**ПОТРЕБНОСТЬ В ЗДОРОВОМ ОБРАЗЕ ЖИЗНИ**

**КАК РЕСУРС ЛИЧНОСТНОГО РАЗВИТИЯ ПОДРОСТКОВ**

|  |
| --- |
|  |

И.В. Алексеев

ФГКОУ «Ульяновское гвардейское суворовское военное училище МО РФ»

**Аннотация:**актуальность статьи определяется представлением опыта построения специального воспитательного воздействия с целью формирования и развития у суворовцев потребности в здоровом образе жизни, как важнейшего условия ее личностного развития.

На основании систематизации опыта воспитательной работы автор дает описание одного из алгоритмов конструктивного взаимодействия с обучающимися суворовского военного училища. В материалы статьи включены принципы развития и активизации гражданской позиции обучающихся 10 класса,дается обозначение форм организации профилактической работы по пропаганде здорового образа жизни, а также перечень условий, необходимых для обеспечения данного вида воспитательной работы.

***Ключевые слова:***потребность в здоровом образе жизни, активная жизненная позиция, суворовцы, ресурс личностного развития.

Ульяновское суворовское училище в полном объеме и в соответствии с требованиями современного государственного стандарта качественно реализует программу воспитания и обучения суворовцев с 5 по11 классы. Уникальность традиций и патриотическая направленность воспитания, ориентация на высокое качество обучения, широкие возможности профессионального становления в связи с профильным и дополнительным образованием предъявляют высокие требования к формированию гармонично развитой личности с активной жизненной позицией.

Немаловажную роль в данном процессе играет уровень сформированности гражданской позиции подростка, включающей в себя отношение к проблеме сохранения здоровья, актуализации потребности в здоровом образе жизни.

Опыт практической деятельности в работе с суворовцами 6 учебного курса (10 класс) по данной проблематике позволил сформулировать цели, задачи, основные направления и алгоритмы построения воспитательной работы, методы, формы работы.

***Потребность в здоровом образе жизни*** становится актуальной только в тот момент, когда выходит на уровень личностно – значимой для человека (насыщена ценностным смыслом).

Потребность в реализации здорового образа жизни является естественной, но формируется и развивается в процессе специально организованного воспитательного воздействия.

Анализ, систематизация и обобщение опыта воспитательной работы по актуализации потребности в ЗОЖ у суворовцев курса позволили обозначить и сформулировать подходы и алгоритмы конструктивного взаимодействия, ориентированного на личностное развитие и саморазвитие подростков. Один из данных алгоритмов: *«Творчество – успех – активная жизненная позиция».*

**Творчество**

**-** естественная движущая сила развивающейся личности;

*-* многогранная возможность для самовыражения и самоактуализации подростка.

**Успех**

**-** физическоеразвитие (внешняя привлекательность)

**-** развитие навыков рефлексии (осознание возможностей);

**-** развитие адекватной самооценки, позитивного самовосприятия («Я способен»);

**-** формирование и развитие личной шкалы притязаний в настоящий момент времени («Я могу достичь этого сегодня»);

**-** выработка перспективных жизненных целей, осознание качества личностных изменений в соответствии с целеполаганием («Я смогу этого достичь в будущем. Для этого мне нужно…»);

**Активная жизненная позиция –** это приобретенное качество, которое развивается и совершенствуется на протяжении всей жизнедеятельности человека в зависимости от условий, в которые попадает личность. Онане просто характеризует ее внутренний мир, а раскрывает меру участия человека в разрешении общественных противоречий и использования этой активности для собственного всестороннего развития.

**Принципы развития и активизации гражданской позиции обучающихся 10 класса**

1. Принцип осознанности и рефлексии. Предполагает ответы суворовцев на вопросы: «Для чего (с какой целью) я это делаю?», «К какому результату я планирую прийти?», «Что мне помогало в работе и чему мне необходимо научиться?», «Мои сильные и слабые стороны (в ситуации успеха, неудачи, личностного взаимодействия)?», «Что бы я посоветовал ребятам, которые будут выполнять похожие задания?», «Как я могу использовать приобретенные знания в жизни?»
2. Вариативность форм и методов работы (информационная беседа – диспут, творческая гостиная, круглый стол, конкурс (литературный, музыкальный, художественный (с использованием фото- и видеоматериалов)), творческий проект, авторские презентации и т.д.).
3. Принцип максимального вовлечения всех ребят курса в процесс сотворчества.
4. Принцип возрастающей самостоятельности.
5. Формирование и развитие умения гибко встраивать приобретенный опыт практической деятельности (решение задачи, процесс коммуникативного взаимодействия и т.д.) в новую ситуацию с элементами возрастающей трудности: степень участия и самостоятельности в реализации проекта; сложность в приобретении и обработке информации; требование к качеству оформления работы; поиск альтернативных вариантов решения проблемных ситуаций.
6. Опора на патриотическое воспитание.

**Формы организации профилактической работы по пропаганде здорового образа жизни**

**-** уроки, занятия в системе дополнительного образования, мероприятия по плану учебно-воспитательной работы курса;

- мероприятия по пропаганде ЗОЖ, реализуемые на уровне учебного курса (творческие проекты: презентации, образцы авторского литературного и изобразительного творчества, музыкальные композиции).

Выполняются:

* суворовцами в индивидуальном режиме, в творческих объединениях;
* под руководством старшего воспитателя, воспитателей курса, педагога – психолога.

- участие в мероприятиях по пропаганде ЗОЖ на уровне училища;

- участие в мероприятиях на уровне города.

Опыт работы с суворовцами позволяет обозначить ряд условий, способствующих выработке потребности в здоровом образе жизни:

- скоординированное взаимодействиевсех участников образовательного процесса в работе по пропаганде и реализации обучающимися ЗОЖ (представители администрации, воспитательного и учебного отделов, медицинские работники, преподаватели и воспитатели курса, педагог – психолог, родители (законные представители));

- своевременное, систематичное, отвечающее возрастным потребностям и запросам информирование подростков по вопросам профилактики пагубных привычек, пропаганды и воспитания потребности в ЗОЖ;

- стимулирование и поощрение всех проявлений подростков в работе над собой, самовоспитании и саморазвитии (объявление благодарности и занесение ее в личное дело суворовцу, поощрение в виде более раннего отъезда в каникулярный отпуск, демонстрация достижений воспитанников курса посредством сайта училища);

- использование возможностей разнообразных видов спорта в качестве стимула для физического совершенствования подростков, их дальнейшего профессионального самоопределения (четырехборье, пулевая стрельба);

- максимальное обращение к творческому потенциалу воспитанников, запускающему механизм творческой самореализации и поведенческой активности.

**Библиографический список, интернет – ресурсы:**

1. Метод проектов в школе: теория и практика применения: учебно – методическое пособие/Т.Н. Полякова. – М.: ООО «ТИД «Русское слово - РС», 2011.
2. Волков Б.С. Психология подростка. 5-е изд. – СПб.: Питер, 2010.
3. Равен Дж. Компетентность в современном обществе: выявление, развитие и реализация. М., 2002.
4. www.molodezh79.ru/component/k2/item/440-aktivnaya-grajdanskaya-poziciya
5. docpsy.ru/lektsii/sotsialnaya-psikhologiya/1581-zhiznennaja-pozitsija-kak-integralnyj-kriterij-sotsializatsii.html
6. nsportal.ru/shkola/klassnoe-rukovodstvo/library/formirovanie-aktivnoi-grazhdanskoi-pozitsii-u-shkolnikov