

Бистяйкина Динара Асымовна, кандидат социологических наук,

доцент кафедры социологии и социальной работы

ФГБОУ ВО «МГУ им. Н. П. Огарёва», г. Саранск, РФ

Осанкина Виктория Александровна, студент 4 курса

направления подготовки 39.03.02 Социальная работа

ФГБОУ ВО «МГУ им. Н. П. Огарёва», г. Саранск, РФ

СОЦИАЛЬНО-ПРОФИЛАКТИЧЕСКАЯ РАБОТА ПО ФОРМИРОВАНИЮ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ ВОСПИТАННИКОВ ШКОЛЫ-ИНТЕРНАТА

Аннотация: В статье анализируется социально-профилактическая работа школы-интерната по формированию здорового образа жизни воспитанников в четырех взаимосвязанных процессах: образование, воспитание, развитие навыков, умений и оказания индивидуальной помощи.

Ключевые слова: социальная профилактика, дом-интернат, здоровый образ жизни.

Annotation: The article analyzes the social and preventive work of a boarding school on the formation of a healthy lifestyle of pupils in four interrelated processes: education, upbringing, development of skills, abilities and individual assistance.

Keywords: social prevention, boarding school, healthy lifestyle.

В период взросления возникает потребность понять, какие ценности, нормы, идеалы главные в жизни. И от того, как пройдет этот период взросления у подростка, зависит то, каким человеком станет сегодняшний ребенок. Именно на данном этапе одним из приоритетных направлений социально-профилактической работы с детьми и подростками является формирование

культуры здорового образа жизни. Здоровье в жизни подростка является условием для развития и роста и прежде всего, касается детей с ОВЗ. Такие дети, как правило, уже с рождения имеют низкие показатели здоровья, значительный их процент живёт в неблагополучных семьях, где они не только не получают навыков культуры поведения, но и даже элементарных понятий о ЗОЖ. Поэтому забота об укреплении здоровья детей с ограниченными возможностями, их воспитании, представляется одной из главных педагогических задач школы-интерната.

Формирование культуры здорового образа жизни у подростков с ОВЗ в условиях школы-интерната является комплексной работой всего педагогического коллектива. Прежде всего решается проблема мотивации воспитанников к ведению ЗОЖ за счёт занятий в спортивных секциях, спортивных внутри школьных соревнованиях по таким видам спорта, как футбол, настольный теннис, пионербол, баскетбол и другое. Традиционно проводятся эстафеты, весёлые старты, осенние, весенние кроссы, соревнования по зимним и летним видам спорта. Большинство подростков школы-интерната занимаются в секциях по теннису, футболу, плаванию. Благодаря этому у детей с ОВЗ вырабатывается дисциплинированность, ответственность, внимательность, целеустремленность.

Социально-профилактическая работа занимает важное место в формировании здорового образа жизни воспитанников ГБОУ РМ «Шейн-Майданская школа-интернат», так как школа-интернат санаторного типа [1]. Например, физкультурно-оздоровительная работа представлена профилактической лечебной физкультурой. На уроках и самоподготовках проводятся физкультминутки по снятию физической и психической усталости у детей, ежедневно проводится утренняя зарядка. Неотъемлемой частью профилактической оздоровительной работы являются прогулки в лес в любое время года, спортивные и другие игры на свежем воздухе. В школе-интернате проводятся Дни Здоровья, работают спортивные секции «Вольная борьба», «Мини-футбол». Воспитатели добиваются, чтобы дети соблюдали режим

школы-интерната, учат пользоваться предметами личной гигиены, ведут непрерывную работу по созданию уюта в спальнях, учат детей следить за своим внешним видом, прививают навыки по самообслуживанию. Для развития художественного творчества и эстетического вкуса используются разные формы профилактических мероприятий, организованы кружки эстетического цикла: «Фантазия», «Весёлые нотки», «Умелые руки». В январе месяце проводится традиционный конкурс инсценированных сказок «Сказочный мир» с целью приобщения детей к театральному искусству, выявления и развития творческих способностей у детей. Большое значение в профилактическом эстетическом воспитании занимают проводимые мероприятия к традиционным праздникам «День Учителя», «8 марта», «23 февраля», «Новый год» и другие [2]. Для профилактической работы с воспитанниками в школе-интернате проводится правовая социализация, где воспитатели готовят своих воспитанников к жизни в правовом государстве, в гражданском обществе. Для этого воспитатели проводят различные беседы на правовые темы, оформляют уголки по правовой документации, для обучающихся 9 класса ведётся кружок «Этика и психология семейной жизни». Также организуется профессиональное самоопределение воспитанников где выявляются интересы и способности к той или иной профессии. В летнее время в школе-интернате организуется лагерь труда и отдыха. Дети в лагере трудятся на пришкольном участке и отдыхают в течение июня месяца. Постоянно ведётся профилактическая работа с детьми, стоящими на внутришкольном учете. Воспитатели стараются своевременно предупреждать и преодолевать любые недостатки, отрицательные качества у ребёнка, выявляют причины его неадекватного поведения. Профилактическая работа ведётся в контакте с работниками КДН, ПДН, с учителями-предметниками. Осуществляя внутришкольный контроль используются в работе различные профилактические формы и методы [3].

Воспитанники школы-интерната систематически принимают участие в региональных соревнованиях, областных спартакиадах, результатом этих

выступлений являются грамоты, ценные подарки. В процессе деятельности по формированию здорового образа жизни у подростков с ОВЗ проводится большая работа, чтобы увлечь, научить и дать знания в соответствии с их возрастом. Важная роль отводится формированию духовного здоровья. Только человек, живущий в гармонии с собой и с миром, будет действительно здоров, будет стремиться к здоровому образу жизни. Интересными и значимыми для подростков являются такие формы и методы работы, как тренинги общения, круглый стол, КТД, экскурсии, занятия-путешествия, занятия-практикумы, интеллектуальные, ролевые и деловые игры. На данных занятиях воспитанники проявляют инициативу, вступают в диалог, дискуссию. Так, на одном из занятий о вреде курения «Сигаретная страна – очень мрачная она» подростки разыграли одноименную сказку, высмеивающую пристрастие к табакокурению. В мини-спектакле воспитанники в юмористической форме показали, к каким последствиям может привести вредная привычка. Все ребята приняли участие в брейн-ринге, пропагандирующим отказ от курения, и, в конце занятия, каждый имел возможность выразить свое отношение к курению, наклеив стикер с надписью на плакат «Как ты относишься к курению?» К следующему занятию детям было предложено составить буклет против курения. Подростки самостоятельно выбирали из предложенного им материала, на их взгляд, наиболее убедительные зарисовки, мини-статьи, стихи на данную тему, высказывали свои аргументы против курения.

Вообще, если говорить о вредных привычках, то подростки и юношество представляют собой группу повышенного риска, и поэтому работа по данной теме ведётся в школе-интернате в полном объёме. На мини-лекциях с показом презентаций дети наглядно могут увидеть, что делают эти «пагубные привычки» с человеком, чем грозит употребление сигарет, алкоголя, наркотиков в данном возрасте. В качестве гостя на такие занятия приглашается медработник, которая рассказывает подросткам о смертельных заболеваниях, связанных с употреблением никотина, алкоголя, психотропных веществ. Ребята самостоятельно выпускают листовки, участвуют в выставках рисунков на

данную тему. В целях формирования навыков здорового и безопасного образа жизни в школе-интернате традиционно проводятся месячники по ЗОЖ. На классных часах, воспитательских занятиях подростки вспоминают правила дорожного движения, антитеррористической безопасности; алгоритм действий при возникновении пожара, активно принимают участие в викторинах, блицтурнирах, конкурсах плакатов на данную тему.

С целью получения и закрепления знаний с детьми организуются целевые прогулки, экскурсии в пожарную часть, проезд на общественном автотранспорте. В ходе таких занятий-практикумов подростки самостоятельно выбирают наиболее безопасный маршрут, учатся культуре поведения в общественных местах, закрепляют правила пожарной безопасности.

Одной из важнейших составляющих ЗОЖ является рациональное питание. Правильное питание обеспечивает нормальный рост, развитие детей, способствует профилактике заболеваний, повышению работоспособности и создает условия для активной адаптации к окружающей среде. Задача педагога в школе-интернате – сформировать правильную модель пищевого поведения подростков с ОВЗ. В целях пропаганды основ правильного питания среди обучающихся проводятся такие мероприятия: познавательные занятия «Здоровое питание – основа жизни», «Изобилие продуктов и болезни детей»; экскурсии в продовольственный магазин, занятие-путешествие «Чудесные вещества – витамины».

Особое внимание по формированию культуры ЗОЖ у подростков уделяется развитию практических умений и навыков соблюдения правил личной гигиены. Основная задача педагога - выработать и закрепить у подростков в период их обучения в школе-интернате целесообразные для их возраста гигиенические навыки и привычки. Работа ведётся по таким блокам: гигиена кожи, гигиена одежды, гигиена жилища, гигиена воды. С подростками проводятся такие занятия: круглый стол «Полезные привычки»; часы общения: «Гигиена кожи и волос», «Гигиена полости рта», «Личная гигиена девочек – подростков» и др. На данном этапе большая роль отводится именно

практическим занятиям. С подростками в школе-интернате систематически проводится «День вопросов». Ребята являются активными участниками таких занятий. Полученные памятки о правильном питании, о ПДД, по пожарной безопасности помогают детям закрепить основные знания по данным вопросам, сделать правильный выбор в жизненной ситуации. Анализируя всё выше сказанное, необходимо отметить заинтересованность большей части подростков в применении знаний о сохранении здоровья.

В заключении необходимо отметить, что заботясь о здоровье и всестороннем развитии детей, работники дома-интерната должны стремиться сделать счастливым детство каждого ребёнка. Сохранение физического и психического здоровья ребёнка, полученного им при рождении, укрепление его физических сил, защита от последствий экологических кризисов и нравственного перелома в жизни общества – вот основные задачи, стоящие сегодня перед педагогами интернатного образовательного учреждения. Кроме этого, мы обязаны воспитывать ребёнка как личность, стремящуюся сохранить физическое, психическое здоровья, сформировав у него положительные нравственно-волевые черты, навыки культурного поведения и общения со сверстниками и взрослыми.

Библиографический список:

1. Документы. Шейн-Майданская школа-интернат: сайт. – Шейн-Майдан, 2021. – URL: <https://майдан-школа13.рф/4910/5908/> (дата обращения: 11.02.2022). – Режим доступа: сеть Интернет. – Текст: электронный.
2. Мероприятия. Шейн-Майданская школа-интернат: сайт. – Шейн-Майдан, 2021. – URL: <https://майдан-школа13.рф/4926/4992/> (дата обращения: 11.02.2022). – Режим доступа: сеть Интернет. – Текст: электронный.
3. Образование. Шейн-Майданская школа-интернат: сайт. – Шейн-Майдан, 2021. – URL: <https://майдан-школа13.рф/4910/5910/> (дата обращения: 11.02.2022). – Режим доступа: сеть Интернет. – Текст: электронный.