

# Формирование правовых знаний и привитие привычки к здоровому образу жизни у подростков.

*Мороз И.Г.,соцпедагог МБОУ  
ООШ № 18 им. Д.А. Коваленко х.  
Упорного*



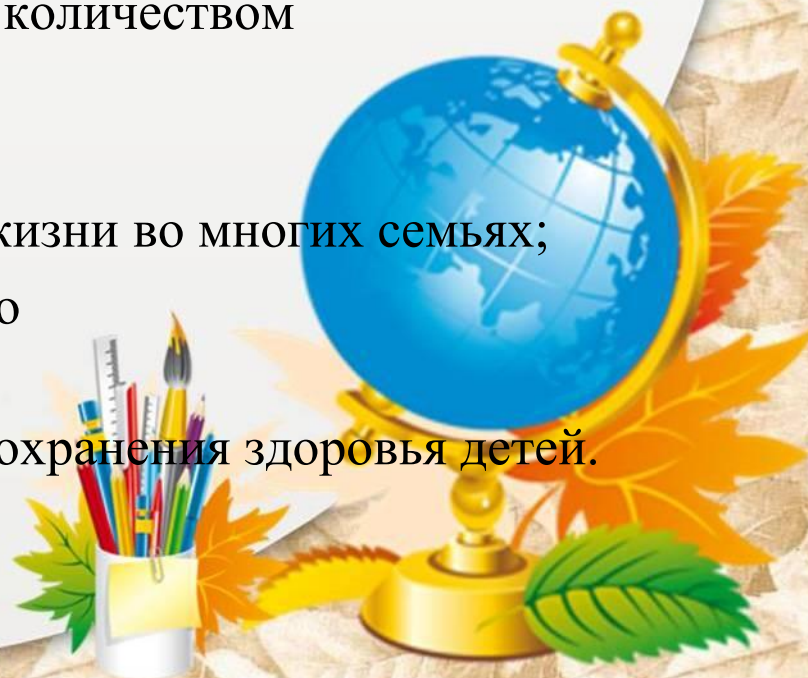
# Актуальность темы

- В наши дни сбережение здоровья ребёнка является одним из основных запросов, которые предъявляются современному обществу.
- Изменение во всех областях жизни происходят с невиданной скоростью.
- Объём информации удваивается с каждым годом, увеличивается количество дисциплин в школе.
- Дети стали вести малоподвижный образ жизни, их больше интересует компьютер, телевизор, игры в телефонах и т. п.
- Отсутствие культуры здорового образа жизни во многих семьях, безграмотность родителей в вопросах сохранения здоровья их детей.
- Для того, чтобы жить в современном мире, детям необходимо быть постоянно готовыми к изменениям, сохраняя при этом своё здоровье и индивидуальность.



# Причины снижения уровня здоровья детей

- падение уровня жизни, социальные потрясения;
- неблагоприятная экологическая обстановка;
- ухудшение состояния здоровья матерей;
- стрессы;
- малоподвижный образ жизни;
- перегрузка учебного процесса большим количеством дисциплин;
- неполноценное питание;
- отсутствие культуры здорового образа жизни во многих семьях;
- частичное разрушение служб врачебного контроля;
- безграмотность родителей в вопросах сохранения здоровья детей.





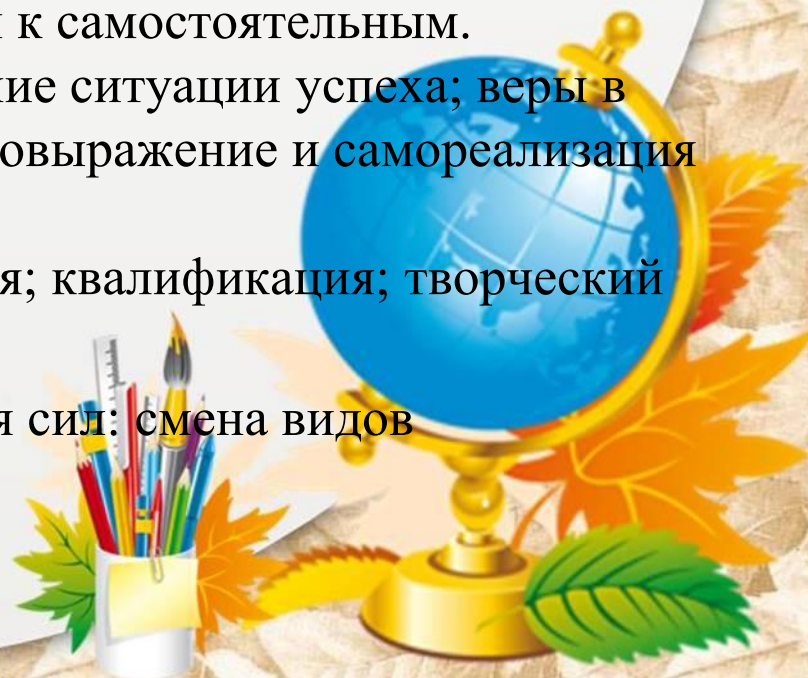
# Основные аспекты здорового образа жизни:

- научиться управлять своими чувствами, жить в ладу с окружающими;
- следовать укрепляющему здоровье жизненному режиму;
- научиться правильно питаться;
- негативно относиться к вредным привычкам (употреблению табака, алкоголя, наркотиков);
- уважать физическую культуру, заниматься спортом;
- соблюдать советы гигиены, сформировать ответственное гигиеническое поведение.



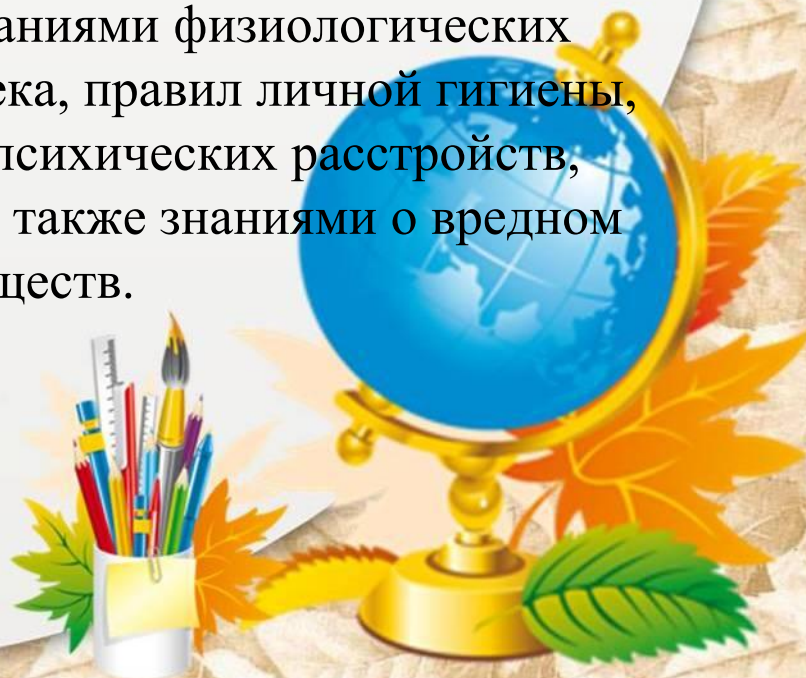
# Компоненты здоровьесберегающих технологий:

- Обеспечение комфортности процесса обучения:
- ученик не объект, а субъект обучения; он эмоционально вовлечён в процесс обучения.
- Построение обучения с учётом возрастных и индивидуальных психофизиологических особенностей: личностно ориентированное обучение; переход от совместных действий к самостоятельным.
- Осознание успешности обучения: создание ситуации успеха; веры в собственные силы; включение эмоций; самовыражение и самореализация личности.
- Личность педагога: уровень преподавания; квалификация; творческий потенциал.
- Обеспечение адекватного восстановления сил: смена видов деятельности.



# Формирование здорового образа жизни включает в себя три основные цели:

- глобальную – обеспечение физического и психического здоровья подрастающего поколения;
- дидактическую – вооружение школьников необходимыми знаниями в области охраны здоровья, привитие умений, навыков и привычек, позволяющих предотвращать детский травматизм, способствующих сохранению здоровья, трудоспособности и долголетия;
- методическую – вооружение учащихся знаниями физиологических основ процессов жизнедеятельности человека, правил личной гигиены, профилактики соматических заболеваний, психических расстройств, инфекций, передаваемых половым путём, а также знаниями о вредном воздействии на организм психотропных веществ.





## Работа по формированию правовых знаний и привитию ЗОЖ у подростков направлена на реализацию следующих задач:

- формирование у детей представления о ценности здоровья и необходимости бережного отношения к нему, в профилактике вредных привычек;
- расширение знаний детей о правилах здорового образа жизни, воспитание готовности соблюдать эти правила;
- формирование умения оценивать себя (своё состояние, поступки, поведение) и других людей;
- развитие коммуникативных навыков (умения строить свои отношения с окружающими в разных ситуациях, избегать конфликтов);
- формировать умения противостоять негативному давлению со стороны окружающих;
- пробуждение у детей интереса к различным видам полезной деятельности, позволяющей реализовать потребность в признании, общении, получении новых знаний.



## Планируемые результаты в моей работе по формированию здорового образа жизни у обучающихся следующие:

- научить подростков управлять своими чувствами, жить в ладу с окружающими;
- следовать укрепляющему здоровье жизненному режиму;
- дать знания детям о правильном питании;
- формировать у обучающихся негативное отношение к вредным привычкам (употреблению табака, алкоголя, наркотиков);
- уважать физическую культуру, заниматься спортом;
- соблюдать советы гигиены, сформировать ответственное гигиеническое поведение.



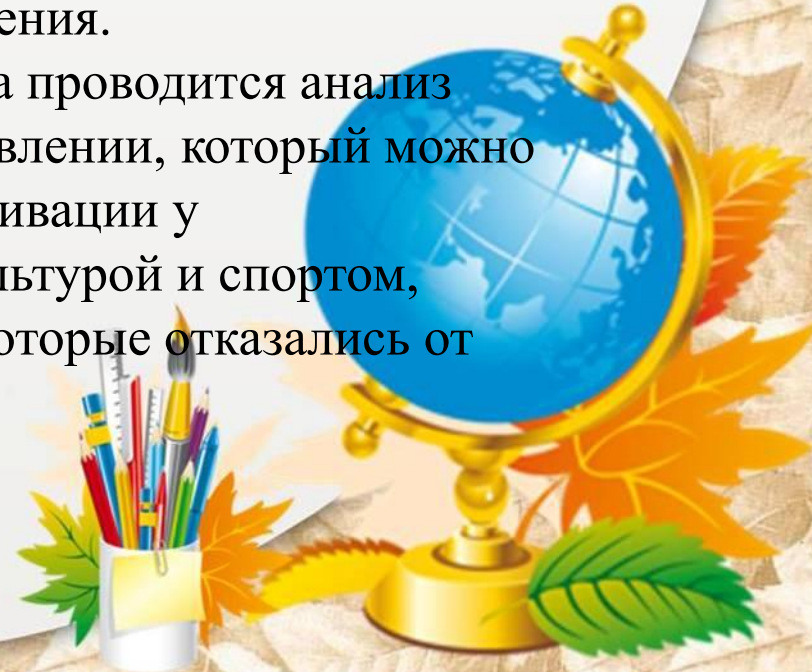


## **Моя деятельность, как социального педагога, по формированию правовых знаний привитию навыков ЗОЖ проводится в три этапа:**

**Первый этап** - выявление уровня сформированности мотивов ЗОЖ у подростков через анкетирование среди обучающихся с целью определения уровня осведомленности о ЗОЖ и наличии вредных привычек.

**Второй этап** - организация деятельности, с целью воспитания мотивов ЗОЖ и законопослушного поведения.

**На третьем этапе**, в конце учебного года проводится анализ результативности работы в данном направлении, который можно отследить по повышению интереса и мотивации у обучающихся к занятиям физической культурой и спортом, увеличением количества обучающихся, которые отказались от вредных привычек.



Профилактика возникновения (или эффективное решение) различного рода проблем у учащихся. Одним из направлений является работа с родителями, которая заключается в информировании и консультировании по вопросам сохранения здоровья учащихся. Работа с родителями проводится в форме индивидуальных консультаций, тематических консультаций, выступлений на родительских собраниях, приглашение родителей на общешкольные мероприятия, а также посещения на дому и по необходимости - приглашения их в школу.

Воспитание здорового образа жизни является длительным педагогическим процессом, который реализуется совместно с учителями, медицинским работником и педагогом-психологом. Данный процесс должен носить систематический характер. Только тогда будут положительные результаты.



В школе существует система мероприятий, целью которых является активизация у детей и подростков процесса формирования навыков здорового и безопасного образа жизни, ценностного отношения к своему здоровью, неприятие алкоголя, табака, наркотиков, отрицательного отношения к распространению и употреблению других психоактивных веществ.





# Реализация мероприятий, направленных на оздоровление детей, подростков

*Игровые и лекционные занятия по профилактике вредных привычек*





# «Имею право на права!»

## кл. час



# Реализация мероприятий, направленных на оздоровление детей, подростков

## Беседа по теме: «Курение и здоровье»





# Всемирный день борьбы со СПИДом!

## Кл.час «Умей спасти жизнь!»





# Общешкольный День здоровья.





«Мы против всего, что нас убивает,  
И каждый из нас это твердо знает!»





# В мире интересного.





# «Погружение в профессию».

## *День самоуправления.*





# Всероссийская акция «Гагаринский старт»





# «Осенний бал» (мероприятие для 5-9 классов.)





# Встреча с фельдшером ФАП. Беседа о вреде курения.



Спасибо за внимание!

