

ЗМІСТ СОЦІАЛЬНО-ПЕДАГОГІЧНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ З ФОРМУВАННЯ ЗДОРОВОГО СПОСОБУ ЖИТТЯ ПІДЛІТКІВ

У статті визначено основні складові соціально-педагогічної діяльності з формування здорового способу життя підлітків.

Ключові слова: здоров'я, спосіб життя, здоровий спосіб життя, формування здорового способу життя.

Постановка проблеми та її значення. В умовах соціально-політичної трансформації українського суспільства надзвичайно активізувалася проблема духовного і фізичного розвитку молодого покоління, становлення його як соціальної особистості. Майбутнє нашої країни безпосередньо залежить від здоров'я молоді.

Сьогодні на здоров'я підлітків помітніше впливають фактори, дія яких раніше була значно меншою. Інтенсивність дії факторів ризику зростає в учнів старших класів, зокрема, це стосується зниження фізичного і підвищення нервово-психологічного навантаження, інформаційного перевантаження, потягу частини старшокласників до шкідливих звичок.

Об'єктивні соціально-медичні показники стану здоров'я дітей та підлітків в Україні можна оцінити як несприятливі: простежується загальна тенденція до зростання захворюваності підлітків; лібералізація моральних вимог, порушення внутрішніх зв'язків у сім'ї і недостатнє статеве виховання призвели до зростання серед дітей інфекційних хвороб, які мають соціально зумовлений характер (туберкульоз, ВІЛ/СНІД та хвороби, що передаються статевим шляхом); посилення соціальних патологій у підлітковому середовищі (алкоголізм, наркоманія, проституція, суїциди, агресія тощо): відбуваються значні зміни в особистісному портреті сучасного підлітка.

Зважаючи на такий стан проблеми, держава піклується про збереження здоров'я молодого покоління, адже це обов'язок кожної країни, визначений Конвенцією ООН про права дитини. Актуальною є потреба навчання таких форм і способів життєдіяльності, які б забезпечили здоров'я молодій людині сьогодні та в майбутньому. Надзвичайно сприятливим періодом для формування знань, умінь і навичок здорового способу життя є підлітковий вік.

Багато навчальних закладів України розробили свою концепцію розвитку формування здорового способу життя. У містах України функціонують школи сприяння здоров'ю. Зокрема, у м. Києві діє Дитячий оздоровчо-екологічний центр, школа "Валео"; у м. Дніпропетровську – гуманітарна школа-гімназія № 39 із художньо-естетичним нахилом, на базі якої створено тренінговий центр для підготовки тренерів із проблем ВІЛ/СНІДу; у місті Ніжині – ЗОШ № 17 як школа культури здоров'я.

Вітчизняні та зарубіжні науковці досліджують соціально-педагогічну діяльність з формування здорового способу життя підлітків. Аналіз робіт О. Балакіревої, О. Вакуленко, Л. Жаліло, А. Капської, В. Лях, Р. Овчарової, Н. Сушик, О. Яременка й інших учених засвідчує, що ця проблема багатоаспектна й пов'язана з комплексом питань гармонійного, фізичного, психічного, духовного розвитку особистості.

Мета статті – визначити основні складові змісту соціально-педагогічної діяльності з формування здорового способу життя підлітків.

Результати теоретичного аналізу. За результатами наукових досліджень, стан здоров'я підлітків залежить на 20 % від спадковості; на 20 % – від навколишнього середовища; на 10 % – від рівня медичної допомоги; на 50 % – від способу життя [7, с. 281].

Спосіб життя – це біологічна й соціальна категорія, яка інтегрує уявлення про певний стиль життєдіяльності підлітків і характеризується особливостями їхньої навчальної діяльності, побуту, форм задоволення матеріальних і духовних потреб, норм, правил індивідуальної та суспільної поведінки. Спосіб життя підлітків визначають три категорії: рівень, якість і стиль життя [7, с. 281; 8, с. 14].

Складові частини здорового способу життя підлітків: харчування (якісна питна вода, необхідна кількість вітамінів, мікроелементів, жирів, вуглеводів); побутові умови (якість житла, умови для активного відпочинку, рівень психічної та фізичної безпеки); умови навчання; рухова активність; розвинута система охорони здоров'я; сприятливі екологічні умови; відсутність шкідливих звичок; світоглядна установка на пріоритетну цінність здоров'я; безпечна сексуальна поведінка [7, с. 281; 9, с. 21].

Фахівці ВООЗ провели дослідження й назвали дев'ять основних проблем зі здоров'ям, які виникають у підлітків. Це, зокрема, негативний вплив паління; вживання алкоголю; недостатні фізичні навантаження; нерациональне харчування; схильність до насилля; раннє статеве життя і ймовірність

зараження ВІЛ; рання вагітність і народжуваність; схильність до психічних розладів – депресій, швидкої зміни настрою, різноманітних залежностей, суїцидальних настроїв; необережність на дорозі тощо.

Вирішальну роль у формуванні здорового способу життя підлітків у загальноосвітньому навчальному закладі відіграє соціальний педагог, який є ініціатором розробки й організатором реалізації різноманітних проектів цього спрямування, оцінки їхньої ефективності.

Діяльність соціальних педагогів з формування здорового способу життя складається з конкретних процедур і операцій: соціальна (за цілями, завданнями, змістом), психолого-педагогічна (за формою), організаторська (за функціями), професійна (за зв'язками і впливом на об'єкт) Це свідчить про наявність складної і багатокомпонентної структури діяльності [2; 6, с. 19; 10].

Мета діяльності соціального педагога з формування здорового способу життя підлітків у загальноосвітньому навчальному закладі – сприяння створенню умов для формування, збереження та зміцнення здоров'я як важливого фактору розвитку особистості шляхом удосконалення навчально-виховного процесу й організації його відповідно до психологічних та фізіологічних особливостей підлітків [7, с. 281-282].

Формування здорового способу життя пов'язано з предметом соціально-педагогічної роботи. Науковець І. Мигович предметом соціально-педагогічної роботи називає професійну діяльність соціальних інститутів, державних і недержавних організацій, груп та окремих індивідів, пов'язану з наданням допомоги особам чи групам людей щодо їх соціалізації, особливості впливу соціальних явищ, процесів та відносин на соціальне функціонування означених груп людей чи осіб [4, с. 15; 6, с. 20].

Практика і наукові дослідження (М. Галагузової, А. Капської, В. Курбатова, І. Миговича та ін.) дозволяють говорити про те, що соціально-педагогічна робота має своєрідний об'єкт: це процес зв'язків, взаємодій, взаємовпливів механізмів, способів і засобів регуляції поведінки соціальних груп та особистостей, що сприяють реалізації їхніх життєвих сил – все це пов'язано з формуванням здорового способу життя [1; 9, с. 51].

Соціально-педагогічна діяльність з формування здорового способу життя підлітків має складові:

- проведення соціально-педагогічної діагностики фізичного, психічного, духовного, соціального здоров'я підлітків, їхньої адаптації до умов загальноосвітнього навчального закладу;

- розробка оптимальних режимів навчально-виховного процесу для школярів різних вікових груп, зокрема для підлітків, задля попередження їхньої втомлюваності, підвищення працездатності й ефективності діяльності;

- моделювання та впровадження в практику передового педагогічного досвіду, застосування ефективних технологій навчання та виховання, адекватних можливостям підлітків, спрямованих на збереження всіх складових частин їх здоров'я;

- систематичне розширення знань педагогів із валеології, безпеки життєдіяльності, профілактики адиктивної поведінки школярів певної вікової групи;

- надання допомоги педагогам в оволодінні різними технологіями з формування здорового способу життя підлітків і вміннями їхнього впровадження в процес навчання та виховання школярів;

- формування у підлітків позитивної мотивації на вибір здорового способу життя та вмінь, навичок його дотримання у своїй життєдіяльності;

- впровадження інноваційних технологій превентивного виховання підлітків;

- пропагування здорового способу життя серед підлітків, їхніх батьків, підвищення їхньої педагогічної культури;

- здійснення координації дій у системі "педагог-психолог-медичний працівник-адміністрація" задля формування здорового способу життя підлітків;

- систематичне підвищення професійного рівня соціального педагога з формування здорового способу життя підлітків [7, с. 282].

Соціально-педагогічна діяльність з формування здорового способу життя підлітків здійснюється професійно підготовленими спеціалістами та їхніми помічниками і спрямована на надання індивідуальної допомоги дитині, сім'ї чи групі осіб, котрі потрапили у скрутну для них ситуацію, шляхом інформування, консультування, безпосередньої натуральної і фінансової допомоги, соціальної реадaptaції, надання психологічної і педагогічної підтримки, та орієнтація тих, хто потребує допомоги, на власну активність у вирішенні складних проблем [6, с. 21].

Науковцем Р.В. Овчаровою визначено шість основних напрямів діяльності соціального педагога з формування здорового способу життя підлітків у загальноосвітньому навчальному закладі:

- формування ціннісного ставлення до здоров'я всіх учасників педагогічного процесу;

- формування валеологічної культури педагогів, підлітків та їхніх батьків;

- впровадження програм, які сприяють формуванню здорового способу життя підлітків;

- вивчення показників особистісного здоров'я всіх учасників педагогічного процесу в співпраці з психологом, медичними працівниками, класними керівниками;

- профілактика та корекція адиктивної поведінки підлітків;

- соціально-педагогічна підтримка підлітків групи ризику та з ослабленим психічним і фізичним здоров'ям [5, с. 183; 7, с. 282].

Науковець А.Й. Капська визначає складові професійної позиції соціального педагога з формування здорового способу життя підлітків:

1. Репертуарний пакет впливу – соціальний педагог володіє арсеналом підтримки об'єкта, використовуючи такі натуралістичні репертуари (теми здоров'я, тіла, валеології тощо), екзистентні (тема гідності, життєстійкості, абсурду), теїстичні (тема Бога, смерті, страждань, співчуття), соціологічні (тема типізації, загального блага, командності тощо).

2. Рольова дистанція. Кожен об'єкт-клієнт потребує адекватної ролі соціального педагога, яка залежить від його функціоналу: дослідник, прогностик, консультант, дія якого диктує орієнтацію на особливість клієнта.

3. Самоусунення. Цей процес можливий за умови власного сценарію життя, вирішення проблем і готовності підтримати інших, що свідчить про повернення його до "реальності", життєстійкості [6, с. 23].

Науковці О. Яременко, О. Вакуленко, Л. Жаліло зазначають, що основними видами діяльності соціального педагога з формування здорового способу життя підлітків у загальноосвітньому навчальному закладі є діагностика, профілактика та корекція, соціальне виховання.

Діагностична діяльність соціального педагога цього спрямування зорієнтована на вивчення індивідуальних та вікових особливостей підлітка, котрі визначають фізичні, психічні, духовні, соціальні складники його здоров'я; причин його порушення; усвідомлення підлітками факторів ризику для їхнього здоров'я, які зумовлені способом життя [7, с. 282; 9, с. 157].

У процесі профілактичної та корекційної роботи соціального педагога, співпрацюючи з педагогами та батьками, розробляє та впроваджує програми, метою яких є попередження та подолання алкоголізму, наркоманії, тютюно-паління, небезпечної сексуальної поведінки підлітків, підвищення їхньої адаптації та працездатності до навчання.

Соціальне виховання передбачає цілеспрямований вплив на підлітків задля усвідомлення актуальності проблеми їх здоров'я.

Висновки. Відтак, зазначимо, що діяльність із формування здорового способу життя підлітків має здійснювати соціальний педагог у тісній співпраці з педагогічним колективом, адміністрацією загальноосвітнього навчального закладу, батьками школярів. Соціально-педагогічний напрям роботи з формування здорового способу життя підлітків складається з мети, завдань, видів діяльності соціального педагога та передбачає індивідуальну та групову роботу.

Використані джерела

1. Каган М.С. Человеческая деятельность: опыт системного анализа / М.С. Каган. – М.: Политиздат, 1974. – 331 с.
2. Капська А.Й. Соціальна робота: деякі аспекти соціальної роботи з дітьми та молоддю / А.Й. Капська. – К.: УДЦССМ, 2001. – 220 с.
3. Лях В.В. Модулювання та впровадження програм щодо формування здорового способу життя / В.В. Лях, Т.Л. Лях // Практ. психологія та соц. робота. – 2000. – № 5. – С. 24-36.
4. Мигович І.І. До питання про зміст професійної підготовки фахівців соціальної сфери / І.І. Мигович // Актуальні проблеми професійної підготовки фахівців соціальної роботи в Україні і за рубежом. – Ужгород: "Art Line", 2003. – С. 255-260.
5. Овчарова Р.В. Валеологическая модель деятельности социального педагога: [справочная книга социального педагога] / Р.В. Овчарова – М.: ТЦ "Сфера", 2004. – 482 с.
6. Соціальна педагогіка: [підручник]. – [4-те вид. виправ. та доп.]; [за ред. проф. А.Й. Капської]. – К.: Центр учбової літератури, 2009. – 488 с.
7. Сушик Н.С. Мета, завдання, зміст соціально-педагогічної діяльності з формування здорового способу життя підлітків / Н.С. Сушик // Науковий вісник Волинського національного університету імені Лесі Українки. – № 13. – 2010. – С. 280-283. – (Серія: педагогічні науки).
8. Формування здорового способу життя молоді: проблеми і перспективи / [О. Яременко, О. Балакірева, О. Вакуленко]. – К.: УІСД, 2000. – 207 с.
9. Формування здорового способу життя: [навч. посіб. для слухачів курсів підвищення кваліфікації держ. службовців]; [за ред. О. Яременка, О. Вакуленко, Л. Жаліло та ін.]. – К.: УГСД, 2000. – 232 с.
10. Шадриков В.Д. Проблемы системогенеза профессиональной деятельности / В.Д. Шадриков – М.: Наука, 1982. – 326 с.

Bogatyreva T.V.

A TABLE OF CONTENTS OF SOCIALPEDAGOGICAL ACTIVITY IS FROM FORMING OF HEALTHY WAY OF LIFE OF TEENAGERS

In the article certainly basic constituents of socialpedagogical activity are from forming of healthy way of life of teenagers.

Key words: health, way of life, healthy way of life, forming of healthy way of life.

Стаття надійшла до редакції 02.11.2011 р.