

АКТУАЛЬНОСТЬ

Здоровье является основой жизни и благополучия, наивысшей ценностью не только конкретного человека, но и всего общества в целом. Проблема сохранения здоровья, особенно детского, существовала во все времена. Ведь именно в детском возрасте закладывается его основной фундамент.

В современной российской системе образования одной из приоритетных задач является сбережение и укрепление здоровья обучающихся в широком смысле этого слова – физического, психического, духовно-нравственного и социального, а также формирование у выпускников навыков здорового образа жизни.

В Федеральном государственном стандарте общего основного образования среди основных направлений программы воспитания и социализации обучающихся отдельно выделено «формирование и развитие знаний, установок, личностных ориентиров и норм здорового и безопасного образа жизни с целью сохранения и укрепления физического, психологического и социального здоровья обучающихся как одной из ценностных составляющих личности обучающегося и ориентированной на достижение планируемых результатов освоения основной образовательной программы основного общего образования».

Исходя из положений ФГСО ООО можно сказать, что образовательные учреждения, на современном этапе, являются важнейшей составляющей в сохранении и укреплении здоровья.

Когда речь идет о задачах школы по формированию здорового образа жизни, в большинстве случаев, внимание уделяется таким школьным предметам, как естествознание, биология, основы безопасности жизнедеятельности, физкультура. Но и в курсе «Обществознание» заложено достаточно много возможностей, так как часть тем курса затрагивает проблемы, связанные со здоровьем и включают необходимые элементы для воспитания здорового образа жизни и формирования ответственного отношения к своему здоровью.

Таким образом, актуальность включения тематики в содержание учебного предмета заключается в:

- значимости курса среди учебных дисциплин;

- выполнении задач образования по решению проблемы состояния физического и психического здоровья подрастающего поколения;

- необходимости формирования ценностного отношения к здоровью и установки на сохранение, укрепление и развитие как физического, так и психического здоровья у подростков.

МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ ПО ФОРМИРОВАНИЮ НАВЫКОВ ЗОЖ И ПРОФИЛАКТИКЕ УПОТРЕБЛЕНИЯ ПАВ У ДЕТЕЙ И ОБУЧАЮЩЕЙСЯ МОЛОДЕЖИ СРЕДСТВАМИ КУРСА «ОБЩЕСТВОЗНАНИЕ»

Исходя из положений ФГСО ООО можно сказать, что образовательные учреждения, на современном этапе, являются важнейшей составляющей в сохранении и укреплении здоровья учащихся благодаря здоровьесберегающим технологиям, которые в последнее время стали важнейшим компонентом школьных уроков, обеспечивающих школьнику возможность сохранения здоровья за период обучения в школе.

Когда речь идет о физическом и психическом здоровье, подразумевается не только развитие у человека двигательных умений, силы, ловкости, которые во многом формируются естественно при нормальном образе жизни, и не о здоровье в узком смысле, т. е. отсутствии морфологических и функциональных изменений. Речь идет о формировании здорового образа жизни, культуры тела и духа. Ученые доказывают, что здоровье не столько счастливая случайность, сколько следствие самовоспитания, поведения, стиля жизни, взглядов на жизнь, это способность к развитию, совершенствованию. Поэтому здоровью надо учить.

Примерно со второй половины XX в. в физическом и нравственном развитии молодежи наблюдаются серьезные проблемы – ухудшение здоровья, заболеваемость, неудовлетворительное физическое развитие; распространение курения, алкоголизма, наркомании; увеличение числа психически нездоровых молодых людей, групп молодежи с девиантным поведением. Значительная часть школьников ведет нездоровый образ жизни: недостаточность физических нагрузок, пребывание в закрытом помещении, в том числе у компьютера, отсутствие контактов с живой природой, нездоровое питание, отсутствие социально ценной деятельности, смысла жизни, пустое времяпрепровождение, сигареты, пиво, грубая речь.

В СМИ и в специальной литературе сообщается о наиболее распространенных болезнях молодежи: хронические болезни желудка и органов дыхания, зрения, нарушение осанки и др. Делаются пугающие выводы о том, что детей школьного возраста практически здоровыми нет. Постоянно растут показатели по венерическим заболеваниям, ВИЧ-инфекциям, гепатитам, абортam. Все это является прямым результатом образа жизни, где не первом месте стоят «психотропные удовольствия», ранняя половая жизнь. Это называется болезнями поведения.

Причины такого нездорового состояния части школьников можно разделить на две группы: социальные и педагогические. К первой группе относится общее социально-экономическое положение в стране, низкий уровень жизни большинства населения и

нездоровая морально-психологическая атмосфера в обществе, в том числе безответственное поведение взрослых. К группе педагогических проблем относятся: большая учебная нагрузка (перегрузка учебных планов, большой объем домашних заданий); малое количество уроков физкультуры и внеурочных оздоровительных и спортивных занятий. В связи с этим образовательные учреждения всех уровней проводят работу по физическому воспитанию, которое тесно связано с формированием здорового образа жизни школьников. Т.е. речь идет о предупреждении, профилактике вредных привычек и поведения, которые оказывают разрушительное воздействие на физическо-физиологическое здоровье и имеют серьезные морально-психологические и социальные последствия. Следовательно, задача школы по формированию здорового образа жизни – это привитие резко негативного отношения к такому поведению и образу жизни, его категорического неприятия и одновременно утверждение в сознании школьников социально одобряемых ценностей и поведения, не вредящего здоровью.

Предупреждать отклонения в поведении учащихся необходимо комплексно, в процессе преподавания почти всех предметов: на уроках биологии, анатомии, химии, физики и даже математики, с одной стороны; с другой стороны – на уроках литературы, истории, права, обществознания, музыки, физкультуры, безопасности жизни. Задача учителей в том, чтобы дать информацию о «саморазрушительном поведении», о средствах, «вызывающих химическую зависимость», сформировать способность к самоконтролю, способствовать переходу к социально одобряемым ценностям и индивидуально приемлемым норм поведения.

Основой формирования здорового образа жизни в деятельности учителей должны быть глубокие мировоззренческие, культурологические идеи о смысле человеческой жизни, идеалах, морали. Содержание такого обучения и воспитания не должно сводиться к «анти», т. е. к тому, чего не надо делать. Оно должно быть построено на утверждении идеала и норм здоровой, гармонической и счастливой жизни каждого. Учителя должны использовать все средства просвещения и пропаганды: не только лекции и объяснения, но и наглядные пособия, аудиовизуальные материалы, дискуссии, игры, в том числе и личное влияние, пример. Учителя не должны курить не говоря уже об алкоголе и наркотиках. Школьные психологи и учителя могут проводить тренинги по выработке поведения, сохраняющего здоровье и способствующего личностному росту.

Во внеурочной работе школы также имеются значительные возможности для такой работы, помимо пропаганды и просвещения, коими являются создание условий для альтернативного поведения, свободного от вредных модных увлечений, от зависимости. Имеется в виду главный закон воспитания – воспитывать, вовлекая в деятельность. Лучшее, что может сделать школа, – организовать интересную и содержательную жизнь детей и

подростков, предоставить возможности для разнообразных занятий: познавательных, исследовательских, художественных, технических, спортивных и др. Конечно, в этом школа должна тесно сотрудничать с общественными организациями и государственными учреждениями, а также обучать и привлекать родителей.

В системе общего образования, среди общественных и гуманитарных дисциплин, преподаваемых в школе, курс «Обществознание» занимает особое место. Особенность его состоит в том, что данный курс является не собственно наукой или ее разделом в системе научного знания, а учебной дисциплиной, призванной познакомить как с основами жизни общества, так и ввести в комплекс социальных, общественных и гуманитарных наук, которые будут изучаться в вузах. Но обществознание является наукой в том смысле, что знания, которые оно дает, получены, доказаны, систематизированы методами, принятыми в науке.

Среди учебных дисциплин, обществознание выполняет своими средствами те задачи, которые не могут выполнить другие учебные предметы. Задача образования по формированию у обучающихся адекватной современному уровню знаний картины мира, не может быть реализована без комплекса знаний об обществе и человеке, целостность которых обеспечивается интеграцией в курсе обществознания сведений из наук, изучающих различные стороны развития человека и общества.

Федеральным государственным образовательным стандартом основного общего образования (далее ФГОС ООО) учебный предмет «Обществознание» отнесен к общественно-научным предметам. Он строится на базе таких общественных наук, как социология, экономическая теория, политология, правоведение, культурология, психология и философия. Как подчеркивается в ФГОС ООО, задача развития и воспитания личности обучающихся является приоритетным при изучении общественно-научных предметов.

ФГОС ООО позволяет содержание обязательного минимума по обществознанию воплотить в учебных материалах, соответствующих возрастным особенностям учащихся раннего, а затем старшего подросткового возраста, их познавательным возможностям, потребностям, важным рубежам социального взросления, достигаемым в этот период (расширение дееспособности, получение паспорта, наступление возраста, для которого устанавливается законом уголовная ответственность за ряд правонарушений и т.д.).

Содержание обществоведческого образования предполагает изменение форм обучения, внедрение в практику приемов и методов. Использование в педагогическом процессе активного обучения (тренинг, дискуссии, деловые, ролевые, ситуативные игры, включение учащихся в реализацию социальных проектов в школе, микрорайоне и т.д.) существенно меняет позицию участников процесса обучения, характер их учебной коммуникации.

Важным условием реализации целей современной обществоведческой подготовки учащихся является активное использование учителем комплексов познавательных и практических заданий, которые учитывают содержательную и организационно-деятельностную специфику обществоведческого курса; опирается на учет интересов жизненного опыта учащихся при отборе методологических и методических оснований построения учебно-познавательной деятельности в обучении обществознанию.

Одно из важных мест в составе курса обществознания занимает социология, которая используя различные методы научного познания, осмысливает общественную жизнь как реальность, а не как общую абстракцию.

Социология отличается от других гуманитарных дисциплин своей опорой на практику в виде сбора статистических данных, требующих анализа с помощью характерной для этой науки методологии. Например, преподавая раздел социальных отношений, уместно оперировать конкретными, собранными на практике данными о различных взаимодействиях людей.

Особенность изучения социальной сферы в курсе школьного обществознания является зависимость ее изучения от постоянно происходящих социальных изменений, которые находят индивидуальное отражение в субъектном опыте учащихся при сохранении ценностного ядра и стабильности теоретических знаний.

В обязательный минимум содержания основных образовательных программ по обществознанию заложены следующие социальные вопросы, которые тесно связаны с формированием здорового образа жизни:

1. Общество как сложная динамическая система

Системное строение общества: элементы и подсистемы

Социальное взаимодействие и общественные отношения

Основные институты общества

Многовариантность общественного развития

Эволюция и революция как формы социального изменения

Понятие общественного прогресса

Процессы глобализации

Общество и человек перед лицом угроз и вызовов XXI века.

Социальные отношения

Социальные группы

Социальная стратификация

Социальный конфликт

Виды социальных норм
Социальный контроль
Социальная мобильность
Молодежь как социальная группа, особенности молодежной субкультуры
Этнические общности
Межнациональные отношения, этносоциальные конфликты, пути их разрешения,
Конституционные принципы национальной политики в Российской Федерации
Семья и брак
Проблема неполных семей
Современная демографическая ситуация в РФ
Религиозные объединения и организации в РФ
2. Человек в системе общественных отношений
Общественное и индивидуальное сознание
Социализация индивида
Социальная роль
Социальные роли в юношеском возрасте
Духовная жизнь человека
Самосознание индивида и социальное поведение
Ценности и нормы
Мотивы и предпочтения
Свобода и ответственность
Отклоняющееся поведение и его типы
Общественная значимость и личностный смысл образования
Знания, умения и навыки людей в условиях информационного общества

Данные социальные вопросы курса предполагают изучение вопросов физического и психического здоровья и позволяют формировать у учащихся знания о здоровье и здоровом образе жизни, стратегии социально-одобряемого поведения. Использование на уроках различных методов позволит наиболее эффективно мотивировать подрастающее поколение к формированию, сохранению и улучшению своего здоровья. Некоторые из социальных вопросов курса содержат валеологический аспект, ориентированный на углубление изучения темы в контексте сохранения физического и психического здоровья.

Основной задачей курса «Обществознание в привитии навыков ЗОЖ и профилактике употребления ПАВ у детей и обучающейся молодежи является формирование мировоззрения.

Мировоззрение складывается на базе тех знаний, навыков и умений, которые человек получает в самом раннем детстве. Именно знания формируют мировоззрение, а оно, в свою очередь формирует культуру человека. Мировоззрение эволюционирует вместе с человеком и продолжает видоизменяться в течение всей жизни, а также происходит трансформация моральных, нравственных, духовных норм и ценностей.

Исходя из реалий сегодняшнего дня, можно сказать, что мировоззрение современного человека находится в стадии становления и характеризуется противоречивостью. Сильное влияние огромного количества информации, которая сыплется на человека буквально со всех сторон (СМИ, интернет), вынуждает людей выбирать между вседозволенностью и ответственностью, потребительством и заботой о ближнем, глобализацией и патриотизмом, приближением глобальной катастрофы или поиском путей достижения гармонии с миром.

Это информационный поток, который влияет на различные аспекты мировоззрения человека, в том числе повлек за собой и переоценку здоровья, которое, на сегодняшний день больше рассматривается как стиль жизни, здоровый образ жизни приравнивается к модному стилю жизни. Можно безошибочно заметить, что стремление к здоровому образу жизни в последнее время возросло в разы.

По телевидению постоянно идет огромное количество различных передач на тему здоровья, реклама здоровых продуктов питания в СМИ и интернете, различных лекарственных препаратов и БАДов, которые подарят «вечную молодость и красоту», помогут похудеть и укрепить организм. В городах растет числа спортзалов и фитнес-студий, предлагающих различные виды физической активности, от классических тренировок (тренажеры, йога), до современных видов (пилатес, Pole Bance, стрейтчинг, кардиотренировки и пр.). Все больше появляется SPA-центров, позиционирующих себя как центры здоровья и красоты.

Такое положение вещей имеет две стороны. С одной, люди все больше программируют себя на физическую активность и выносливость, стремятся держать свое тело под контролем, проходят различные современные оздоровительные процедуры, при малейших симптомах болезни, вместо того, чтобы искать ее источник. Современная молодежь, все больше старается вести здоровый образ жизни без вредных привычек, так как это становится «немодно».

Другая сторона такого положения вещей – отрицательная. В погоне за здоровьем и красотой, человечество изнуряет себя постоянными тренировками, диетами, вкладывает огромные материальные средства в посещения фитнес-студий, спортзалов, SPA-центров и т.п. Материальные ценности все больше выходят на первый план, а нравственные и духовные, тускнеют.

В связи с этим, мировоззрение человека становится более примитивным, он не ощущает прекрасного, окружающий мир становится для него источником материального блага, необходимого для «модного» здорового образа жизни, много из того, что ранее было под запретом, становится нормой поведения.

Учитывая вышеперечисленные аспекты и опираясь на ПООП ООО, можно выделить основные разделы в курсе обществознания, где наиболее целесообразно рассматривать вопросы, связанные с ЗОЖ :

Человек. Деятельность человека

Общество

Социальные нормы

Социальная сфера жизни общества

Основы российского законодательства

При этом необходимо учитывать возрастные особенности восприятия и актуальности предлагаемого материала. Так, вопросы режима дня, питания, занятий спортом можно рассматривать в 6-7 классах (5-7, если обществознание ведется с 5 класса), тогда как вопросы, связанные с употреблением алкоголя и ПАВ, а также законодательство в этой сфере в 8-9 классах.

Если проанализировать учебники обществознания, различных авторских коллективов, входящие в ФПУ, то вопросы, связанные с ЗОЖ рассматриваются в основном в 6-7 классах и зачастую им отводится контекстная роль, в редких случаях рассматриваются комплексно и достаточно развернуто. Что касается изучения вопросов физического и психического здоровья в учебниках 8-9 классов, то конкретных тем в учебниках нет. Вопросы психического здоровья затрагиваются в ходе изучения тем «Личность и общество», «Сфера духовной культуры», «Социальные права».

Из всего содержания, большое значение имеют темы «Отклоняющееся поведение» и «Социальная сфера». Изучение этого вопроса затрагивает очень важные аспекты физического и психического здоровья: само отклоняющееся поведение; опасность наркомании и алкоголизма для человека и общества; социальная значимость здорового образа жизни; причины отклоняющегося поведения; оценка опасных последствий наркомании и алкоголизма для человека и общества; оценка социального значения здорового образа жизни.

Предмет «Обществознание» в основной школе изучается с 6 по 9 класс. Общее количество времени на четыре года обучения составляет 140 часов. Общая недельная нагрузка в каждом году обучения составляет 1 час.

В предлагаемом тематическом планировании, представлено несколько тем, оптимально подходящих для интегрирования тематики ЗОЖ и употребления ПАВ без ущерба для изучения курса обществознания и подготовки к итоговой аттестации обучающихся. УМК, на основе которого показано рассмотрение вопросов ЗОЖ, отличается наиболее выгодным сочетанием основного и дополнительного материала, а также ссылками на мультимедийные ресурсы, необходимые для поиска недостающей информации.

Изучение содержания курса обществознания в основной школе должно осуществляться во взаимосвязи с содержанием программ дополнительного образования, деятельностью детских общественных организаций, реальной жизнью школьного коллектива. Важнейшей целью этой работы является формирование потребности в осознанном следовании социальным нормам и развитие правосознания, а также формирование нетерпимости к правонарушениям, наркомании, другим проявлениям негативного отклоняющегося поведения.

Достижение поставленных целей, успешное овладение учебным содержанием обществоведческого курса обеспечивается использованием разнообразных средств и методов активного обучения, в т.ч. организации самостоятельной активной учебной и исследовательской деятельности школьников.

Развитию у обучающихся 6–9 классов готовности к правомерному и нравственно одобряемому поведению поможет реконструкция и анализ с позиций норм морали и права типичных социальных ситуаций, сложившихся практик поведения.

Особого внимания требует использование в учебном процессе компьютерных технологий. Они существенно расширяют доступ к разнообразным источникам социальной информации: позволяют привлечь огромный круг аудио- визуальных материалов иллюстративного характера, нормативных документов, статистических ресурсов, сообщений СМИ и многое другое. Однако следует также отчетливо осознавать границы применения ИКТ, уделять необходимое внимание развитию аналитических и коммуникативных умений школьников.

Необходимым условием успешности изучения данного предмета выступает определенная оснащенность учебной деятельности источниками и учебно-познавательными средствами. В учебном кабинете обществознания целесообразно иметь тексты Конституции Российской Федерации, важнейших законодательных актов; тематические таблицы и другие средства наглядности. При использовании ИКТ могут быть привлечены электронные приложения к учебникам, Интернет, а также созданные для основной школы цифровые образовательные ресурсы.