

*Руденко О. В., магістрант спеціальності  
«Соціальна педагогіка» НУБіП України (м. Київ)  
Кубицький С. О., кандидат педагогічних наук, доцент  
кафедри соціальної педагогіки та інформаційних  
технологій в освіті НУБіП України (м. Київ)*

## ОСОБЛИВОСТІ ФОРМУВАННЯ ЗДОРОВОГО СПОСОБУ ЖИТТЯ ПІДЛІТКІВ ЗАСОБАМИ КУЛЬТУРНО-ПРОСВІТНИЦЬКОЇ ДІЯЛЬНОСТІ В СІЛЬСЬКІЙ МІСЦЕВОСТІ

*У статті розкрито особливості проведення роботи щодо формування здорового способу життя підлітків засобами культурно-просвітницької діяльності.*

*Ключові слова: здоровий спосіб життя, сільська молодь, фактори, принципи, особистість.*

*В статье раскрыты особенности проведения работы по формированию здорового образа жизни подростков средствами культурно-просветительской деятельности.*

*Ключевые слова: здоровый образ жизни, сельская молодежь, факторы, принципы, личность.*

**Постановка проблеми у загальному вигляді.** Збереження здоров'я населення є однією з найважливіших соціальних проблем, що потребує системного дослідження і вирішення. Здоров'я у всі часи вважалося вищою цінністю, яка є важливою основою активного творчого життя, щастя, радості і благополуччя людини. Стан здоров'я підростаючого покоління – найважливіший показник благополуччя суспільства і держави, що відображає не тільки справжню ситуацію, а й дає точний прогноз на майбутнє.

**Аналіз останніх досліджень і публікацій.** Пропаганда здорового способу життя на науковому та практичному рівнях, що ведеться сьогодні, в основному не сприймається молоддю. Можна говорити про певний вакуум, який необхідно заповнити соціально і особистісно значущими орієнтирами. Одним із таких орієнтирів є організація засад здорового способу життя соціальними педагогами на різних рівнях професійної діяльності.

Питання здоров'я та здорового способу життя, розвитку та становленню особистості дитини і підлітка розглядаються багатьма дослідниками: виховна робота в школі засобами фізичної культури (Г.І. Власюк, А.Д. Дубогай, С.О. Свириденко, А.Л. Турчак); психологічні, моральні особливості виховання особистості (І.Д. Бех, Н.Ю. Максимова, С.К. Масгутова, І.В. Нікітіна, Р.Ф. Пасічняк, І.М. Романишин); формування ціннісних орієнтацій підлітків (С.В. Лапаєнко, О.Ф. Турянська); становлення соціальної активності підлітків (К.М. Власова, О.І. Карпукін, О.А. Кузьменко та ін.).

Виходячи з цього, **метою статті** є розкрити особливості проведення соціально-педагогічної роботи з підлітками сільської місцевості з метою формування особистісних

установок на здоровий спосіб життя, на усвідомлення дітьми цінностей здоров'я.

### **Виклад основного матеріалу.**

Усвідомлення важливості здорового способу життя для ефективності життєдіяльності та самореалізації на когнітивному рівні при досить обмежених стереотипних уявленнях про нього і глибинних несформованих установках призводить до того, що в більшості випадків лише екстремальні ситуації можуть спонукати до реалізації здорового способу життя.

Формування особистісної культури відбувається у процесі життєдіяльності людини, засвоєння нею навколишнього світу, пристосування середовища до своїх потреб. Тому одним з головних питань щодо формування здорового способу життя є виявлення соціальних та культурних цінностей, включених в її (особистості) «життєвий простір» [2].

Можна виділити дві групи факторів, що впливають на формування здорового способу життя:

- фактори ризику, що негативно впливають на формування позитивних установок на здоровий спосіб життя і запобігання вживанню психоактивних речовин: асоціальний спосіб життя батьків, безвідповідальне ставлення до виховання; недосконалі, малоефективні методи профілактичної роботи; недостатність знань, інформації, досвіду з формування здорового способу життя; недоступність нових, інтерактивних методик, відсутність зацікавленості педагогів шкіл у такій роботі та належного матеріально-технічного забезпечення;

- «захисні» фактори, завдяки яким формуються позитивні установки на здоровий спосіб життя: позитивний мікроклімат в сім'ї, позитивні установки на здоровий спосіб життя в референтних групах; валеологічні знання;

вміння передбачати і розпізнавати ризики для здоров'я, уникати їх у повсякденному житті; позитивна самооцінка та почуття власної гідності.

Культурно-просвітні програми формування здорового способу життя підлітків для профілактики вживання психоактивних речовин мають ґрунтуватись на таких принципах:

- послідовності, наочності, поетапності;
- інтерактивності – переважання ігрових, дискусійних форм роботи, що дозволяє перетворити суб'єкт виховного впливу на його об'єкт; це особливо важливо, бо в підліткових групах трансмісія культурних цінностей відбувається на рівні «підліток-підліток»;
- максимальної активізації захисних факторів та нейтралізації факторів ризику;
- комплексності – спрямованість програм на формування здорового способу життя в різних аспектах: фізичному, психічному, соціальному, культурному, духовному; розвиток знань, навичок установок особистості на здоровий спосіб життя;
- інтеграції виховних можливостей сім'ї, школи, дозвілєвих інститутів;
- соціально-культурної адекватності (культурна специфіка регіону, фактори ризику, захисні фактори, розповсюдженість психоактивних речовин серед підлітків тощо) і врахування вікових особливостей підлітків.

Можна зазначити три напрями в роботі з дітьми: структурний, змістовний та функціональний. Кожен з цих напрямів вибудований за власним принципом.

В основу структурного напрямку покладено принцип диференціації життєвого середовища підлітка: родина, культурно-просвітницькі, дозвілєві, спортивні заклади, коло друзів, дворові компанії, групи. Завдання цього напрямку – виявити педагогічні можливості кожного із цих інститутів для інтеграції їх діяльності з формування здорового способу життя підлітків і попередження вживання ними психоактивних речовин [4].

У межах змістовного напрямку розроблено чотири змістовні модулі (блоки): робота з підлітками, робота з батьками, робота з педагогами, «комплексний модуль» (дозвілєві і культурно-просвітні заходи за участю підлітків, батьків та педагогів – родинні заходи, вікторини, конкурси, ігрові, концертні програми) [3].

В основу функціонального напрямку покладено принцип інтеграції інформаційної, виховної та рекреаційної функцій дозвілля

підлітків. Програми за цим напрямом дозволяють забезпечувати відповідність культурно-просвітніх заходів природі дозвілля та віковим особливостям підлітків [1].

У роботі зі школярами застосовуються превентивні, дискусійні та ігрові форми діяльності. Згідно з принципом поліфункціональності кожна з форм роботи інтегрувала ігрову, пізнавальну, інформативну функції. Обираються такі форми культурно-просвітньої діяльності, які були здатні найбільшою мірою впливати на емоційну сферу підлітків та сприяти формуванню негативних установок до вживання психоактивних речовин. За характером такого впливу можна виокремити такі групи форм (назви умовні):

- пізнавально-емоційні – демонстрація ляльки, що палить, окулярів п'яниці, біографічних фільмів про курців, наркоманів тощо;
- «шокові» – показ макетів легенів курців, відеозаписи із зверненням курця, хворого на рак легенів; інтерв'ю з наркоманами;

- контрастні – як протиположності особистісно шкідливим, соціально чи особистісно деструктивним формам - спорт, клуби за інтересами, аматорство, хобі;

- рольові – залучення підлітків до ігрових ситуацій, що проектується як на особисті проблеми окремих індивідів, так і на підліткову групу чи на шкільний клас; підліткам пропонується зіграти нетипові для них позитивні соціальні ролі, після чого всі учасники можуть поділитись враженнями та міркуваннями; важливо, щоб при обговоренні підліток мав схвалення учасників референтної для нього групи;

- «відразливі» – моделюється ситуація з образом антигероя - негативного образу, – при обговоренні ролей формується відраза до образу, який раніше сприймався нейтрально чи навіть позитивно, як своєрідна «анти ідентифікація». При цьому методично важливим є те, що роль антигероя не можна доручати самим підліткам; її мають виконувати дорослі чи актори;

- сюжетні – розігрування сценок та ситуацій на теми здорового способу життя; при цьому підлітки набувають знань з цієї проблематики, формують установки і моделі поведінки позитивних героїв.

На нашу думку, формування здорового способу життя має соціокультурний характер і суть його полягає в тому, що завдяки пропаганді даної проблеми у суспільстві створюється краще усвідомлення живої і неживої природи, а це, відповідно, дозволяє

краще розуміти походження коренів проблем здоров'я. В свою чергу, краще розуміння проблем здоров'я обумовлює більші можливості вирішення цих питань.

Як правило, розвиток не здорового способу життя є одним із недоліків соціально-педагогічної роботи. Говорячи про недоліки, маємо на увазі те, що людина, яка не має відношення до соціально-педагогічної діяльності, не завжди розуміє всю складність розвитку даної проблеми, а тим більше не знайома з методами, формами роботи.

Сьогодні більше потрібно проводити просвітницьку роботу, яка включає лекторії, виступи по радіо, телебаченні щодо формування і збереження знань і навичок здорового способу життя, розрахованого на широкий загал дітей та молоді. Потрібно працювати над тим, щоб профілактична робота крокувала в ногу з потребами молоді щодо переконань, поглядів, щоб форми даної роботи були цікавими, а здоровий спосіб життя був престижний.

Також потрібно більше пропагувати різноманітної літератури, пов'язаної з вихованням дітей та молоді, де б більше йшлося про здоровий спосіб життя, про норми та правила поведінки. Потрібно краще залучати молодь до різної культурно-масової діяльності, тому що для підлітків характерно

проведення вільного часу переважно з друзями. І хоча підліткові групи складаються стихійно, до них входять хлопці та дівчата, близькі за рівнем розвитку, запитам та інтересами. Але якщо підліткова група не об'єднана якоюсь корисною діяльністю, у ній переважає «порожнє» проведення часу, і така знудьгована група стає сприятливим середовищем для вживання різних алкогольних напоїв, наркотичних речовин, що потім призведе до непередбачуваних наслідків.

**Висновки.** Аналіз стану формування здорового способу життя підлітків засобами культурно-просвітньої діяльності дав можливість виділити такі перешкоди на шляху розв'язання поставленої проблеми: перевага застарілих форм роботи з попередження залежності від психоактивних речовин; примусова участь підлітків у цій діяльності; практична відсутність зацікавленості батьків у спільній роботі над формуванням здорового способу життя та попередженням залежності від психоактивних речовин; загальна низька культура родинного дозвілля. Культурно-просвітня діяльність повинна бути спрямована на подолання цих перешкод, тому програми з формування здорового способу життя підлітків мають ґрунтуватися на відповідних цільових установках.

### Література

1. Леонтьєва О.І. Принципи розробки культурно-просвітницьких програм з формування здорового способу життя підлітків / О.І. Леонтьєва // Вісник КНУКіМ: Зб. наук. праць. – К.: Київський національний університет культури і мистецтв, 2003. – Вип. 9. – С.84-90.
2. Леонтьєва О.І. Шляхи формування здорового способу життя школярів та молоді засобами культурно-просвітницької діяльності / О.І. Леонтьєва // Тези доповідей 5 міжнародної конференції молодих науковців. Людина, культура, техніка в новому тисячолітті. – Харків, 2004.
3. Капська А.Й. Соціальна робота: деякі аспекти роботи з дітьми та молоддю: Навчально-методичний посібник / А.Й. Капська. – К.: УДЦССМ, 2001.
4. Ведмеденко Б.Ф. Теоретичні основи і практика виховання молоді засобами фізичної культури / Б.Ф. Ведмеденко. – Київ, 1993.

*Rudenko O., magistant*

*Kubitskiy S., candidate of pedagogical sciences*

### FEATURES PROMOTING HEALTHY LIFESTYLES TEENAGERS MEANS OF CULTURAL AND EDUCATIONAL ACTIVITIES RURAL

*The article deals with the peculiarities of work to create a healthy lifestyle mean adolescents cultural and educational activities. A healthy lifestyle is a sociocultural nature and its essence lies in the fact that through the promotion of the problems in society creates a better understanding of animate and inanimate nature, and that, consequently, allows bettering understanding the origin of the roots of health problems. In turn, a better understanding of health issues causing greater opportunities to address these issues. Analysis of a healthy lifestyle adolescents means of cultural and educational activities made it possible to identify such obstacles to the solution of the problem: the advantage of outdated forms of prevention of substance dependence, forced teens participate in this activity, the virtual absence of parental interest in working together on promoting healthy lifestyles and prevention of substance dependence, total low culture family entertainment. Cultural and educational activities should be aimed at overcoming these obstacles, because the program to create a healthy lifestyle adolescent should be based on the relevant target set.*

*Keywords: healthy lifestyle, rural youth, factors, principles, personality.*