

Калиниченко Оксана Николаевна

педагог-психолог

МБОУ «Троицкая СОШ»

п. Троицкий, Белгородская область

КУЛЬТУРА ЗДОРОВЬЯ КАК ФАКТОР БЕЗОПАСНОГО ПОВЕДЕНИЯ ШКОЛЬНИКОВ

***Аннотация:** статья посвящена анализу условий развития культуры здоровья у учащихся общеобразовательных школ.*

***Ключевые слова:** культура здоровья, поведенческие установки, профилактика, безопасное поведение.*

В настоящее время наиболее перспективным периодом развития культуры здоровья считается период обучения в школе, когда формируют поведенческие установки.

Подростки особенно склонны к рискованному поведению, т. к. освобождаясь от опеки со стороны взрослых, они не всегда готовы к тем опасностям, с которыми им предстоит столкнуться в жизни. Это проявляется в неумении избежать вредных привычек, суметь сказать «нет», даже просто заботиться о своем здоровье.

Отсюда возникает необходимость формирования у школьников потребности в ведении здорового образа жизни и формах его обеспечения, иными словами, о культуре здоровья. Это можно достичь через повышение уровня психологической и коммуникативной культуры.

Формирование безопасного поведения сложный процесс, который включает с одной стороны необходимость создать у подростков защиту против любопытства, которое их и толкает на рискованные поступки, а, с другой стороны, установку на то, что необходимо соблюдать социально приемлемые правила. Здесь можно вести речь о работе по формированию адекватной социальной установки, т.е. ориентации на ценности, которые лежат в основе общепринятого социального поведения.

Любая профилактическая программа воздействует на социальную установку, которая:

- определяет устойчивый, последовательный, целенаправленный характер протекания деятельности, выступает как механизм стабилизации, позволяющий сохранить ее направленность в непрерывно изменяющихся ситуациях;
- освобождает субъекта от необходимости принимать решения в стандартных, прежде встречавшихся ситуациях;
- может выступить как фактор, обуславливающий инертность, косность деятельности, затрудняющий приспособление к новым ситуациям.

Своеобразными производными от социальных установок являются смысловые установки, они могут проявиться в схожих ситуациях, определяя при этом поведение личности. Со временем они превращаются в черты характера.

При профилактической работе необходимо учитывать психические и физические особенности развития школьников. Работа без учета этих особенностей может привести к неэффективности программ, посвященных здоровью и даже вызвать противоположный эффект, когда у детей возникает нездоровый интерес к курению, употреблению алкоголя или желание протестовать против навязываемого мнения.

Объем и уровень информации, средства и методы ее передачи должны соответствовать возрастным и индивидуальным особенностям детской аудитории.

В первом классе у детей положительный настрой на процесс получения знаний. Учебу они воспринимают как признак «взрослости», учебная мотивация высока. Можно предположить, что информация о здоровье, как и другая, воспринимается с интересом. Главная задача в это время – развитие самопознания, эмоциональной сферы.

В 3–4 классе можно целенаправленно развивать коммуникативные навыки и организаторские способности. С этого возраста желание занять определенное место в группе становится серьезной потребностью.

С пятого класса становится важным умение соотносить свои желания с необходимостью конструктивно функционировать в группе, обществе, выполняя

определенные обязанности. В 6 классе целесообразно помогать школьникам развивать умение видеть свои недостатки и достоинства, сильные и слабые стороны других людей; развивать стремление преодолевать недостатки и использовать преимущества, терпимо относиться к слабостям людей. В 7–8 классе полезно развивать навыки прогнозирования последствий своих поступков. Усиливать способности критически оценивать поступающую информацию, формировать свой собственный опыт на основе оптимальных образцов, осознанно противостоять возможным попыткам негативного влияния.

В 9–11 классе большую актуальность приобретает умение устанавливать отношения конструктивного сотрудничества не только со сверстниками, но и с взрослыми. Стоит обратить внимание на формирование умения конструктивно использовать свои возросшие личностные ресурсы. В этом возрасте положение в группе, имеющийся статус приобретают огромное значение.

Таким образом можно сказать, что среди различных подходов к проблеме формирования поведенческих установок оптимальным в условиях школы является интегративный подход, который может быть успешно осуществлен при междисциплинарном взаимодействии различных специалистов с учетом возрастных и иных особенностей учащихся.

Список литературы

1. Паршугин И.А. Социальные и личностные особенности подростков, влияющие на формирование антинаркотических установок при проведении профилактического тренинга // Школа здоровья. – 2003. – №1.
2. Родионов В.А. Материалы курса «Психология здоровья школьников: технология работы»: Лекции 1–4. – М.: Первое сентября, 2008.
3. Тихомандрицкая О.А. Роль социальной установки в изменении поведения человека // Школа здоровья. – 2001. – №2.
4. Психология здоровья школьников: технология работы [Электронный ресурс]. – Режим доступа: http://nazarovo.ucoz.ru/_ld/4/496____.doc (дата обращения: 17.10.2018).