Гордеев Александр Алексеевич

МБУДО " Юность" г. Белгорода

Педагог дополнительного образования

**Теоретические и прикладные аспекты решения проблемы обеспечения здоровья и безопасности подростков**.

Крылова В.А.

Медведева З.П.

Theoretical and applied aspects of the solution to the problem of ensuring the health and safety of young people.

 ***Аннотация:***

*Статья посвящена проблеме сохранения физического духовного и психологического здоровья детей на основе развития «Я-концепции».*

***Ключевые слова:*** *современный педагог, «Я концепция», воспитание личности*

***Abstract:***

*Article is devoted to an actual problem of maintaining physical spiritual and psychological health of children through the development of the concept of "I".*

*The article is devoted to the actual problem of improving teachers’ training* ***Keywords:*** *teacher, I have the concept of "education of personality*

Для сохранения физического духовного и психологического здоровья детей необходимы усилия разных специалистов: врачей, психологов и педа-гогов. Основное направление работы - восстановить ценность образования и семьи, потому что- это основа благополучия и процветания общества.

 Подход к обучению в современной образовательной системе имеет, в основном, традиционный характер: повторение – мать – учения, то есть: механическое запоминание, авторитарное влияние педагога, образование ориентированно на создание равных условий для учащихся и воспитание типичной личности. Именно поэтому основное социальное требование к личности: подчинение.

Необходимо коренным базом изменить и содержание образовательных программ, и методологию, и методику обучения и воспитания. Говорят, в человеке главное-душа, мы понимает это более расширенно: в человеке главное- его внутренний мир, внутреннее состояние.

Педагоги формируют и развивают мировоззрение, которое основано на стремлении к идеалу, это помогает раскрывать в человеке его возможности и способности. Сейчас, как никогда, проблема развития «Я-концепции» - одна из наиболее актуальных. «Я-концепции» является «ядром личности» и оказывает огромное и решающее влияние на стремление и поведение ребенка.

Именно поэтому изучать особенности развития «Я концепции» каждого отдельно взятого ребенка и учитывать эти особенности при планировании своей работы в нашем учреждении стало основным направлением деятельности педагогов. Это помогает педагогу обеспечивать самые лучшие возможности развития «Я концепции» ребенка, определять формы воспитательной работы.

 Прежде всего педагог проводит ряд тестов, для того, чтобы диагности-ровать психологическое состояние ребенка

а) адекватная самооценка;

б) уровень тревожности и агрессивности;

в) социометрический статус.

 «Я концепция» подростков имеет свои особенности: у них наблюдается большое стремление к познанию себя, и отсутствие умения адекватно проанализировать свое поведение. Неправильная самооценка оказывает влияние на агрессивность и тревожность подростка, а нередко приводит к отвержению его в коллективе и многим другим проблемам. [1] В результате исследований было выявлено: уровень агрессии подростков напрямую зависит от уровня самооценки ребенка. И чем она выше, тем более выражена агрессия.

Стоит отметить, «Я-концепция», не статична, а динамична. [2] Целена-правленно формировать способность к само исследованию и самоанализу у обучающихся, научить ребенка контролировать свои действия и поступки, видеть их мотивы, делать выводы-это задача педагогов. Изучив возможности ребенка, его склонности, увлечения, особенности психики, уровень самооценки, уровень тревожности и агрессии, выровняв все это до социально полезной нормы, мы можем, только после этих мероприятий, включать ребенка в активную деятельность, применяя и манипулируя знаниями о особенностях его темперамента, самооценки т д. Это исследование заставило нас очень серьезно задуматься о способах сохранения здоровья наших детей и предпринять самые эффективные методы работы в этом направлении. Судите сами, в школах установили группы полного дня, то есть полной занятости детей, те же кто уходит из школы, приходит в центры дополнительного образования и там заняты в кружках и секциях до вечера. Мы постоянно пытаемся занять все свободное время детей, чтобы его у них просто не было на «глупости», но на самом деле необходимо так вести работу с ребенком, чтобы он сам, осознанно, не потому что, у него нет на это время, а потому что, это его решение, сам, по своей воле хотел вести нормальный образ жизни, вот тогда только мы можем говорить каких-либо результатах.

 Так в нашем центре появился и укоренился опыт использования различных проектов по психическому и физическому оздоровлению обучающихся, в течение учебного года. Одним из них является проект «Спорт –это жизнь», автор: А. А. Гордеев, цель этого проекта показать детям, как можно сберечь здоровье с помощью занятий разными видами спорта. В центр были приглашены тренеры по разным видам спорта, они провели мастер-классы для детей и подростков, рассказали о своих спортивных победах, побеседовали с ребятами. В результате многие воспитанники записались в спортивные кружки и секции. Но наиболее интересный и массовый проект, на мой взгляд, это проект: «Создание системы динамических перемен в клубе», автор: В. А. Крылова

 В основе представленного проекта - разработанная теория и методика игр крупнейшего учёного - педагога, доктора медицины П. Ф. ЛЕС - ГАФТА Изучение трудов теоретиков, педагогов практиков Е. Д. Васильевой, Е.В, Захаров, Р.В., Л.С. Выгодского и др. подтверждает, что актуальная проблема создания оптимистической комфортной психоэмоциональной атмосферы, где ребенок может свободно заниматься без чрезмерных усилий. Этот проект был создан для гармонизации психического состояния, укрепления физического здоровья. Новизна проекта заключается в том, что в данном проекте рассматривается новая модель организации динамических перемен, через танец в доступном для детей месте. Система динамических перемен в клубе оказалась очень интересной для детей и в плане активного отдыха между занятиями, и в плане общения со сверстниками из других детских объединений, поскольку дети из разных «кружков» собирались вместе на танцевальные перемены в спортивном зале. Очень скоро стала заметна польза танцевальных переменок в укреплении психического и физического состояния детей. Особых условий для реализации не потребовалось, поскольку спортивный зал у нас есть, перемены у всех в одно время, оставалось только пригласить туда детей и заинтересовать. Для этого мы использовали музыкальные мультфильмы с танцующими персонажами, дети были в восторге, но это было только в самом начале проекта, а потом уже, ребята сами включали ритмичную музыку и с удовольствием танцевали на всех переменах. Очень скоро стало заметно, как энергичные танцы на переменах помогают детям преодолевать детскую застенчивость, сплачивают коллектив. Постоянно занимаясь танцами, наши обучающиеся укрепили свой иммунитет и стали значительно реже болеть ОРЗ, ОРВИ. т. е. мы не только сохранили, но и повысили уровень здоровья учащихся, к тому же привили танцевальную культуру;

Для оценки эффективности данных проектов применялись различные методы экспресс-тестирования здоровья школьников, оценки умственной и физической работоспособности. И в итоге величина адаптационного потенциала возросла на 1,3±0,5%, т.е. улучшилась сопротивляемость организма к влиянию неблагоприятных факторов. По показателям теста Лю шера достоверно увеличилось количество детей с готовностью ребёнка иметь активную позицию (на 21,7±4,1%). Достоверно увеличились и показатели умственной работоспособности по объему выполняемой работы и её качеству (на 27,6% и 35,4% соответственно), а также на 33,6% снизилась степень утомления.

При выполнении теста было выявлено, что снижение объема работы, выполненной после уроков, было меньшим сравнительно с тем, что было до введения оздоровительной программы.

Повысился уровень физического здоровья – количество детей, име-ющих высокое и выше среднего уровни физического здоровья, повысилось на 19,4±3,9% и, соответственно, с ниже среднего уменьшилось на 11,6±3,8%.

У детей на фоне повышения адаптационного потенциала и психологического статуса организма снизились показатели заболеваемости с 2,8±0,1 случаев ОРЗ на одного ребенка до1,8±0,005. Можно сделать вывод: система музыкальных перемен очень полезна для укрепления здоровья наших детей

Но и это еще не все, третий проект «Организация нравственного воспитания», автор: Медведева З.П., объединил все проекты в единую цельную систему.

 В отличии от предыдущих проектов, направленных в основном на поддержание и укрепление физического здоровья наших воспитанников, этот проект направлен на воспитание и сохранение этических, нравственных норм поведения. Воспитание личности человека немыслимо без воспитания у каждого члена общества не только понимания окружающих, но и обязательного чувства общности с ним. Это чувство не возникает без развития душевного и искреннего интереса к другим людям.

Основным законом, постулатом и главным двигателем в работе над этим проектом мы считали закон триединства: «Истина, добро, красота».

Основная идея- это сотрудничества коллектива учащихся и педагогов на основе единого стремления к совместному творчеству.

 В такие моменты между педагогами и воспитанниками возникает незримая связь доверия друг другу. Мы вместе обсуждаем проект будущего мероприятия, пути наиболее удачного решения. И в итоге получаем

- качества работы - профессиональное;

- решение работы - авторское;

- восприятие работы - гармония.

Воплощая идею сотрудничества и сотворчества между педагогами и учащимися, мы растим высоко одухотворенную, социально-активную личность, которой всегда будет интересно: знакомство с произведениями изобразительного искусства, музыки, литературы путём проведения занятий-путешествий, занятий-бесед, экскурсий в художественный музей; через систему индивидуальных и коллективных заданий;

- создание единой системы нравственного воспитания - системы, охватывающей танцы, спорт, музыку, изобразительное искусство и литературу. Ведь все болезни возникают из-за недостатка любви. Душа живет любовью. И когда её не хватает, она страдает и болеет. Так умные люди, берут пример с детей, учатся у них удивляться и радоваться жизни. Мне кажется, что Иисус именно это имел в виду, когда говорил: «Будьте как дети».

Все наши проекты нацелены на развитие в человеке высоких качеств человеческой зрелости. Мы не ждем быстрых результатов, но верим в большие возможности проектной деятельности в воспитании человека, физически крепкого, здорового, обладающего развитым вкусом, понимающим гармонию, чувствующем её в природе.

**Литература:**

1. А.С. Белкин «Внимание – ребенок диагностика, предупреждение отклоне-ний в поведении школьников». – Свердловск, 1991, с 21.

2. Е.Д. Божович «Психологические особенности личности подростка.» «Знание» – 1979, с69.