Государственное бюджетное учреждение для детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей, «Старооскольский центр развития и социализации детей физкультурно-спортивной направленности «Старт»

**Воспитание у детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей сознательного отказа от вредных привычек**

Автор:

Шевченко Г.В., социальный педагог

ГБУ «Старооскольский центр развития

и социализации детей

физкультурно-спортивной

направленности» «Старт»

Старый Оскол, 2022

# Тема: «Воспитание у детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей сознательного отказа от вредных привычек»

Начиная работать над этой проблемой, нами была проведена начальная диагностика знаний воспитанников о вредных привычках и влияния их на здоровье. Отвечая на вопросы диагностики, дети смогли дать полные ответы на поставленные вопросы о вредных привычках, личной гигиене. Затруднения испытывали при объяснении о последствиях табакокурения, употребления алкоголя, психоактивных и наркотических веществ.

Результаты анкетирования показали, что о последствиях табакокурения, употребления алкоголя, психоактивных и наркотических веществ 83% подростков даже не задумываются. Проведённые диагностические исследования подтвердили необходимость формирования умений и навыков преодоления вредных привычек у воспитанников учреждения. В связи с этим необходимо создание активной среды, в которой воспитание ребёнка происходит не за счёт ресурсов его здоровья, а вследствие специально организованной системы развития внутреннего потенциала.

**Цель:**

Создание условий для сознательного отказа от вредных привычек у воспитанников, развитие стойких позитивных интересов, пропаганда здорового образа жизни.

**Задачи:**

Установить доверительное общение воспитанников с социальным педагогом.

Формировать поведение препятствующее появлению вредных привычек.

Развивать навыки самоконтроля, навыки организации свободного времени через формирование привычки к труду, учёбе, досугу

Привлекать к досуговой деятельности, общественным мероприятиям

Формировать представления о механизмах функционирования человеческого организма.

Формировать представление о негативном влиянии вредных привычек на тело человека и мозг человека.

**Этапы работы**

1 этап аналитико-диагностический. Проводился анализ литературы,

сбор информации по проблеме, диагностика 2020 год.

2 этап практический. В единой системе проводились практические занятия, индивидуальная работа по формированию у воспитанников умений и навыков преодоления вредных привычек 2020 – 2021 учебный год.

3 этап аналитико – обобщающий. Подводился итог работы по проблеме, обобщался опыт 2021 – 2022 учебный год.

**Сущность опыта заключается** в создании положительной мотивации для физического, нравственного совершенствования и социальной адаптации личности каждого воспитанника, через формирование убеждения возможности отказа от вредных привычек.

**Ожидаемые результаты**:

Позитивные изменения во взглядах и увлечениях детей.

Приобретение представлений, необходимых для сохранения и поддержания здоровья, противодействия возможному негативному влиянию сверстников.

Активное участие в общественно - досуговой деятельности

Снижение или отсутствие количества вредных привычек у воспитанников.

**Теоретическая база и технология опыта**

Анализ литературы по проблеме исследования показывает, что профилактика вредных привычек всегда привлекала внимание общества и педагогической науки. Свой вклад в ее разработку и педагогическое решение внесли выдающиеся отечественные педагоги К.Д.Ушинский, А.С.Макаренко, В.А.Сухомлинский.

Различные аспекты формирования негативного отношения к вредным привычкам рассматриваются в исследованиях Л.А.Богданович, А.Г.Хрипковой, А.Н.Якушева и других.

Программы по профилактике вредных привычек разработали: В.А.Ласточкин, Е.С.Скворцова, Л.Х.Казаков, Г.Н.Градусова, А.Н.Якушев и другие.

***Профилактика вредных привычек как педагогическая проблема***

В последнее время все чаще говорят и пишут об образе жизни человека. Все более ясно становится его социальная обусловленность. Об этом прекрасно сказал великий физиолог И.М.Сеченов: «Организм без внешней среды, поддерживающей его существование, невозможен, поэтому в научное определение организма должна входить и среда, влияющая на него».

Отечественные исследователи А.Д.Степанов и Д.А.Изуткин определяют здоровый образ жизни как типичные и существенные для данной общественно-экономической формации формы жизнедеятельности людей, укрепляющие адаптивные возможности организма человека, способствующие полноценному выполнению им социальных функций и достижению активного долголетия.

Из этого довольно сложного определения можно выделить главное: здоровый образ жизни – это такие формы и способы повседневной жизнедеятельности, которые направлены на укрепление и сохранение здоровья. Только здоровый человек способен полноценно выполнять свои социальные функции, жить долго и на всем протяжении этого времени быть полезным людям.

Одним из проявлений образа жизни являются привычки. Несмотря на огромную положительную роль привычек, многие из них называются вредными и даже пагубными – это такие привычки как пристрастия к наркотикам, алкоголю, курению. Пагубные пристрастия отличаются совершенно особым характером подкрепления, специфическим наркотическим эффектом. Часто наркотический эффект становится потребностью, причем потребностью важнейшей, главной, подчиняющей себе все остальные, включая и жизненно необходимые. Человек попадает в прочную зависимость от наркотических веществ.

Если обычные привычки устойчивые, то пагубные пристрастия можно охарактеризовать как сверхустойчивые, консервативные, поэтому избавиться от них чрезвычайно сложно. Стоит отметить, что зависимость еще и развивается, то есть растет, при этом возрастает и степень вреда.

Злоупотребление различными веществами, изменяющими психическое состояние человека (курение табака, употребление алкоголя, ингалянтов (это летучие вещества, газы, вызывающие опьянение), наркотиков, но не доводящее его до физической зависимости от указанных веществ, специалисты называют аддиктивным поведением. Это название произошло от английского слова «addiction», которое переводится как пагубная привычка, порочная склонность, пристрастие к чему-либо.

Именно пристрастие, но еще без физической зависимости, характерно для детей и подростков. И это указывает на то, что в образовательных учреждениях приходится иметь дело не с болезнью, а с нарушениями поведения, коррекция которого требует преимущественно воспитательных мер.

Воспитанники поступают в наше учреждение, уже приобретя, вредные привычки или имели неосторожность попробовать курить, легкие алкогольные напитки и т. д. Контингент воспитанников сложный: искалеченные судьбы, вредные привычки, негатив стереотипов, девиантное поведение. Поэтому важным элементом комплексной реабилитации является индивидуальный подход к восстановлению здоровья, коррекции личности и социального статуса подростков, борьба с токсикоманией, курением, употреблением алкоголя. Это возможно за счет раннего выявления детей с вредными привычками и различными зависимостями, имеющих устойчивое противоправное поведение, трудности в социальной адаптации и оказание им своевременной помощи (педагогической, психологической).

Педагогическая коррекция по преодолению вредных привычек является одним из направлений социализации воспитанников, поэтому оказанием своевременной помощи детям и подросткам, имеющим вредные привычки, занимается социальный педагог. В содержание работы социального педагога включается выявление индивидуальных особенностей дезадаптированных детей с девиантным поведением, анализ конфликтных ситуаций в педагогической среде; выработка рекомендаций для осуществления психолого-педагогических мероприятий в процессе обучения и воспитания; оказание консультативной помощи воспитанникам и педагогам. Деятельность по профилактике вредных привычек может являться успешной только в результате системной координированной работы всех специалистов, призванных к оказанию помощи подростку. Т. е. с воспитанниками взаимодействуют соц. педагог, учителя, воспитатели, педагог-психолог, педагоги дополнительного образования, медицинские работники, юрист и другие специалисты.

Совместная коллективная деятельность взрослых и детей формирует у ребят положительную учебную мотивацию, развивает коммуникативные качества личности, создает условия для присвоения новых ценностей, воспитания нравственных качеств личности, изменения ценностных ориентаций на позитивные, формирования адекватной самооценки, обеспечения социально-психологической адаптации.

Преодоление вредных привычек включает в себя три основных структурных блока:

1. Первичный, направлен на предупреждение реального приобщения подростков к одурманиванию.

2. Вторичный, предотвращающий развитие зависимостей у детей и подростков, имеющих опыт вредных привычек

3. Третичный, педагогическая реабилитация подростков со сформированной зависимостью.

В связи с тем, что воспитанникам, имеющим вредные привычки присущи неустойчивые интересы, низкая мотивация к учебной и внеурочной деятельности, возникает вопрос о необходимости вовлечения подростков с отклонениями в поведении в регулярные занятия спортом, трудовой и досуговой деятельностью.

**Методы работы:**

Групповая работа

Индивидуальная работа

Беседы

«Круглые столы»

Месячник «Мы за здоровый образ жизни»

**Используемые приёмы:**

-информационные (оформление стендов, организация встреч с медицинскими специалистами, представителями органов внутренних дел, просмотр видеоматериалов о людях, сумевших справиться со своей проблемой);

-образовательные (проведение педагогических мероприятий, анкетирований, тестирований) психологических игр, социально психологических тренингов, проведение (совместно с психологом) различных анкетирований и тестирований);

- социально-воздействующее (видеофильмы, беседы, обсуждение газетных и журнальных статей, посвящённых этой теме, создание и защита плакатов, конкурсы рисунков, сотрудничество (предусматриваются экскурсии, встречи с различными специалистами, выезды в детские учреждения и т. п)

В зависимости от возрастных особенностей объекта (на который она направлена) профилактическая работа имеет два уровня, соответствующих возрасту ребенка.

В соответствии с моей рабочей программой «Профилактика зависимостей от ПАВ у несовершеннолетних» профилактическая работа начинается уже в младшем школьном возрасте, поскольку необходимо привить детям здоровые привычки и попытаться исключить плохие. Если у воспитанника сформированы привычки, связанные со здоровым поведением, то такие дети уже достаточно устойчивы к попыткам изменения.

С детьми среднего и старшего школьного возраста проводится коррекция поведения и привычек. Поэтому технология работы с детьми старше 11-12 лет включает обучение способам преодолевать конфликты и кризисные ситуации, осознанно выбирать ту модель поведения, которая не вредит здоровью, справляться с эмоциональными проблемами без ущерба для себя как личности.

Любая профилактика должна учитывать причины возникновения зависимостей, то есть быть причинно-ориентированной. Поскольку психическое, физическое и социальное здоровье ребенка зависит от социального окружения, личности самого воспитуемого и общественных условий, то профилактическая работа должна строиться таким образом, чтобы гармонизовать все эти факторы.

Как показывают исследования большинство детей и подростков все-таки не курят, значит, они обладают ресурсами противостояния зависимостям. Эти ресурсы нужно изучать и использовать в профилактической работе. Профилактическая работа должна иметь не разовый, эпизодический характер, а представлять собой долгосрочный, протяженный во времени процесс обучения и воспитания, в котором могут быть выделены два этапа.

На первом этапе профилактической деятельности следует сосредоточить внимание на специфическом информационном посредничестве, формирующем у подростков знания о средствах, вызывающих удовольствие и зависимость, об их действиях и последствиях. На этом этапе у них складывается осознанное отношение к указанным средствам, формируются навыки критического отношения к рекламе любых средств зависимости.

На втором этапе предполагается формирование личности и осознание ребенком ценности собственного здоровья.

Задачи социального педагога:

* помочь ему укрепить свою самооценку;
* научить его переживать конфликты и справляться с ними, не прибегая к средствам зависимости;
* создавать ситуации, в которых ему предоставлялась бы возможность осознать собственные и чужие чувства.

В результате такой целенаправленной деятельности у подростка формируются здоровые ценности и здоровое отношение к окружающему миру. Кроме того, воспитанники приобретают навыки выражать и отстаивать свое мнение, осознавать собственные достоинства и недостатки, конструктивно к ним относиться, бороться со своими слабостями. Иначе говоря, формируется ***индивидуальность с позитивными ценностными установками, что подтверждают результаты диагностики, проведенной***  на аналитико-обобщающем этапе исследования.

Динамика вредных привычек

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **УЧЕБНЫЙ ГОД** | **КОЛИЧЕСТВО ВОСПИТАННИКОВ** | **В т.ч. имеют вредные привычки (курение)** |
| 2019-2020 | 41 | 11(27%) |
| 2020-2021 | 44 | 11(25%) |
| 2021-2022 | 40 | 9 (23%) |