**Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение Республики Крым**

**«Симферопольская специальная школа-интернат № 2»**

Доклад

на тему

# "Воспитание здорового образа жизни у глухих старшеклассников, формирование негативного отношения к вредным привычкам и их социальная адаптация"

Воспитатель: Ушакова Л.И.

Симферополь

2018-2019 учебный год

Проблема здоровья подростков является наиболее значимой. Ситуация усугубляется ростом встречаемости среди молодежи вредных привычек: курение табака и потребления алкоголя. Серьезной угрозой становится наркомания.

В условиях сохраняющейся тенденции ухудшения состояния здоровья подрастающего поколения деятельность по сохранению, укреплению и формированию молодежи должна рассматриваться как необходимое условие практической реализации федеральной программы «Здоровая Россия», являющейся составной частью приоритетного национального проекта «Здоровье».

Одной из главных задач государственной политики по обеспечению активной адаптации личности к жизни в современном обществе, формированию ответственности за собственное благополучие, необходимых навыков, позволяющих эту ответственность реализовывать, является задача обучения навыкам здорового образа жизни. Принимая во внимание, что многие составляющие образа жизни человека закладываются в подростковом возрасте, важнейшей обязанностью педагогов является обеспечение учащихся необходимой информацией, позволяющей сохранять и укреплять здоровье, формирование гигиенических знаний, норм и правил здорового образа жизни, убеждений в необходимости сохранения своего здоровья.

Отрицательное отношение воспитанников к вредным привычкам и мотивация к необходимости ведения здорового образа формируются в результате целевого гигиенического воспитания подростков, проводимого педагогами и школьными врачами.

Воспитание у подрастающего поколения потребности вести здоровый образ жизни невозможно без профилактической работы, в процессе которой решается важнейшая задача по сохранению здоровья подростков и молодежи, в частности по недопущению их приобщения к алкоголю и наркотикам. Цель профилактической работы – воспитание у обучающихся культуры здорового образа жизни, повышение качества их жизни; формирование потребности вести здоровый образ жизни; развитие стратегий и навыков поведения, ведущего к здоровью и препятствующего злоупотреблению психоактивными веществами.

Анализ воспитательной и профилактической работы поставили перед нами следующие воспитательные задачи:

1. Осуществление мероприятий по профилактике правонарушений, безнадзорности, формированию здорового образа жизни, воспитанию толерантности и уважения к правам человека.

2. Охрана и укрепление физического и психологического здоровья детей.

3. Развитие физических качеств и обеспечение нормального уровня физической подготовки.

4. Формирование у воспитанников отрицательного отношения к «первой пробе».

5. Разработка эффективных механизмов совместной деятельности различных секторов воспитательной системы школы-интерната, родительских организаций, ученического самоуправления.

6. Формирование морально-волевых качеств глухих старшеклассников.

7. Создание условий для открытого, доверительного общения, восприятия информации, творческой атмосферы.

8. Развития осознания имеющихся личных ресурсов, способствующих формированию здорового образа жизни.

Формирование у школьников с недостатками речи отношения к здоровью

как ценности

Во всем мире здоровый образ жизни человека, понимание им ценности здоровья связывается с понятием культуры личности, формирование которой в значительной степени приходится на детские годы.

Здоровье является залогом полноценной и счастливой жизни, способствует выполнению замыслов планов, решению различных жизненных задач, наконец личному счастью.

Только здоровый человек может быть успешен и уверен в своем будущем в нашем динамичном и информационном насыщенном современном мире.

К сожалению, сегодня проблема ценности здоровья и здорового образа жизни больше декларируется. Конкретные реалии современной жизни, условия образовательных учреждений не позволяют не только материально, но главное – концептуально и содержательно оснастить, наладить, организовать здоровьесберегающее пространство.

Состояние здоровья человека, его здоровый образ жизни, понимание и непонимание ценности здоровья во всем мире связываются с понятием культура личности, формирование которой в значительной степени приходится на детские годы. И здесь на первый план выдвигается роль педагога, обучающего и воспитающего детей. Если педагог сам является убежденным сторонником здорового образа жизни и при этом считает своей миссией его пропаганду – он может добиться хороших результатов.

Стремление современного школьника сохранить и укрепить здоровье обусловлено пониманием важности состояния собственного здоровья для творческой, активной, социально-полезной и, главное, будущей трудовой деятельности. Зачастую и выбор профессии определяется кругом предъявляемых ею требований к состоянию здоровья человека.

Педагог должен не только хорошо представлять процессы формирования ценности здоровья у подрастающего поколения, но и сам обладать достаточно высоким уровнем здоровья. Мудрая марийская пословица гласит: *«Здоровый человек смотрит обоими глазами и работает обеими руками».*

Однако проведенный опрос педагогов образовательных учреждений выявил неблагополучие в состоянии их здоровья. Все педагоги отметили, что не имеют возможности вести здоровый образ жизни и придерживаться полноценного питания.

Анализ результатов опроса позволил выявить некоторые интересные закономерности. Оказалось, что отношение к здоровью как к ценности зависит от пола и возраста. Так, женщины больше ценят здоровье в зрелом возрасте и меньше в молодом, а мужчины – наоборот. Существенную роль играет здесь и социально-экономическое положение: чем выше доход, тем выше ценность здоровья.

Проведенное исследование показало, как важно, начиная с самого раннего возраста, воспитывать активное отношение к собственному здоровью, понимание того, что здоровье – одна из первостепенных ценностей, дарованных человеком.

Приведенные данные показывают, что прежде чем заботиться о сохранении и укреплении здоровья школьников, педагоги должны заняться собственным здоровьем. По параметру «отношение к ценности “здоровье”» мы тоже выделили три группы, которые назвали:

ведущие здоровый образ жизни;

ориентированные на здоровый образ жизни, но не ведущий его;

безразлично относящиеся к своему образу жизни, питанию и здоровьесберегающему поведению.

Одна из задач деятельности педагога – формирование ценностного отношения к здоровью у своих учеников. Работа по сохранению и укреплению здоровья может осуществляться в следующих основных направлениях: изучение резервов собственного здоровья, организация позитивного микроклимата в коллективе как важного условия сохранения и укрепления здоровья, организация здоровьесберегающего пространства; изучения правил здоровьесберегающего поведения, профилактика вредных для здоровья привычек.

Процесс формирования отношения к здоровью как к ценности может осуществляться по трем взаимосвязанным направлениям:

усвоение знаний о здоровье и его значимости;

внедрение здоровьесберегающих образовательных технологий;

организация оздоровительной работы.

Фундаментом здоровья являются нравственные качества. Необходимо развивать у школьников доброту, дружелюбие, выдержку, целеустремленность, смелость, оптимистическое отношение к жизни, способность верить в собственные силы и доверять близким.

При организации работы по формированию представления о здоровье как ценности нужно исходить из следующего постулата: «Если человека часто подбадривают – он приобретает уверенность в себе, если человек живет с чувством безопасности – он учиться верить другим; если человеку удается достигать желаемого – он укрепляется в надежде; если человек живет в атмосфере дружбы и чувствует себя нужным – он учиться находить в этом мире любовь».

В третьей редакции проекта федерального закона "Об образовании в Российской Федерации" (ст. 41 "Охрана здоровья обучающихся") говорится о том, что организация, осуществляющая образовательную деятельность, создает условия для охраны здоровья обучающихся. Охрана здоровья обучающихся предполагает:

пропаганду и обучение навыкам здорового образа жизни

профилактику и пресечение курения, употребления алкогольных, слабоалкогольных напитков, пива, наркотических средств, психотропных, токсических и других одурманивающих веществ в организации, осуществляющей образовательную деятельность.

Но первыми педагогами являются все-таки родители. "Они обязаны заложить основы физического, нравственного и интеллектуального развития личности ребенка в раннем возрасте" (ст. 44 ФЗ "Об образовании в РФ"). В основе этой задачи лежит необходимость выстраивания педагогически целесообразных партнерских отношений с семьей - одним из субъектов социализации. Значит, забота о здоровье учащихся невозможна без постоянной и тесной связи с родителями.

Еще К.Д. Ушинский писал: *"Само воспитание, если оно желает счастья человеку, должно воспитывать его не для счастья, а приготовлять к труду жизни".* Закладывание основ здорового образа жизни, пресечение и искоренение вредных привычек - это тоже труд.

Работа нашей школы направлена на то, чтобы помочь не слышащим детям адаптироваться в социуме, найти свое место среди слышащих людей, достойно жить и трудиться. Общеизвестно, что наиболее продуктивной эта деятельность будет лишь в том случае, если мы будем сотрудничать с учащимися и с их родителями, используя различные формы работы, что должно обеспечить

внутреннюю установку личности на определенное поведение, основанное на принятых в обществе представлениях о добре и зле, должном и недопустимом;

развитие совести как нравственного самосознания личности, способности формулировать собственные нравственные обязательства, осуществлять нравственный самоконтроль, требовать от себя выполнения моральных норм, давать нравственную самооценку своим и чужим поступкам;

осознание безусловной ценности семьи;

понимание и поддержание нравственных устоев семьи: любовь, взаимопомощь, уважение к родителям, забота о младших и старших, ответственность за другого человека.

Опыт работы воспитателя показал, что взаимодействие с родителями по профилактике вредных привычек в семьях, воспитывающих глухих детей, является очень сложным, поскольку требует:

большого такта

максимально корректной постановки вопросов

уважительного и внимательного отношения к участникам общения

доверительного отношения друг к другу

учета специфических особенностей семейных отношений в системе семья – школа

выработки стойкого уважения и доверия к школе

**1** .Общая характеристика семей учеников школы показала, что большинство из них являются

- неполными, проблемными, есть и неблагополучные.

- Имеет место нарушение семейного воспитания.

- В некоторых семьях преобладают либо гипопротекция, либо потворствующая гиперпротекция, в отдельных случаях имеет место эмоциональная отверженность.

- Встречаются специфические особенности семейных отношений в системе семья - школа.

В большинстве семей алкоголем злоупотребляет отец, иногда и мать. Но чаще всего явных противоречий между семьей и школой нет, хотя порой связь между ними носит формальный характер, то есть, должного согласования нет. Бывают случаи, когда семья и вовсе не стремится к сотрудничеству.

**Встала проблема.**

Большинство детей впервые попробовали спиртное дома. Курить многие попробовали уже в 10- 12 лет, т. к. курят и папа и мама. Реакция родителей: "Ну и что? На Руси всю жизнь пили и ничего..."

Предлагаю обратиться к фактам. Действительно, алкоголь повышает настроение, вселяет силу, уверенность в себе. Исчезают застенчивость, скованность. Это плюсы. А теперь минусы:

пьянство родителей отравляет в семье атмосферу;

угнетающе действует на детей;

вырабатывает в них отрицательные привычки.

Большинство тяжких преступлений против личности совершается именно на почве алкоголизма.

О вредных свойствах спиртного было известно еще в давние времена. Древние арабы называли его "аль кеголь", что в переводе означает "одурманивающий". В древнем Риме, учитывая, что именно в молодом возрасте употребление алкоголя наиболее опасно, мужчине моложе 30 лет запрещалось пить вино.

Опасным злом считали пьянство и на Руси. В одном из журналов, выходившем в 18 веке, писали: *"Пьянство есть порок срамнейший и вреднейший, как бы ни рассуждать о нем. Действие или употребление разума тем пресекается. А когда разум быть перестанет, тогда оскудевают у человека силы... И так от пьянства приключаются болезнь, срамота и убыток, да и совсем жизни лишиться можно".*

**2. В структурном уровне системы** ознакомление с законодательной базой проводится в форме

- беседы

- анкетирования

- дискуссии

- ролевой игры

- работы с экспертом.

Эффективной формой является создание проблемной ситуации с последующим обсуждением. И главная мысль, которую извлекают родители, познакомившись с положениями закона - родители несут ответственность за своих детей, за их жизнь и здоровье.

Большой интерес родителей вызывает тематика внеклассных занятий, бесед, общешкольных мероприятий по профилактике курения, подросткового алкоголизма и наркомании, разработанных мною:

- Привычка и здоровье.

- Что такое алкоголь?

- Действие алкоголя на внешний вид и особенности поведения человека.

- Как алкоголь влияет на организм человека?

- Злоупотребление алкоголем.

- Почему люди употребляют алкоголь?

- Алкоголь и закон.

- Умение отказываться.

- Привычка сохранять здоровье.

Знакомство родителей с рисунками детей на кружке, с результатами анкетирования порой приводят их в замешательство. Нередко я слышу от родителей: "Ну, я ему покажу!", "Вот я ей дома устрою..." или "Силой родительского авторитета заставлю..." и т.д. Предлагаю провести родительское **собрание-практикум на тему "Что такое родительский авторитет и как он работает в семье"**

**I.** Родителям предлагается вопросник.

1. Всегда ли слушаются вас ваши дети?

2. Считаете ли вы, что авторитет родителей - особый талант, который дается от природы?

3. Считаете ли вы, что авторитет и послушание - главная цель воспитания?

4. Вы пользуетесь авторитетом у своих детей?

5. Как вы используете свой авторитет?

**II.** Рассмотрим проблемную ситуацию: ребенок не слушается, часто обманывает.

Выясняется, что чаще всего родители используют **авторитет подавления** (наказание за каждый поступок), **авторитет любви** (ты меня не слушаешься, значит, ты меня не любишь). Родителям следует знать, что в этой линии много опасных мест, т. к. ребенок быстро сообразит, что взрослого можно легко обмануть, что к людям можно *подыгрываться.* В семье вырастает неискренний, лживый эгоист.

**Авторитет подкупа** - послушание просто покупается подарками, обещаниями. Разумеется, в семье возможно некоторое поощрение, нечто похожее на премирование за хорошую учебу, за выполнение какой - либо трудной работы, но ни в коем случае нельзя детей премировать за хорошее отношение к родителям. Часто родители бывают непоследовательными в своих действиях по отношению к ребенку (сегодня накричал, завтра признается в любви и обещает кучу подарков).

Жизнь показывает, что **главным основанием родительского авторитета** является сама **жизнь** родителей, их **поведение.**

**III.** Выбор решения.

Когда родители в курсе того, чем живет, что любит (не любит) их ребенок, чем интересуется, с кем дружит, как относится к школе, к учебе, тогда они смогут предугадать и предупредить конфликт или неприятность. Следовательно, на первый план выступают **доверительные отношения.** Но для этого нужно **внимание** к детям, к их жизни. Внимание даст родителям **знание. Авторитет знания** приведет родителей к **авторитету помощи.**

В жизни ребенка вообще, а особенно глухого ребенка часто встречаются ситуации, когда он не знает, как поступить, когда он нуждается в совете, в помощи, но не может о ней попросить, т. к. не умеет. Здесь родители сами должны прийти с помощью. Эта помощь может быть оказана в форме

- прямого совета,

- шутки,

- распоряжения,

- приказа,

- какого - либо другого способа, учитывая индивидуальные особенности своего ребенка, потому что родители несут ответственность за своих детей.

В этой линии ответственности родителей за детей лежат начала не только помощи, но и **требования.** В некоторых случаях требование может быть выражено в самой суровой форме, не допускающей возражений. А поведение самих родителей служит примером и образцом поведения для детей. Когда родитель сможет посмотреть на самого себя и задуматься над собственной судьбой и судьбой своего ребенка, тогда мы сможем говорить о положительном результате воспитания. А. С. Макаренко называл это "**воспитанием совести**", потому что "... *легко научить человека поступать правильно ... в присутствии коллектива, а вот научить его поступать правильно, когда никто не слышит, не видит и ничего не узнает, - это очень трудно".*

**3. На третьем уровне системы** я столкнулась с определенными трудностями, т к. родители интернированных детей проживают далеко от места учебы детей и не имеют возможности часто приезжать в школу. Совместные родительские собрания хотелось бы проводить чаще. На первый план здесь выступают индивидуальные консультации, индивидуальные беседы с родителями.

Родители детей, проживающих недалеко от школы, охотно идут на контакт, принимают активное участие в работе по профилактике вредных привычек у детей: совместно с учителем и воспитателем участвуют:

- в посещении выставок, музеев;

- в просмотре фильмов определенной направленности;

- в спортивных праздниках и днях здоровья, которые регулярно проводятся в школе;

- в поездках вместе с детьми на спортивные соревнования в другие города по линии ВОГ.

Родителям предоставлена возможность посетить любое занятие кружка, спортивной секции, встретиться с медработниками школы, с социальным педагогом, психологом.

Считаю, что в системе просветительской работы воспитателя по профилактике вредных привычек с семьями, воспитывающими глухих детей латинская пословица *"Капля точит камень не силой, а частым падением"* приобретает особую актуальность.

**Список литературы.**

1. Андреев Ю. А. Откровенный разговор. - М., 1986 г.
2. Быкова Л. М., Горбунова Е. А.,Зыкова Т. С., Носкова Л. П. Методика обучения русскому языку в школе для глухих детей. - М.. 1991 г.
3. Захарова Т. Н., Суровикина Т. Н. Формирование здорового образа жизни., 2006 г.
4. Зыкова Т. С., Хотеева Э. Н. Социально - бытовая ориентировка в специальных (коррекционных) образовательных учреждениях I и II вида. М., 2003 г.
5. Иванов М. А. Прежде всего мы - родители. М., 1986 г.
6. "Конвенция о правах ребенка".
7. Макаренко А. С. О воспитании. - М., 1988 г.
8. Сухомлинский В. А. О воспитании. М., 1979 г.
9. Устав школы.
10. ФЗ "Об образовании в РФ".