для анкетирования:

1. Анкета «Мои знания о курении»

Инструкция: при ответе на вопрос напишите сбоку «верно» или «неверно».

1. Подростки курят, чтобы «быть как все».
2. Некурящие вынуждены страдать от заболеваний дыхательной системы в результате пассивного курения.
3. Курение помогает расслабиться, когда человек нервничает

4. В легких человека, выкуривающего каждый день в течение года по пачке сигарет, оседает 1 литр табачной смолы.
5. Физические упражнения нейтрализуют вред, наносимый курением.
6. Одной сигареты вполне достаточно, чтобы участился пульс, повысилось кровяное давление, нарушались нормальное кровоснабжение и циркуляция воздуха в легких.
7. Большинство курящих получают от курения удовольствие и не собираются бросать.
8. Табакокурение является одной из основных причин заболеваний сердца.
9. Большинство подростков в состоянии бросить курить в любое время.
10. Нет ничего страшного в том, что подростки «балуются» сигаретами, если они оставят это занятие до того, как курение превратиться в привычку.

**Ответы:**

1. Верно 2. Верно 3. Неверно 4. Верно 5. Неверно

6. Неверно 7. Неверно 8. Верно 9. Неверно 10.Неверно

Ответы по анкете для проверки знаний по проблеме наркомании оценивались по следующим критериям:

Верный ответ оценивался в 1 - балл

Неверный ответ оценивался в 0- баллов.

## 2. Анкета на выявление отношения к алкоголю

Инструкция: прочтите эти утверждения и укажите, согласны вы с ними или нет.

1. Здоровый человек может выпить три кружки пива за один час без последующей потери самоконтроля или замедления реакции.
2. Употребление алкоголя в смеси с определенными наркотиками может привести к смертельному исходу.

3. Крепкие напитки (виски, ром, джин, водка и т.д.) являются более вредными для организма, чем другие алкогольные напитки (вино, пиво и т.д.).
4. Алкоголь-это яд.
5. Половина дорожных происшествий является результатом вождения в нетрезвом виде.
6. Алкоголь препятствует быстрой реакции.
7. Алкоголь отравляет печень и может вызвать омертвение тканей (после чего они не восстанавливаются).
8. Беременные женщины не должны пить, поскольку исследования показали, что алкоголь способен повредить еще не родившемуся ребенку и иногда может вызвать у него умственную отсталость.
9. Подросток может стать алкоголиком от пива.
10. Многие алкоголики начинают пить до 20-летнего возраста.

Ответы:

Да – 2, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 10.

Нет – 1, 3.

Ответы по анкете для проверки знаний по проблеме наркомании оценивались по следующим критериям:

Верный ответ оценивался в 1 - балл

Неверный ответ оценивался в 0- баллов.

3. Анкета для проверки знаний по проблеме наркомании

Инструкция: постарайтесь ответить на следующие вопросы. Ответ помечайте крестиком под одним из утверждений

| | *Утверждение-вопрос* | *Верно* | *Неверно* | *Не знаю* |
|---|---|---|---|---|
| 1 | Легкие наркотики безвредны. | | | |
| 2 | Наркомания - это преступление. | | | |
| 3 | Наркомания - это болезнь. | | | |
| 4 | У многих молодых людей возникают проблемы с законом из-за наркотиков. | | | |
| 5 | Прекратить употреблять наркотики можно в любой момент. | | | |

| | | | | |
|---|---|---|---|---|
| 6 | Наркомания излечима. | | | |
| 7 | Многие подростки начинают употребление наркотиков «за компанию». | | | |
| 8 | По внешнему виду человека можно определить, употребляет он наркотики или нет. | | | |
| 9 | Наркоман может умереть от пере-дозировки. | | | |
| 10 | Наркомания неизлечима. | | | |

Ответы по анкете для проверки знаний по проблеме наркомании оценивались по следующим критериям:

Верный ответ оценивался в 1 - балл

Неверный ответ оценивался в 0- баллов

Отказ от ответа 0 – баллов.

Приложение 3

Результаты подростков контрольной группы по методике «Ценностные ориентации» М.Рокичаполученные в ходе констатирующего этапа педагогического эксперимента

| № п/п | Ф.И учащихся | Высокий уровень | Средний уровень | Низкий уровень |
|---|---|---|---|---|
| | контрольная группа | | | |
| 1 | Антон А. | | | + |
| 2 | Сергей В. | | + | |
| 3 | Анна Г. | | + | |
| 4 | Ирина Г. | + | | |

| | | | | |
|---|---|---|---|---|
| 5 | Лиза Д. | | + | |
| 6 | Артем Ж. | | | + |
| 7 | Алексей И. | | | + |
| 8 | Варвара К. | | + | |
| 9 | Елена К. | + | | |
| 10 | Василий Л. | | + | |
| 11 | Ирина Л. | | | + |
| 12 | Алиса М. | | | + |
| 13 | Тимур М. | | | + |
| 14 | Иван М. | | + | |
| 15 | Семен О. | | | + |
| 16 | Света П. | | | + |
| 17 | Владимир Р. | | + | |
| 18 | Идрис Т. | | | + |
| 19 | Катя Х. | | | + |
| 20 | Дима У. | | + | |

Таблица 2

Результаты учащихся экспериментальной группы по методике «Ценностные ориентации» М.Рокича полученные в ходе констатирующего этапа педагогического эксперимента

| № п/п | Ф.И учащихся | Высокий уровень | Средний уровень | Низкий уровень |
|---|---|---|---|---|
| | экспериментальная группа | | | |
| 1 | Света А. | | + | |
| 2 | Максим Г. | | | + |

| | | | | |
|---|---|---|---|---|
| 3 | Диляра Д. | | + | |
| 4 | Денис Е. | | | + |
| 5 | Галина И. | | | + |
| 6 | Татьяна К. | | | + |
| 7 | Павел Л. | | | + |
| 8 | Ксения М. | | | + |
| 9 | Юлия Н. | + | | |
| 10 | Инга О. | | | + |
| 11 | Артем О. | | | + |
| 12 | Олег П. | | + | |
| 13 | Римма Р. | | | + |
| 14 | Радмир Р. | | + | |
| 15 | Анастасия С. | | + | |
| 16 | Дима С. | | + | |
| 17 | Максим Т. | | | + |
| 18 | Полина Т. | | | + |
| 19 | Галина Ф. | | | + |
| 20 | Николай Я. | | | + |

Приложение 4

Результаты подростков контрольной группы по анкетированию на выявление уровня формирования представлений о ЗОЖ полученные в ходе констатирующего этапа педагогического эксперимента

| № п/п | Ф.И учащихся | Высокий уровень | Средний уровень | Низкий уровень |
|---|---|---|---|---|
| | контрольная группа | | | |
| 1 | Антон А. | | | + |
| 2 | Сергей В. | | + | |

| | | | | |
|---|---|---|---|---|
| 3 | Анна Г. | | + | |
| 4 | Ирина Г. | + | | |
| 5 | Лиза Д. | | + | |
| 6 | Артем Ж. | | | + |
| 7 | Алексей И. | | | + |
| 8 | Варвара К. | | + | |
| 9 | Елена К. | + | | |
| 10 | Василий Л. | | + | |
| 11 | Ирина Л. | | | + |
| 12 | Алиса М. | | | + |
| 13 | Тимур М. | | | + |
| 14 | Иван М. | | + | |
| 15 | Семен О. | | | + |
| 16 | Света П. | | | + |
| 17 | Владимир Р. | | + | |
| 18 | Идрис Т. | | | + |
| 19 | Катя Х. | | | + |
| 20 | Дима У. | | | + |

Таблица 2

Результаты учащихся экспериментальной группы по анкетированию на выявление уровня формирования представлений о ЗОЖ полученные в ходе констатирующего этапа педагогического эксперимента

| № п/п | Ф.И учащихся | Высокий уровень | Средний уровень | Низкий уровень |
|---|---|---|---|---|
| | экспериментальная группа | | | |

| | | | | |
|---|---|---|---|---|
| 1 | Света А. | | + | |
| 2 | Максим Г. | | | + |
| 3 | Диляра Д. | | + | |
| 4 | Денис Е. | | | + |
| 5 | Галина И. | | | + |
| 6 | Татьяна К. | | | + |
| 7 | Павел Л. | | | + |
| 8 | Ксения М. | | | + |
| 9 | Юлия Н. | | | |
| 10 | Инга О. | | | + |
| 11 | Артем О. | | | + |
| 12 | Олег П. | | + | |
| 13 | Римма Р. | | | + |
| 14 | Радмир Р. | | + | |
| 15 | Анастасия С. | | + | |
| 16 | Дима С. | | + | |
| 17 | Максим Т. | | | + |
| 18 | Полина Т. | | | + |
| 19 | Галина Ф. | | | + |
| 20 | Николай Я. | | + | |

Приложение 5

**Программа занятий посредством здоровьесберегающей среды на формирование социального воспитания подростков**

**Тренинг « Курение-дело серьезное!»**

Цели:Способствовать формированию навыков отрицательного отношения к курению

Задачи:

1) способствовать формированию здорового образа жизни;

2) дать представление о влиянии курения на молодую кожу.

Ход занятия:

1. Энергизатор «Рука к руке».

Ведущий подает команды:

2) рука к руке;

3) нос к носу;

4) спина к спине;

5) хвост к хвосту;

6) локоть к локтю и т. д.

По этой команде играющие быстро выбирают себе пару и становятся так, как сказал ведущий. Кто остановится без пары, становится ведущим.

2.Объявление целей и темы занятия.

3. Мозговой штурм.

-Что такое кожа? (организм, защитный слой)

-Что необходимо соблюдать, чтобы кожа была здоровой? (личную гигиену)

-Какие факторы отрицательно влияют на кожу? (мороз, ветер, солнце, неподходящая косметика, дым сигарет)

4. Мини-лекция.

ВОЗ считает, что табачная эпидемия, которая убивает около 5 млн. человек в год, является болезнью, распространяемой посредством рекламы, размещенной в том числе, в кинофильмах и в мире моды.

В России в настоящее время курят 65% мужчин и свыше 30% женщин. Растет количество курящих детей и подростков. В старших классах курят 50% мальчиков и 40% девочек. Ежегодно в России от причин, связанных с курением, преждевременно умирают 270 тысяч человек.

Никотин губительно сказывается и на человеческой коже. Дело в том, что вещества, содержащиеся в табачном дыму, суживают мелкие сосуды. В

результате ткани недополучают крови, а, значит, испытывают дефицит питания.

Организм людей, выкуривающих хотя бы 5 сигарет в день, большую часть времени испытывают «кислородное голодание», которое губительно сказывается на обмене веществ. Какое-то время природный потенциал помогает компенсировать это состояние, однако наступает момент, когда все внутренние ресурсы уже исчерпаны. И тогда обменные проблемы становятся видны невооруженным глазом.

Двух лет регулярного курения вполне достаточно для «табачной трансформации» - видимого изменения кожных покровов. Эпидермис, испытывающий постоянный дефицит кровообращения, становится блеклым и тусклым. Кроме того, меняется его цвет, текстура и упругость. Все эти изменения укладываются в понятие «кожа курильщика».

Существует еще и термин «лицо курильщика». У табакомана с большим стажем скулы значительно выступают вперед, резко обозначены носогубные борозды, а от углов рта под правильным углом отходят две симметричные складки. Кроме того, у него резко выражена морщинистость вокруг глаз.

Понятно, что курильщик выглядит намного старше своего некурящего ровесника. Табак является специфическим пусковым механизмом для фермента, расщепляющего коллаген. Разрушение этого белка приводит к самым трагическим последствиям: кожа, лишенная своего остова, начинает быстро дрябнуть. Морщины появляются с катастрофической скоростью, причем каждый последующий год курения лишь ускоряет процесс их образования. У курящего человека они формируются в 5 раз быстрее, чем у некурящего.

5. Энергизатор. «Внутренняя бесконечность».

Ведущий:

1) Давайте походим, как злой тигр, запертый в клетке.

2) Давайте сядем, как сидит курица под дождем.

3) Давайте встанем как солдат на посту и т.д.

6. Деление на группы КО.

Ветер, воздух, снег, солнце.

7. Работа в группах КО.

1) Нарисуйте «кожу курильщика».

2) Нарисовать «лицо курильщика»

3) Сопоставьте курильщика и человека, ведущего ЗОЖ.

4) Изобразите курильщика на уроке физкультуры.

8.Защита проектов.

9. Рефлексия

-Что нового узнали?

-Что было самым интересным?

10. Энергизатор «Я не тормоз».

**Ролевая театрализованная игра: «Суд над табаком»**

Цели: формирование навыков отрицательного отношения к курению.

Задачи:

1) дать представление о влиянии курения на молодой организм

2) формирование навыков здорового образа жизни.

Подготовка к уроку

Урок проводится в форме ролевой игры. Роли распределяются заранее.

Педагог говорит: «Ребята, у нас сегодня не совсем обычный урок - театрализованный. На нашем уроке мы поговорим об пагубной привычке, о курении табака.

Представляем вам суд над табаком.

Встать, суд идет!

Прошу садиться.

Сегодня на заседании суда слушается дело № 384: «Организм против табака».

Состав суда:

- судья - фамилия, имя, отчество ученика;

- прокурор - фамилия, имя, отчество ученика;

- адвокат - фамилия, имя, отчество ученика;

- свидетели: 1-й врач - фамилия, имя, отчество ученика, 2-й врач - фамилия, имя, отчество ученика;

- статистики: фамилия, имя отчество ученика, фамилия, имя отчество ученика;

- потерпевший - организм - фамилия, имя, отчество ученика;

- обвиняемый - табак - фамилия, имя, отчество ученика.

Подсудимый Табак, Вы обвиняетесь в краже в особо крупных размерах, Вы украли у Организма его здоровье. Слово предоставляется господину Прокурору.

Прокурор. Для дачи показаний приглашается потерпевший. (Входит Организм). Расскажите суду, как все произошло.

Организм. Мое знакомство с обвиняемым произошло, когда мне было 12 лет. (Организм вспоминает. Выходят три мальчика - Том, Гек и Джо. Это герои произведения Марка Твена «Том Сойер». Они разыгрывают сценку «Первые трубки» из этой книги. Отрывок берется в сокращении. Вместо сигарет можно использовать в этом эпизоде жевательные резинки в виде сигарет.)

Организм. С тех пор много воды утекло, и все эти годы Табак отравлял мою жизнь, а теперь украл самое дорогое, что у меня было, - здоровье.

Судья. Господин Адвокат, у Вас есть вопросы к потерпевшему?

Адвокат. Значит, обвиняемый не принуждал Вас к знакомству? Вы это сделали добровольно?

Организм. Да. Но потом я уже не мог без него обходиться.

Судья. Пострадавший, займите свое место в зале заседания. Господин Прокурор, у Вас есть свидетели по данному делу?

Прокурор. Прошу пригласить врача. (Выходит на середину Врач.) Расскажите, какой вред нанес обвиняемый пострадавшему.

Врач. Наука стала заниматься изучением проблем, связанных с курением сравнительно недавно. Выяснилось: (знакомит учащихся с особенностями воздействия никотина на человека)

Адвокат. Ваши утверждения голословны, нет доказательств тому, что Вы говорите.

Врач. Есть. Когда было открыто, что в состав табака кроме никотина входят еще около 80 вредных веществ (бензопропилен, синильная кислота, сажа, сероводород, радиоактивные элементы...), два молодых доктора приняли по 2 мг никотина, чтобы испытать его воздействие на себе. Есть описание этого опыта: «Возникло жжение в горле, затем появилось ощущение, будто в желудке скребут железной щеткой. Через 10 минут наступила слабость и вялость, руки и ноги стали холодными, как лед. В начале второго часа начались судороги во всем теле. Врачи с трудом могли дышать. Последствия эксперимента ощущались даже спустя неделю спустя».

Прокурор. Прошу пригласить Статистика. (Входит Статистик.) Что Вам известно о взаимоотношениях между Организмом и Табаком?

Статистик. Никотин подстегивает сердце, заставляя его учащенно работать: сердце курильщиков сокращается в сутки лишних 20–25 тысяч раз. Каждая сигарета сокращает жизнь человека в среднем на 12 мин! У курящих людей рак легких возникает в 20 раз чаще, чем у некурящих. В Ницце

(курорт во Франции) проводилось соревнование среди отдыхающих - кто больше выкурит сигарет. Победитель - он выкурил 52 сигареты - похоронен на местном кладбище, второй и третий призеры оказались в клинике, где врачи долго хлопотали над их здоровьем. По данным ученых, курящие в возрасте от 40 до 49 лет умирают в три раза чаще некурящих. Люди, начавшие курить до 15-летнего возраста, умирают впоследствии от рака легких в 5 раз чаще, чем те, которые начали курить после 25 лет. Никотин способствует образованию мягких и твердых камней на зубах, разрушая их. Курение способствует ухудшению зрения. У многих девушек быстро «садится голос», приобретая сипловатый оттенок курильщицы, цвет лица получает характерный сероватый оттенок. Восемьдесят пять из ста человек, страдающих туберкулезом, к моменту начала заболевания курили.

Судья. Слово предоставляется подсудимому. Подсудимый, признаете ли Вы себя виновным?

Табак. Нет. Не признаю. Да, есть во мне много яда, что же делать, вся семья у меня такая. Но я свою дружбу никому не навязываю. Спросите у Организма, почему он начал курить? Молчит. А я отвечу. Причин несколько, я укажу только основные три. Стремление к взрослости. Курение, по мнению подростков - символ независимости. Они не просто курят, а курят «шикарно». Курить в школьном возрасте начинают те ученики, которые ничем себя не проявили: ни в учебе, ни в труде. В голове нет интересных мыслей, и ты не занят интересным делом, а выделиться чем-нибудь хочется. Вот и начинают курить. Если ученик попал в компанию, где все курят, он тоже начинает курить, чтобы не быть белой вороной. Хотя мне совсем не понятно, почему курить, как все, - это проявить характер, а не курить - значит быть «слабаком». По-моему, все как раз наоборот.

Прокурор. Если послушать обвиняемого, то может показаться, что он и вправду ни в чем не виноват. Но преступление налицо - украдено здоровье и 15 лет жизни. Да, дружбу с ним заводят добровольно, но расстаться с ним потом очень тяжело. В приобщении к табаку каждый курильщик обычно

проходит три стадии. Первое знакомство с сигаретой оставляет, как правило, неприятное впечатление, дело может кончиться легким отравлением. Но Табак - наркотик, и постепенно отвращение к нему пропадает, курильщик может даже испытывать удовольствие. Это - вторая стадия и длится она обычно недолго. И третья стадия - курильщик начинает осознавать, что кроме удовольствия Табак приносит много неприятностей. Какой же вывод?

ВИНОВЕН.

Судья. Слушание дела закончено. Суд удаляется на совещание.

Педагог. Суд закончился, а приговор выносить вам. Виновен или нет - решать вашему организму.

## Дискуссия «Мифы»

Цель занятия: помощь подросткам в выработке зрелой и обоснованной позиции в отношении наркотиков.

Далеко не все из нас имеют отчетливое представление о наркомании. Часто взрослые, да и сами подростки формируют свои представления о наркотиках, ориентируясь на рассказы приятелей, слухи и предубеждения. Это опасно, во-первых, потому, что «мифы» о наркотиках могут преуменьшать реальную угрозу (например, миф о том, что марихуана совершенно безвредный наркотик), во-вторых, потому, что «мифы» могут чрезмерно преувеличивать опасность, рождая чувство безысходности и обреченности (например, миф о том, что стоит человеку один раз попробовать наркотик, он обязательно станет наркоманом). Упражнение «Мифы» может помочь подростку выработать зрелую и обоснованную позицию в отношении наркотиков.

В начале упражнения группе предлагается ряд высказываний (либо некоторые из них, либо одно высказывание), относящихся к теме наркомании.

К примеру, такие:

– Достаточно один раз попробовать, чтобы стать наркоманом.

– Наркомания - не болезнь, а распущенность.

– Все наркоманы - преступники.

– Наркотики помогают снять напряжение.

– Марихуана совершенно безопасна.

В комнате вывешивается три таблички с надписями:

– Да.

– Нет.

– Может быть.

Участники в течение нескольких минут обдумывают свою позицию по поводу каждого из этих высказываний. Затем участникам необходимо разделиться в соответствии с их убеждениями на 3 группы, после чего ведущий организует дискуссию, в ходе которой каждая группа отстаивает свою точку зрения. Затем обсуждается следующее высказывание.

После упражнения целесообразно дать участникам дополнительную информацию и статистические данные, развенчивающие мифы, существующие в обществе по этой теме.

**Тренинг « Скажи « нет!» ПАВ!».**

Цель: Развить навыки уверенного отказа от предложения психоактивных веществ

Задачи:

- Обсудить ситуации, когда подростков принуждают курить, употреблять алкоголь или наркотики.

- Познакомить с различными способами уверенного отказа.

- Тренировать способы отказа от ПАВ.

Ход занятий

Энергизатор « Я люблю себя за то, что…».

Представление темы занятий.

Скажите участникам, что на занятии они будут обучаться различным способам сопротивления давлению окружающих, предлагающих психоактивные вещества.

Мозговой штурм.

Попросите участников привести примеры, когда их просили или принуждали закурить, выпить, попробовать наркотики.

Задайте вопросы:

1. Кто предлагал ( взрослые, сверстники, знакомые, незнакомые люди)?

2. Какую цель преследовал предлагающий?

3. Удалось ли отказаться?

4. Кому труднее всего отказывать в просьбе?

5. Чьему давлению тяжелее сопротивляться?

Выслушайте ответы.

Скажите, что человек может оказаться в сложной жизненной ситуации или переживать неприятные чувства, потому что не смог противостоять давлению окружающих, особенно, если это были старшие по возрасту или авторитетные люди.

Попросите назвать причины, по которым бывает трудно отказывать в просьбе или не делать того, чего не хочется.

Выслушайте ответы и выпишите их на доску.

Скажите, что существует много причин, по которым человек соглашается делать то, что ему не хочется. А именно: не хотят оказаться изгоем, быть высмеянным, бояться обидеть, казаться грубым, быть не таким как все и др.

Подчеркните, что существует много способов отказаться делать то, что тебе делать не хочется или ты считаешь вредным для себя.

Мини – лекция.

Повесьте плакат «Правила уверенного отказа». Прочитайте эти правила вместе с участниками и обсудите их.

1. если хотите в чем – либо отказать человеку, четко и однозначно скажите ему « НЕТ». Объясните причину отказа, но не извиняйтесь слишком долго.

2. отвечайте без паузы – так быстро, как только это вообще возможно.

3. настаивайте на том, чтобы с вами говорили честно и откровенно.

4. попросите объяснить, почему вас просят сделать то, чего вы делать не хотите.

5. смотрите на человека, с которым говорите. Наблюдайте, есть ли в его поведении какие – либо признаки неуверенности к себе. Следите за его позой, жестами, мимикой ( дрожащие руки, бегающие глаза, дрожащий голос и т.д.).

6. не оскорбляйте и  не будьте агрессивными.

Работа в группах КО.

Объедините участников в группы КО по 2 человека. Раздайте каждой паре карточки с ситуацией «просьба».

Предложите прочитать ситуацию, и используя один из способов отказа, разыграйте сценку, в которой герой отказывается выполнить просьбу. Скажите, что при подготовке сценки они должны использовать « Правила уверенного отказа».

Ситуация « Просьба».

Сергей шел по улице. Вдруг его кто-то окликнул.  Он оглянулся и увидел хорошо одетого, солидного мужчину, стоящего около дорогой иномарки. Сергей остановился и подошел к нему. Мужчина попросил юношу отнести и передать какую – то коробку в офис, находящийся в доме напротив. Сергей стал отказываться, тогда мужчина стал его уговаривать. Сначала он предложил ему за услуги деньги, потом стал нервно объяснять, почему он сам не может ее отнести. Когда он разговаривал с Сергеем, он старался не смотреть ему в глаза.

Способы отказа.

Нет, не могу.

Нет, нет, и еще раз нет.

Нет, мне сейчас некогда.

Нет, спасибо, мне не нужны деньги.

Скажите « нет» и уйдите, не объясняя причины.

Пригласите добровольцев показать сценки. Проведите обсуждение и поблагодарите. Скажите, что брать у незнакомых людей вещи опасно.

Сделайте вывод, что знание и умение применять приемы уверенного отказа помогают человеку не поддаваться давлению и оставаться в безопасности, не обижая других.

Скажите, что не всегда в жизни бывает достаточно просто сказать « нет», когда принуждают выпить или закурить. Предложите игру, в которой участники потренеруют способы, помогающие избегать давления и оставаться востребованными, продолжать дружить и весело проводить время.

Ролевая игра. Объедините участников в 4 группы КО. Раздайте каждой группе карточки с приемами предложения ПАВ и со способами отказа. Каждый участник группы по очереди вытягивает карточки с одним из приемов, читает его вслух. Затем предлагает соседу справа , прочитать ответ. Каждому приему предложения ПАВ соответствует два ответа с отказом.

Примеры предложения ПАВ и способы отказа:

Привет! Присоединяйся к нашей компании. У нас есть кое – что выпить.

Да ну! Сейчас по телевизору начинается классный фильм, пойдем лучше посмотрим;

Нет, спасибо, мне сейчас нужно идти на тренировку (на встречу, на занятия).

Давай покурим. Чего ты боишься? Сейчас только младенцы не курят. Ты что салага?

Нет, не хочу. Кстати, большинство людей как раз не курят;

Нет, спасибо. Мне совсем не нравится запах табака. Меня от него просто тошнит.

Пойдем со мной в гости. Ребята обещали принести наркотики. В жизни надо попробовать все. Не упрямься.

Нет, это не по мне. Плохое место. Я не хочу, чтобы обо мне говорили, что я наркоман;

Ты шутишь! Такие эксперименты всегда заканчиваются плохо. Я хочу оставаться здоровым.

Хочешь выпить?

Нет, спасибо, от вина люди перестают соображать и совершают глупые поступки;

Нет, спасибо, от вина у меня болит голова.

Предложите группам продемонстрировать понравившиеся способы отказа от предложения ПАВ. Поблагодарите их за представление.

Важно довести до участников понимания того, что давление пить, курить, употреблять наркотики может быть преодолено с использованием навыков неагрессивного отказа, которые помогут отстаивать свои интересы и права, открыто и честно выражать свои чувства, не нарушая прав и интересов других людей.

Подведите итог занятию, обратив внимание, что отказ от употребления табака, алкоголя и наркотиков сохранит их здоровье.

Энергизатор « Подарок».

Участники стоят в кругу. Каждый по очереди передает соседу, стоящему справа свой подарок, который он показывает с помощью жестов. Остальные должны угадать, какой подарок был преподнесен. Повторяться нельзя.

Вывод

Существует много эффективных способов говорить « НЕТ».

## Мини – лекция

## «О вреде алкоголизма и наркотической зависимости»

Если обратиться к большому энциклопедическому словарю, то в нем мы находим следующее определение: наркомания (от греч. narke – оцепенение и мания) - болезнь, характеризующаяся непреодолимым влечением к наркотикам, вызывающим в малых дозах эйфорию, в больших – оглушение, наркотический сон. Термин «наркомания» этимологически

связан с понятием «наркотик» (от греч. narkotikos- усыпляющий). В медицинской энциклопедии алкоголизм определяется так: это заболевание, вызываемое систематическим употреблением спиртных напитков, характеризующееся влечением к ним, приводящее к психическим и физическим расстройствам и нарушающее социальные отношения лица, страдающего этим заболеванием[6].

Впервые термин «Алкоголизм» был применен в 1849 году шведским врачом и общественным деятелем М. Гуссом (Хусс; M. Huss) для обозначения совокупности болезненных изменений, происходящих в организме под влиянием употребления спиртных напитков. В современном понимании биологическое и медицинское значение термина «Алкоголизм» неотделимо от его социального содержания. Однако не следует ставить знак равенства между пьянством (неумеренным потреблением спиртных напитков), как формой антиобщественного поведения, и алкоголизмом, как болезнью. Пьянство порождает алкоголизм, но не является болезнью. Алкоголизм характеризуется определёнными признаками, которые отличают его от так называемого «привычного», или «бытового», пьянства. Алкоголизм, хроническое самоотравление алкоголем чаще всего в виде водки, влекущее за собою хронический катар желудочно-кишечного канала, глубокие поражения печени и др. желез, перерождение сосудов и в особенности мозга, что вызывает поражение центральной и периферической нервной системы (неврит - воспаление нервных стволов), шаткую походку, ослабление психической деятельности и понижение нравственного чувства, душевные заболевания.

Алкоголизм - хроническое (неизлечимое), прогрессирующее, смертельное заболевание, затрагивающее и разрушающее все сферы человеческой жизни - тело, психику, душу и социальную жизнь человека.

Неизлечим алкоголизм в том плане, что человек, потерявший однажды контроль над употреблением алкоголя, никогда уже этот контроль не обретет. Насколько бы не был долог срок воздержания от алкоголя.

Соответственно лечение алкоголизма заключается в том, чтобы человек научился жить вообще не употребляя через изменения в био-психо-социо-духовных аспектов личности человека.

Чтобы найти выход, очень важно понять: наркомания - это болезнь. Специалистам, работающим в наркологии, это известно давно, и признается безоговорочно. Болезнь под названием наркомания включена в медицинские справочники и каталоги наряду с любыми другими заболеваниями. Наркомания по степени тяжести приравнивается к онкологическим заболеваниями, так как имеет огромный процент смертности - 96% больных умирает.

Понимание наркомании как болезни существует, по меньшей мере, с прошлого века, хотя в обыденном сознании все еще засел стереотип, что если человек употребляет наркотики, то единственная причина этому - его «непутевость», безответственность или вообще порочность и склонность к преступному образу жизни. О том, что такое поведение за может быть проявлением болезни, нередко забывается.

Специалисты считают наркоманию заболеванием, относящимся к группе так называемых аддиктивных заболеваний, болезней зависимости. Поскольку зависимость у наркомана проявляется от химических веществ - наркотиков, наркоманию (с некоторыми другими видами зависимости - например, алкоголизмом) ещё называют «химической зависимостью». Этот термин не надо путать с формами зависимости, выделяемыми уже внутри понятия «наркомания», а психическая зависимость от наркотиков, которая свойственна для всех видов наркозависимости, а также физическая зависимость, которая может быть выраженной или неявной, а в некоторых случаях даже практически отсутствовать.

Лучшая методика борьбы с наркоманией и алкоголизмом - профилактика.

Реальным выходом из создавшейся ситуации является привлечение к профилактической работе педагогов и психологов средних школ и других

учреждений системы образования. Очевидно, что максимальной возможностью при проведении профилактики обладают люди, имеющие постоянный контакт с детьми и подростками, которые могут уловить те нюансы состояния и поведения, зачастую ускользающие от родителей и специалистов наркологов.

**Беседа на тему «Табакокурение»**

ОРГАНИЗАЦИОННАЯ ФОРМА: информационный час-беседа.

ЦЕЛЬ ПРОВЕДЕНИЯ: информировать учащихся об истории распространения табакокурения, о его мотивах и последствиях, обсудить отношение учащихся к табакокурению.

ХОД МЕРОПРИЯТИЯ.

Мероприятие построено по следующему плану:

1. Информационный блок.
2. Рекламная антитабачная компания каждой группы.
3. Беседа «Моё отношение к курению».
4. Подведение итогов.

За неделю до данного информационного часа учащимся даётся задание разделиться на 3 группы. Каждая группа готовит свой доклад для информационного блока по следующим темам:

- Табак и история его распространения. Действие по борьбе с табаком.
- Свойства никотина и физико-химический механизм курения.
- Мотивы курения.

Также каждая группа готовит свою рекламную антитабачную компанию. Данная компания должна побуждать курящих людей бросить курить, а некурящих – никогда этого не делать.

Учащиеся активно приняли участие в подготовке данного мероприятия, ответственно отнеслись к распределению поручений и их выполнению. Проводимое мероприятие было рассчитано на 1 час времени, было четко организовано и соответствовало программе классного руководителя.

Учащимися были подготовлены интересные рекламные компании, к этому заданию они подошли творчески и выполнили данное задание живо, находчиво и эмоционально.

После представления своих работ проводится беседа, которая выявляет отношение учащихся к курению, количество курящих и некурящих учеников в классе, выявляет мотивы, которые побудили каждого из курящих сделать это первый раз.

В ходе беседы выявлялись мотивы, которые побуждают молодых людей к курению: подражание и стремление к взрослости – главные мотивы, побуждающие подростков закурить в первый раз. Хотелось бы отметить серьезность ситуации, так как из 3 активно курящих подростков – 3 девушки.

Курящие подростки прекрасно знают о вреде курения для здоровья и о последствиях курения, но отказаться от этой привычки изъявил желание только 1 человек.

И последний этап мероприятия – подведение итогов, где должны быть отмечены пути решения этой серьёзной проблемы, механизмы действия по борьбе с данной проблемой на уровне семьи, школы, государства, мира.

Таким образом, я считаю, что цель поставленная перед организацией данного мероприятия достигнута и реализована в полном объеме.

Данное мероприятие было построено таким образом, который позволил получить информацию по данной теме, возможность показать свой взгляд на данную проблему и обсудить интересующие вопросы в ходе беседы, а также проявить творческий подход каждого человека группы в реализации рекламной компании.

Необходимо также отметить, что данная форма мероприятия дает возможность подросткам работать в группах, помогать и поддерживать каждого члена группы, позволяет выделить в каждой группе лидера-организатора процесса. Считаю, что данное мероприятие было проведено так как задумано и дало возможность установить дружеское отношение с закрепленным классом.

**«Сложный случай на ток-шоу»**

Задачи:

1) проанализировать случай употребления алкоголя 13 -летним подростком;

2) ответить в обсуждении на вопрос: «Что могло стать причиной употребления алкоголя в данном случае»;

3) в ходе обсуждения высказать предположения относительно фактов распития спиртных напитков детьми и подростками.

Действующие лица: журналист, Павлик, отец Павлика, мать Павлика, друзья Павлика. Им выдаются инструкции и предоставляется время на подготовку.

Журналист сообщает: «Вчера вечером в городскую больницу был доставлен 13-летний подросток Павлик, обнаруженный в состоянии алкогольного опьянения в автобусе. К счастью, первый контакт мальчика с алкоголем не закончился трагически. «Как это произошло?» — спрашиваю я Павлика, который уже выписался из больницы».

Павлик рассказывает: «Вчера вечером мы возвращались домой с катка. Артур, мой друг Михаил и я. Когда мы шли через парк, Артур вынул из сумки бутылку вишневой настойки. «Если тебе холодно, то можешь немного выпить», — сказал он. Я страшно замерз, было очень холодно, а мы катались на коньках несколько часов. Моим друзьям тоже было холодно. Одеты мы были только в свитера. Потом мы открыли бутылку, я пил первый, сделал два глотка, показалось, будто бы я пил кока-колу. Поначалу я почувствовал только вкус вишни, но уже через несколько секунд спирт начал обжигать рот. Мы быстро распили эту бутылку, но мне стало нехорошо, будто что-то переворачивалось у меня в желудке. Я после первых глотков не хотел пить больше, но боялся, что друзья поднимут меня на смех. Через несколько минут у меня, как на карусели, закружилась голова. Я присел на лавку, так как мне было очень плохо. И тогда, наверное, я уснул. Проснулся

уже в больнице с трубкой в горле, а надо мной сестра в белом халате».

Артур и Михаил утверждают, что посадили Павлика в автобус, а сами из ближайшей телефонной будки позвонили его родителям, сказав, что Павлик плохо себя чувствовал и необходимо его встретить на остановке.

Журналист обращается к отцу Павлика с вопросом: «Что Вы думаете о вчерашнем «приключении» Вашего сына?» Отец Павлика отвечает: «После телефонного разговора с друзьями моего сына я сразу же пошел на остановку. Но Павлика не было. От водителя автобуса я узнал, что какого-то

совершенно пьяного мальчика отвезли на машине в больницу, сняв с автобуса на предыдущей остановке. В больнице я узнал всю правду. И сейчас еще не могу в это поверить! У нас дома Павлик ничего подобного никогда не видел. Мы с женой очень редко выпиваем спиртное. Раз в год, на Новый год мы выпиваем по бокалу шампанского, вот и все. И представляете себе: отец приходит домой с работы трезвый, а его сын, который еще ходит в 8 класс, пьяный!»

Журналист обращается к матери Павла: «А, может быть, Вы знаете причины вчерашнего «приключения» Вашего сына?» Мать Павла: «Мой сын немного ниже ростом своих ровесников в классе. Может быть, отсюда все его комплексы, а может быть, таким образом он хотел понравиться своим друзьям? Вероятно, Павел хотел доказать, что он уже сильный мужчина.»

Журналист: «Конечно, здесь мы имеем дело с «неформальным» случаем.

Но как могло это произойти?»

В этот момент подключается педагог: сначала давайте ответим на вопрос: «Как вели себя Павлик и его друзья?» Если кто-то что-то делает, то, вероятно, для этого существуют какие-либо причины. Давайте подумаем над ответом на вопрос: «Почему именно так вели себя Павлик и его друзья, а не иначе?» Сначала каждый может подумать самостоятельно, а потом мы все вместе попробуем найти причины, по которым дети и подростки употребляют спиртное, а также определить, правильно ли детям и подросткам запрещают употреблять алкоголь.

**«Мне страшно за тебя» (профилактика пивного алкоголизма)**

Цель:

1.Привлечь внимание учащихся к проблемам употребления алкоголя.

2.Оказать помощь подросткам в осознании ответственности за выбор здорового образа жизни, в решении личностных и социальных проблем, которые могут привести к употреблению алкоголя.

Задачи:

-предоставить учащимся объективную информацию о влиянии алкоголя на организм человека;

-сориентировать учащихся на выбор правильного жизненного пути, на здоровый образ жизни;

-освоение навыков отказа от употребления пива, умение найти выход из конфликтной ситуации: «Умей сказать «НЕТ»

Подготовительный этап:

Оборудование:

1. Плакат с высказыванием «Болезнь легче предупредить, чем лечить»

2.Металлические (пустые) баночки из-под пива.

3.Рисунок «запрещающего знака»

4.Подборка фотографий о здоровом образе жизни подростков.

План проведения:

1.Вступительное слово педагога

Здравствуйте, ребята. Сегодня наше занятие посвящено проблеме пивного алкоголизма. Вы уже много знаете об алкоголе и алкоголизме, но кое в чем ошибаетесь и сомневаетесь. Задача нашего сегодняшнего общения- развеять все сомнения в данной области.

Тема нашего занятия «Мне страшно за тебя…» Почему я его так назвала, с чем это связано, вы ответите к концу нашей работы. Эпиграфом нашего классного часа будет прекрасное высказывание М.В.Мудрова

«Болезнь легче предупредить, чем лечить». Догадались, мы сегодня будем говорить о таком страшном заболевании, как пивной алкоголизм.

2.(Знакомство с психологическими особенностями подросткового возраста).

-А сейчас, ребята, я познакомлю вас с психологическими особенностями вашего возраста.

В физиологическом плане границы подросткового возраста примерно совпадают с обучением детей в 5-9 классах средней школы, и охватывает возраст от 11-12 до 14-16 лет.

Психологические особенности подросткового возраста получили название «подросткового комплекса»

Подростковый комплекс включает:

-чувствительность к оценке посторонних своей внешности;

-способности, умении сочетаться с крайней самонадеянностью и безаппеляционными суждениями в отношении окружающих;

-внимательность порой уживается с поразительной черствостью;

-болезненная застенчивость с развязностью;

-желание быть признанным и оцененными другими с показной независимостью

-борьба с авторитетами, общепринятыми правилами и распространенными идеалами- с обожанием случайных кумиров;

-чувственное фантазирование с сухим мудрствованием.

-потребность в общении с желанием уединиться

-развязность в поведении с застенчивостью

-романтизм с цинизмом и расчетливостью

-нежность и ласковость с жестокостью

У подростков субъективный образ »Я» складывается в большей степени от мнения окружающих.

Обязательным компонентом самосознания является самооценка.

Очень важным для подростка является мнение о нем группы, к которой он принадлежит. Сам факт принадлежности к определенной группе придает ему дополнительную уверенность в себе.

Ведущей деятельностью в этом возрасте является коммуникативная, общаясь, в первую очередь со своими сверстниками подросток получает необходимые знания о жизни.

Подросток стремится к самостоятельности, но в проблемных жизненных ситуациях он старается не брать на себя ответственность за принимаемые решения, и жжет помощи со стороны взрослых.

-А сейчас, ребята, давайте с вами подумаем, зная психологические особенности подростка, что же побуждает его в первый раз попробовать пиво?

3.(Мозговой штурм)

Результаты записываются на доске. Делается вывод о том, что же побуждает подростка попробовать пиво в первый раз

-А теперь, ребята, мы с вами посмотрим, какое действие оказывает пивной алкоголизм на здоровье человека.

-Вот вы узнали, что алкоголь-это яд, он наносит большой вред вашему здоровью, в состоянии алкогольного опьянения совершаются преступления, человек деградирует, не может давать полноценного потомства, происходит вырождение генофона нации.

_-чаще всего подростки в первый раз пробуют алкоголь «за компанию», на домашнем торжестве или в кругу друзей, где им кажется невозможным и неудобным отказаться.

Сейчас мы попробуем рассмотреть несколько ситуаций и придумать, как можно отказаться от употребления спиртного.

Установка: Ваши ответы должны удовлетворять двум позициям:

1.Они должны отвергать употребление алкоголя.

2.Позволять сохранить приятельские отношения с друзьями.

4.Разыгрывание проблемных ситуаций по отказу от употребления алкоголя, умению говорить«НЕТ!»

Ситуация №1

Максим пришел на день рождения к однокласснице. Там уже собрались другие ребята. Отец именинницы достал шампанское и стал понемногу наливать мальчикам. Максим отставил свой бокал и сказал…

Ситуация № 2.

Ребята всем классом пошли в поход. Дошли до места, разбили лагерь, девочки стали готовить обед. К Никите подошли двое друзей.»Пошли с нами,- сказал один из них и показал завернутую в куртку бутылку с пивом. «Нет»- сказал Никита…

Ситуация№ 3.

Маша договорилась с подругами пойти на дискотеку. В раздевалке подруги предложили Маше выпить баночку пива для веселья.

«Нет»- сказала Маша,- не буду, потому что….

Ситуация №4

Максим со своей подружкой пришли в гости к своему однокласснику Андрею. У Андрея собралась незнакомая для ребят компания, которая пила пиво. «Присоединяйтесь к нам…»- предложили друзья Андрея.

«Нет»- ответил Максим, мы с Аленой….

6.Вывод, подведение итога:

-Из увиденного и сказанного, какой мы сможем сделать вывод о действии пива на организм подростка?

( Ребята делают вывод о вреде пивного алкоголизма на здоровье подростков.).

-А теперь ответьте мне, пожалуйста, посему  я назвала наш классный час «Мне страшно за тебя….»?

( Ребята обосновывают свои выводы, главный из которых- забота о здоровье подрастающего поколения, об их будущем и будущем всей России).

-Чтобы избежать пагубного влияния пивного алкоголя на организм что нам с вами надо делать?

( Ответы ребят, основной из которых- вести здоровый образ жизни, заниматься спортом, найти занятие по душе, найти хороших друзей-единомышленников и т.д..Основываемся на вышесказанном, что безделие побуждает к поиску друзей по безделию и употреблению алкоголя.).

Самое дорогое, что есть у человека, кроме жизни, это его здоровье. Его надо беречь. Одна японская мудрость гласит:

«Если у человека есть здоровье - у него есть надежда, если у человека есть надежда - у него есть все».

-У вас на парте лежит скрепка. Вам задание: представьте, что проволока- ваше здоровье. Вы пьете пиво, курите сигареты, злоупотребляете едой ( разворачивайте скрепку, чтобы она стала прямой проволокой). Потом начались проблемы со здоровьем, и вы решаете ограничить себя в излишествах

-Теперь возьмите и сложите скрепку так, чтобы она приняла первоначальное положение. Получилось?

Вот так и с вашим здоровьем.

Пиво оказывает свое действие на организм, прежним он уже не станет

Какой делаем вывод?

(Ребята делают вывод о необходимости трезвого и здорового образа жизни).

Итак, ребята, давайте поведем итог нашей с вами встречи (рефлексия)

-С чем мы сегодня познакомились?

_-Что узнали нового?

-Какой сделали для себя вывод?

( Ребята делают вывод о том, что пиво - вредный алкогольный напиток, наносящий вред здоровью подростка, вызывающий необратимые процессы для организма).

-Понравилась ли вам наша встреча?

-Что понравилось больше всего? (заслушиваются ответы ребят)

7.Заключение.

От своего имени хочется поблагодарить вас за сотрудничество, внимание. Вы слишком молоды, и у большинства из вас нет проблем со здоровьем. Но у тех, кто начинает употреблять алкоголь, эти проблемы могут появиться. Никто не скажет, когда народ придумал пословицу: «Хмель не вода - человеку беда». Хотя по всему видно, что придумали ее как предостережение перед самой страшной бедой, потому что алкоголь лишает человека разума.

Произойти от обезьяны

был человеку путь немал.

В обратный путь пустился пьяный,

за час опять животным стал.

Эти строки написал известный поэт Расул Гамзатов.

Пить или не пить, каждый должен решить сам.

Надеюсь, что после сегодняшней нашей встречи каждый из вас задумается о своем будущем. Удачи вам!

**«Все в твоих руках»**

**Форма проведения:** Тренинг

**Цель:** содействовать установлению активной жизненной позиции подростков.

**Задачи:**

1. Дать информацию по проблеме профилактики наркомании;
2. Формировать умение отстаивать собственную позицию;
3. Воспитывать взаимоподдержку, внимание к проблемам другого.

**Ход занятия:**

- Добрый день! Сегодняшнюю беседу, я хочу провести с вами вот в такой неформальной обстановке. - А кто знает, почему мы сели в круг? (в кругу нет ведущей фигуры, все равны) Но, перед тем, как начать, давайте

установим правила, которыми мы все будем пользоваться в течении следующих 45 минут.

- Искренность

-Активность

-Открытость

-Не перебиваем

-Можем дополнять

- Ставим мобилки на вибровызов

- Помогаем любому в сложной ситуации

- Этим правилам мы сегодня следуем все. Я предлагаю начать с того, что каждый из вас по очереди представится и назовет свое самое лучшее качество, начинающиеся на ту же букву, что и имя.. Пример: Анна – артистичная. Безусловно, в каждом из нас есть много хорошего! Часто мы и сами не догадываемся на что мы способны, чего по-настоящему стоим…. Так, почему же многие из нас так часто идут в другом направлении? А другие, с безразличием смотрят, думая, что это их никогда не коснется ? Сегодня мы с вами постараемся понять причины и найти выход из многих сложных ситуаций.

Посмотрите, пожалуйста на «доску». Давайте прочтем то, что там написано.

Нажимаю кнопку «стоп»

Абсолют сойдется в точке…

Расспадается полет…

Километры, лягут в строчки…

и Оскалится душа,

Микрокосмос свой теряя…

А я буду умирать,

На осколках псевдо рая…

И теперь с объятий ада,

Я прошу тебя: не надо…

О чем здесь идет речь? (о наркомании).

- Все вы, конечно же знаете о вреде наркомании, я не буду сегодня говорить много об этом, скажу лишь, что: • 91 % ВИЧ – инфицированных – наркоманы; • к окончанию школы 40 % детей пробовали наркотики, “сидят на игле” – 9% мальчиков, 5 % – девочек; • 1 наркоман за год втягивает в “порочный круг” до 4 человек.

- Ответьте на вопрос: Люди, пробующие наркотик особенные или такие же как мы?

- Так давайте попробуем теперь разобраться в причинах, которые толкают человека к наркотикам:

- Из любопытства. У каждого человека в жизни должна быть цель, каждый из нас должен к чему-то стремиться. Я хочу рассказать вам одну историю:

Одна пловчиха, решила переплыть самую бурную реку, чтоб попасть в книгу рекордов Гиннеса. Никто еще не совершал такого подвига. Заплыв был намечен на определенное число, собрались журналисты. На землю опустился сильный туман, но переносить мероприятие было невозможно. И вот девушка взяла старт. Рядом плыла страховочная лодка. Она старалась изо всех сил, но достигнув середины, подала знак, вытаскивать ее. На следующий день спортсменка с легкостью преодолела бурную реку, на удивление всем. И первый вопрос, который ей задали журналисты, был о том, почему же вчера ей не хватило сил? На что девушка ответила – « Я не видела цели».

И, ведь, действительно, живя бесцельно человек, ничего не может добиться, он даже не знает, в какую сторону надо двигаться.

***Упражнение 1.***: Я предлагаю вам выбрать из списка человеческих стремлений пять, которые важны для вас. К чему стремятся люди в жизни. • Хорошее образование. • Хорошая работа и карьера. • Счастливая семья. • Слава. • Деньги, богатство. • Дружба. • Достижения в искусстве, музыке, спорте. • Уважение и восхищение окружающих. • Наука как познание нового.

• Хорошее здоровье. • Уверенность в себе и самоуважение. • Хорошая пища. • Красивая одежда, ювелирные украшения. • Власть и положение. • Хороший дом, квартира. • Сохранение жизни и природы на земле. • Счастье близких людей. • Благополучие государства.

Не забывайте, что имея впереди цель вы будите двигаться в нужном направлении. - От одиночества

***Упражнение 2***: Давайте постараемся выяснить: Одиночество, это хорошо или плохо? Я предлагаю вам список позиций одиночества. Тот пункт, который не несет в себе ничего хорошего, мы будем обозначать «-«. Тот, из которого можно извлечь пользу «+»

Состояние депрессии

Возможность разобраться в себе, своих чувствах, мыслях

Не с кем поговорить

Не к кому прикоснуться

Возможность разобраться в своих ошибках.

Возможность приобретения нового опыта

Возможность раскрытия определенных склонностей.

Понижение самооценки

Возможность саморазвития

Возникновение страха, апатии и других губительных ощущений

Возможность для творчества.

Какой из этого мы можем сделать вывод? От нас самих зависит, как мы воспримем одиночество. Как используем это время: для саморазвития или саморазрушения. В знак протеста. Чтоб снять напряжение, злость.

Очень часто в нашей жизни происходят конфликты, в том числе и с родителями и с любимыми. В знак протеста уничтожать себя, просто глупо, можно придумать массу других возможностей высказать свое возмущение. Я предлагаю разбиться всем по четыре человека.

***Игра «ВЫХОД»***. Задание каждой группе, найти выход из данной ситуации:

1. Девушка рассталась с парнем. Ей больно, обидно, одиноко. Как можно избавиться от этих ощущении?

2. Дима поругался с мамой, он весь на нервах. Каким способом он может расслабиться?

3. Неля не заметила днем на улице соседку и не поздоровалась, вечером та наговорила ей всяких гадостей. Как девочке сохранить духовное равновесие?

4. Ваня поругался с семьей и ушел из дома. Извиняться он считает ниже своего достоинства. Каким образом можно решить эту проблему?

5. Лене всегда в пример ставят ее старшую сестру, ее это уже бесит. Какой она может найти выход?

КАК ЖЕ СНЯТЬ НАПРЯЖЕНИЕ???

Послушать музыку

Пойти подышать свежим воздухом. Жизнь прекрасна вокруг!

Принять ванну, вода расслабляет. (желательно с настоем мяты)

Пошуметь, покричать.

Поплакать, это помогает, но не более 10 минут

Почитать, посмотреть телевизор – переключить внимание

Посчитать до 30 мысленно

Сконцентрировать внимание на постороннем объекте

Постараться не думать ни о чем, в течении 20-30 сек.

Заняться спортом (качать пресс), отличный выход для злости.

Заняться творчеством (писать, рисовать, вышивать и т.д.)

Заглянуть в глубины себя, осознать свою вину.

Обратиться к психологу, родителям, или к любому старшему человеку, которому ты доверяешь. Ведь эти люди уже прошли через это.

Обратиться к друзьям за поддержкой.

Ответить мысленно на вопросы:

- Что я чувствую сейчас(злость) - Из-за чего? (он меня обидел) – что я чувствовала тогда? ( обиду, боль) - Почему меня это задело? ( он мне не безразличен) – Почему? ( он умный, нежный и т.д.) – Мне он дорог? (да) – Какой должна быть я, чтобы он любил меня?

Вопросы можно составить различные к каждой ситуации. Важно то, что отвечая на них, ты разбираешь конфликт, заставляешь себя задуматься и в итоге, прийти к правильному решению.

Приложение 6

Результаты подростков контрольной группы по методике «Ценностные ориентации» М.Рокича полученные в ходе контрольного этапа педагогического эксперимента

| № п/п | Ф.И учащихся | Высокий уровень | Средний уровень | Низкий уровень |
|---|---|---|---|---|
| | контрольная группа | | | |
| 1 | Антон А. | | + | |
| 2 | Сергей В. | | + | |
| 3 | Анна Г. | | + | |
| 4 | Ирина Г. | + | | |
| 5 | Лиза Д. | | + | |
| 6 | Артем Ж. | | | + |
| 7 | Алексей И. | | | + |
| 8 | Варвара К. | | + | |
| 9 | Елена К. | + | | |
| 10 | Василий Л. | | + | |
| 11 | Ирина Л. | | | + |
| 12 | Алиса М. | | | + |
| 13 | Тимур М. | | | + |
| 14 | Иван М. | | + | |
| 15 | Семен О. | + | | |
| 16 | Света П. | | | + |
| 17 | Владимир Р. | | + | |
| 18 | Идрис Т. | | | + |
| 19 | Катя Х. | + | | |
| 20 | Дима У. | | + | |

Результаты учащихся экспериментальной группы по методике «Ценностные ориентации» М.Рокича полученные в ходе контрольного этапа педагогического эксперимента

| № п/п | Ф.И учащихся | Высокий уровень | Средний уровень | Низкий уровень |
|---|---|---|---|---|

| | экспериментальная группа | | | |
|---|---|---|---|---|
| 1 | Света А. | + | | |
| 2 | Максим Г. | + | | |
| 3 | Диляра Д. | + | | |
| 4 | Денис Е. | | + | |
| 5 | Галина И. | + | | |
| 6 | Татьяна К. | | + | |
| 7 | Павел Л. | + | | |
| 8 | Ксения М. | + | | |
| 9 | Юлия Н. | + | | |
| 10 | Инга О. | + | | |
| 11 | Артем О. | | + | |
| 12 | Олег П. | + | | |
| 13 | Римма Р. | | + | |
| 14 | Радмир Р. | + | | |
| 15 | Анастасия С. | + | | |
| 16 | Дима С. | + | | |
| 17 | Максим Т. | + | | |
| 18 | Полина Т. | + | | |
| 19 | Галина Ф. | + | | |
| 20 | Николай Я. | | + | |

Приложение 7

Результаты подростков контрольной группы по анкетированию на выявление уровня формирования представлений о ЗОЖ полученные в ходе контрольного этапа педагогического эксперимента

| № п/п | Ф.И учащихся | Высокий уровень | Средний уровень | Низкий уровень |
|---|---|---|---|---|
| | контрольная группа | | | |
| 1 | Антон А. | | | + |
| 2 | Сергей В. | + | | |
| 3 | Анна Г. | + | | |
| 4 | Ирина Г. | + | | |
| 5 | Лиза Д. | | + | |
| 6 | Артем Ж. | | | + |
| 7 | Алексей И. | | | + |
| 8 | Варвара К. | | + | |
| 9 | Елена К. | + | | |
| 10 | Василий Л. | + | | |
| 11 | Ирина Л. | | + | |
| 12 | Алиса М. | | | + |
| 13 | Тимур М. | | | + |
| 14 | Иван М. | | + | |
| 15 | Семен О. | | | + |
| 16 | Света П. | | | + |
| 17 | Владимир Р. | | + | |
| 18 | Идрис Т. | | + | |
| 19 | Катя Х. | | | + |
| 20 | Дима У. | | + | |

Таблица 2

Результаты учащихся экспериментальной группы по анкетированию на выявление уровня формирования представлений о ЗОЖ полученные в ходе контрольного этапа педагогического эксперимента

| № п/п | Ф.И учащихся | Высокий уровень | Средний уровень | Низкий уровень |
|---|---|---|---|---|
| | экспериментальная группа | | | |
| 1 | Света А. | + | | |
| 2 | Максим Г. | | + | |
| 3 | Диляра Д. | + | | |
| 4 | Денис Е. | | + | |
| 5 | Галина И. | + | | |
| 6 | Татьяна К. | | + | |
| 7 | Павел Л. | + | | |
| 8 | Ксения М. | + | | |
| 9 | Юлия Н. | + | | |
| 10 | Инга О. | + | | |
| 11 | Артем О. | | + | |
| 12 | Олег П. | + | | |
| 13 | Римма Р. | | + | |
| 14 | Радмир Р. | + | | |
| 15 | Анастасия С. | + | | |
| 16 | Дима С. | + | | |
| 17 | Максим Т. | + | | |
| 18 | Полина Т. | | + | |
| 19 | Галина Ф. | + | | |
| 20 | Николай Я. | + | | |