

(2003 рік); посів почесне II місце у IV Всеукраїнському огляді-конкурсі на кращий стан фізичного виховання в навчальних закладах України (2007 рік)

Дошкільний навчальний заклад є базовим для проведення семінарів – практикумів з питань організації фізкультурно-оздоровчої роботи в дошкільних закладах освіти для слухачів курсів Кіровоградського обласного інституту післядипломної педагогічної освіти імені Василя Сухомлинського.

Твоє життя – твій вибір

Т. В. Плеханова, практичний психолог

Комунальний заклад «Навчально-виховне об'єднання природничо-економіко-правовий ліцей спеціалізована школа I-III ступенів № 8 - позашкільний центр Кіровоградської міської ради Кіровоградської області»

Психологічне здоров'я розглядається як необхідна умова повноцінного функціонування та розвитку людини в онтогенезі. Оптимальний рівень психологічного здоров'я є об'єктивною передумовою адекватного виконання специфічних соціальних функцій у відповідності до вікових періодів розвитку та соціокультурних традицій суспільства, а також забезпечує можливість особистісного розвитку протягом усього життя.

Основні підходи до формування й зміцнення здоров'я дітей і молоді визначені у Національній програмі «Діти України», де здоров'я особистості розглядається як інтегрований показник соціального розвитку суспільства, могутній фактор впливу на економічний і культурний потенціал держави. Здоров'я нації було, є й залишиться незамінним капіталом, передумовою стійкого й впевненого розвитку економіки й культури. Тому прояви негативних тенденцій у показниках здоров'я дітей в Україні, поширення шкідливих звичок, зростання злочинності, падіння моралі підлітків викликають особливу тривогу.

Одна з найгостріших проблем сьогодення – поширення вживання наркотичних речовин підлітками. Це соціальне явище має свою динаміку і закономірності розвитку.

Найпоширенішими наркотичними речовинами є алкоголь і тютюн. Серед споживачів тютюну 6 - 8 % - діти молодших класів. Курить кожен п'ятий п'ятикласник, майже половина восьмикласників і майже 60 % випускників шкіл. Чверть восьмикласників уже мають чітку орієнтацію на алкогольні напої; серед випускників їх уже половина. У великих містах третина підлітків піддаються ранній алкоголізації.

В Україні поширюється вживання неповнолітніми різних видів наркотиків. За даними незалежних соціальних досліджень, кожний п'ятий підліток у віці 15 – 18 років уже мав перше знайомство з одним із видів наркотиків.

Дана статистика свідчить про відсутність мотивованої направленості підлітків на формування та збереження свого здоров'я. Водночас це також наслідок відсутності в суспільстві пріоритету здорового способу життя.

Саме тому **метою нашої роботи стало створення програми** яка спрямована на набуття учнями знань, умінь і навичок реалізації здорового способу життя та попередження вживання наркотичних речовин.

Програма складається з тренінгів : «Твоє здоров'я і здоровий спосіб життя», «Причини та наслідки вживання наркотичних речовин твоїми однолітками», «Визнач власну позицію», «Твої дії в ситуації ризику», «Твоє майбутнє».

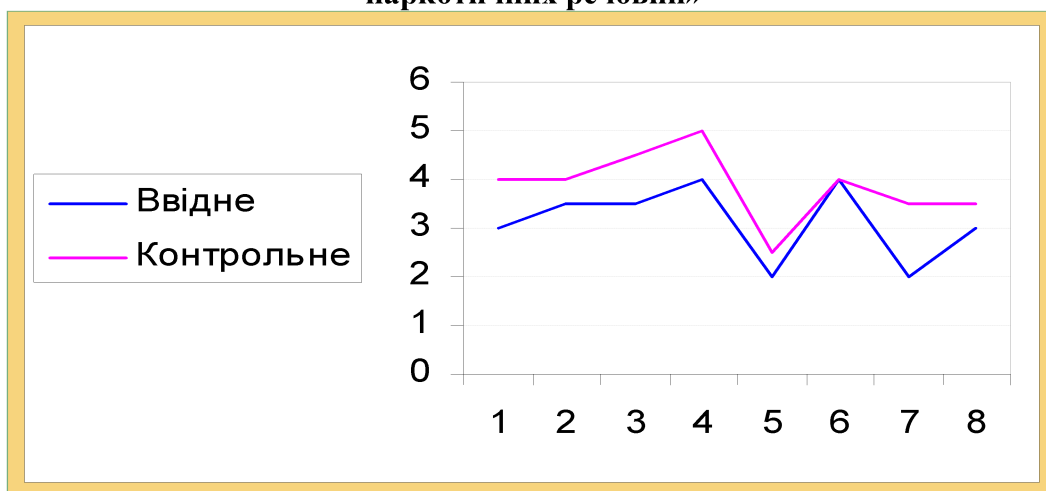
Проблема – формування у підлітків усвідомлення важливості ведення здорового

способу життя як важливого чинника у створенні власного майбутнього та майбутнього нації.

Реалізація поставленої проблеми та мети передбачає розв'язання таких завдань:

- навчити підлітків визначати життєві цінності;
- розкрити причини вживання наркотичних речовин і показати негативні наслідки їхньої дії;
- навчити підлітків оцінювати ситуації ризику та приймати відповідальні рішення;
- сформувати у підлітків уміння і навички ведення просвітницької роботи серед однолітків щодо здорового способу життя.

**Статистична шкала ввідного та контрольного опитування
«Рівень обізнаності підлітків про негативний вплив на організм людини
наркотичних речовин»**



В результаті проведення тренінгів програми «Твоє життя – твій вибір» ми досягли таких результатів:

- збагатили учасників інформацією про здоровий спосіб життя та фактори, що впливають на формування здоров'я;
- надали відповідно до віку інформацію про негативний вплив на організм людини наркотичних речовин і соціальні наслідки їх вживання;
- з'ясували рівень обізнаності підлітків про наркотичні речовини та надали інформацію про види наркотичних речовин;
- активізували критичне, аналітичне ставлення учасників тренінгів до рекламних роликів;
- підвищили відповідальне ставлення до власних вчинків;
- надали рекомендації щодо протистояння соціальному тиску;
- сформували прагнення займати активну життєву позицію, та пропагувати просвітницьку роботу про здоровий спосіб життя серед однолітків.

Література:

1. Конвенція ООН з прав дитини: шляхи практичного застосування. Методичні рекомендації. – К.: Християнський Дитячий Фонд, 2001.

2. Горяна Л.Г. Методичні рекомендації до викладання теми “Шкідливий вплив тютюнокуріння на організм людини” : 31 травня – Міжнародний день боротьби з тютюнокурінням // Безпека життєдіяльності. - 2005. - №5. – С. 34-41
3. Озерський І.В. Проблеми наркоманії та алкоголізму в підлітковому віці та шляхи їх попередження // Економіка. Фінанси. Право. – 2004.- №5.- С. 33-37
4. Прутченков А. С. Социально – психологический тренинг в школе. (Серия «Практическая психология») / 2-е изд., дополн., и перераб. – М., 2001.
5. Формування навичок здорового способу життя в дітей і підлітків / Н. Ю. Максимова, А. Й. Капська, О. Г. Карпенко, Н.Л. Лук'янова, Н.Б. Підлісна, О. П. Коструб, О.В. Вінда, І. Г. Сомова, М. М. Гавлябарник, І. І. Цушко. – К.: Ніка-Центр, 2001.
6. Тютюн, алкоголь, наркотики в молодіжному середовищі: вживання, залежність, ефективна профілактика / О.О. Яременко, О.М. Балакірева, О.Р. Артюх та ін.- Київ, 2005. -193 с.

Анотація

Програма «Твоє життя – твій вибір» розрахована на підлітків 12 – 14 років. Спрямована на формування навчання підлітків життєво важливим навикам, психосоціальній компетентності – здатності індивіда до збереження стану психічного благополуччя і його прояву в гнучкій і адекватній поведінці у взаємодії із зовнішнім світом. У ядро життєво важливих навичок входить розвинена самосвідомість, перш за все, - усвідомлення потреб і мотивів, визначення особистих ціннісних орієнтацій.

Програма складається з п'яти взаємопов'язаних тренінгів :

1. «Твоє здоров'я і здоровий спосіб життя».

Мета: надати учасникам тренінгу інформацію про здоров'я, здоровий спосіб життя та фактори, що впливають на формування здоров'я.

2. «Причини та наслідки вживання наркотичних речовин твоїми однолітками».

Мета: надати відповідно віку та особливостей учасників тренінгу інформацію про наркотичні речовини, з'ясувати найбільш поширені причини їхнього вживання підлітками, повідомити про вплив наркотичних речовин на організм підлітків і соціальні наслідки їх вживання.

3. «Визнач власну позицію».

Мета: навчити підлітків визначати життєві цінності, сформувати у них відповідальне ставлення до власних вчинків.

4. «Твої дії в ситуації ризику».

Мета: розвиток навичок визначення ситуацій ризику, протистояння соціальному тиску.

5. «Твоє майбутнє».

Мета: сформувати у підлітків прагнення займати активну життєву позицію, бачення життєвої перспективи, бажання творчо проводити просвітницьку роботу серед однолітків.

В результаті проходження тренінгової програми, підлітки розширили свої знання про здоровий спосіб життя та фактори, що впливають на формування здоров'я, підвищили відповідальне ставлення до власних вчинків, навчилися протистояти соціальному тиску, сформували прагнення займати активну життєву позицію, та пропагувати просвітницьку роботу серед однолітків.

Статева культура молоді – основа здоров'я нації

О.В. Полковенко,

Київський Університет імені Бориса Грінченка,

К.В. Ситник, СШ 214.

Проблема статевого виховання неповнолітніх та молоді в Україні набуває все більшої **актуальності**. Вона зумовлена рядом причин: зростає кількість захворювань, що передаються статевим шляхом, ВІЛ-інфекція, СНІД, не меншає кількість абортів серед неповнолітніх, поширюється дитяча проституція. Проблема ускладнюється й тим, що збільшується число дітей, які вживають алкоголь, наркотичні речовини, це