**ФОРМИРОВАНИЕ ЦЕННОСТНОГО ОТНОШЕНИЯ ПОДРОСТКОВ К ЗДОРОВОМУ ОБРАЗУ ЖИЗНИ**

Учитель ОБЖ Плотников Андрей Вячеславович

ММБОУ СОШ №70 город Воронеж, Воронежской области.

Здоровье является важнейшим фактором гармоничного развития и работоспособности детских организмов, а также одной из самых актуальных проблем, которая определяет будущее любой страны.

Ни для кого не секрет, что в последнее годы отмечается тенденция ухудшения здоровья детей в возрасте 10–17 лет. Так как большую часть своего времени подростки проводят в школе, данная проблема является не только медицинской, но и педагогической.

Именно школа должна закладывать основы здоровья и основы здорового образа жизни (ЗОЖ ), и, конечно же, формировать ценностное отношение к здоровью.

Обращаясь к федеральному государственному образовательному стандарту общего образования (ФГОС ОО), мы видим, что личностные результаты освоения основной образовательной программы полного (среднего) общего образования должны отражать:

- формирование ценности здорового и безопасного образа жизни, усвоение правил индивидуального и коллективного безопасного поведения в чрезвычайных ситуациях, угрожающих жизни и здоровью людей и т. д.

Это означает, что деятельность каждого учителя должна способствовать формированию у обучающихся ценностного отношения к здоровью и здоровому образу жизни.

 При этом особо важная роль принадлежит курсу «Основы безопасности жизнедеятельности» (ОБЖ ). Почему? Значимость школьного курса ОБЖ в формировании у подростков ценностного отношения к здоровому образу жизни определяется самим содержанием курса.

Требования к предметным результатам освоения курса «Основы безопасности жизнедеятельности», определенные ФГОС ОО , включают: «…формирование убеждения в необходимости безопасного и здорового образа жизни; …формирование установки на здоровый образ жизни, исключающий употребление алкоголя, наркотиков, курение и нанесение иного вреда здоровью…» [4, С. 8].

Содержательные возможности курса ОБЖ определяются примерной программой по данному предмету, разработанной на основе ФГОС ОО .

За основу проектирования структуры и содержания примерной программы принят модульный принцип ее построения и комплексный подход к наполнению содержания для формирования у учащихся современного уровня культуры безопасности жизнедеятельности, индивидуальной системы ЗОЖ и антитеррористического поведения.

Примерная программа курса ОБЖ включает три содержательных модуля:

«Основы безопасности личности, общества и государства»; «Основы военной

службы»; «Основы медицинских знаний и здорового образа жизни».

Действующие учебные программы курса ОБЖ разработаны на основе ФГОС ОО и с учетом содержания примерной учебной программы.

Рассмотрим, как предусматривается изучение основ здорового образа жизни, на примере содержания учебной программы по ОБЖ для старшей школы авторов С. В. Алексеева и др.

В программе С.В. Алексеева и др. выделен отдельный раздел «Основы здорового образа жизни», на который отведено учебных 7 часов (изучение основ медицинских знаний предусмотрено разделом «Первая помощь при неотложных состояниях», 14 часов).

 Раздел «Основы здорового образа жизни» включает следующие темы: «Здоровый образ жизни и его составляющие», «Вредные привычки: дань моде или путь к самоуничтожению?», «Сердечнососудистые заболевания», «Загрязнение окружающей среды и здоровье человека», «Инфекционные заболевания и их профилактика», «Нехарактерные для России инфекционные заболевания и пути их распространения», «Сексуальные отношения и здоровье» [2].

Следует отметить методические особенности учебника ОБЖ авторов С.В.Алексеева и др. Учебный раздел начинается с повторения изученного ранее материала, представленного в виде диалога учеников (Саши и Маши) и учителя. Помимо вопросов и заданий для самостоятельной работы, имеющихся по окончании каждого параграфа, учебник содержит вопросы для тестового самоконтроля и ситуационные задачи по материалу раздела, а также рекомендации по проектной деятельности школьников.

В частности, в разделе «Основы здорового образа жизни» предлагаются следующие темы для групповых учебных проектов: «Изучение готовности курящих людей отказаться от курения»; «Изучение шумового загрязнения в микрорайоне школы»; «Изучение качества питьевой воды» и др. [1].

Вопросы здорового образа жизни отражены в содержании всех учебников, включенных в Федеральный перечень (авторов А.Т. Смирнова, В.Н. Латчука, Ю.Л. Воробьева и др.); каждый из учебников имеет свои методические особенности. При этом актуальным является вопрос о педагогических возможностях качественного обучения ОБЖ на уроках, что обусловлено дефицитом учебного времени.

Дело в том, что в соответствии с базисными учебными планами общего образования, курс ОБЖ изучается в основной

школе только в 8-ом классе из расчета 1час в неделю (всего 35 часов); в старшей школе (10, 11 класс) также по одному часу в неделю (всего 70 часов).

 То есть на освоение всего школьного курса ОБЖ определено 105 часов урочного времени, что вступает в глубокое противоречие с объемом содержания курса и требованиям к результатам его освоения, в том числе личностным. Безусловно, количество учебных часов может быть увеличено за счет регионального и школьного компонентов учебного плана и это реализуется во многих учреждениях.

 Однако в большинстве общеобразовательных учреждений проблема нехватки учебных часов по ОБЖ остается, особенно это касается учреждений повышенного уровня (гимназий и лицеев). В этой связи особая роль в освоении курса отводится внеурочной и внеклассной работе.

Значимость внеурочной и внеклассной работы в формировании ценностного отношения к здоровью и здоровому образу жизни усиливается и комплексом других

причин, одна из которых – интенсификация обучения. Интенсификация обучения, неподкрепленная системой оздоровительных мероприятий, приводит к значительным изменениям в состоянии здоровья школьников.

 Конечно, преподаватели разных дисциплин (не только ОБЖ ) обсуждают вопросы здоровья на уроках, но этого

недостаточно. Чтобы повлиять на восприятие и отношение подростков к вопросам

здоровья, нужно использовать различные формы, технологии и методы обучения.

Как показывает практика, целесообразны организация работы кружков и клубов по интересам, «Дней здоровья» и «Недель здоровья», проведение соревнований, дискуссий, лекций, тематических вечеров, деловых игр и др. [3].

Педагоги должны идти в ногу со временем и понимать, что сейчас важно для подростков, что их беспокоит, чем они занимаются, какой образ жизни ведут, что они не понимают.

 Только при таком подходе, предполагающем использование различных форм, технологий и методов обучения, школа сможет вовлечь подростков в столь важную тему и помочь сформировать ценностное отношение к здоровью и здоровому образу жизни.

Успех в формировании у учащихся ценностного отношения к ЗОЖ зависит от педагога, его собственной заинтересованности в этом, любви к делу, к детям, от его валеологической культуры.

**Список литературы**

1. Алексеев, С. В. Основы безопасности жизнедеятельности: 10–11 классы:базовый уровень : учебник для учащихся общеобразовательных организаций.3-е изд. / С. В. Алексеев, С. П. Данченко,Г. А. Костецкая [и др.]. – М. : ВентанаГраф, 2018. – 416 с. ; ил.

2. А лексеев, С. В. Основы безопасности жизнедеятельности: 10–11 классы:методическое пособие / С. В. Алексеев,С. П. Данченко, Г. А. Костецкая. – М. :

Вентана-Граф, 2015. – 120 с.

3. К остецкая, Г. А. Современные педагогические технологии в обучении школьников основам безопасности жизнедеятельности / Г. А. Костецкая // Безопасность жизнедеятельности: наука, образование, практика : материалы VI

Межрегиональной научно-практической конференции с международным участием (28 ноября 2015 г., Южно-Сахалинск) : сборник научных статей / сост.:С. В . Абрамова, Е. Н. Бояров ; под ред.: И. Г. Минервина, В. В. Моисеева. – Южно-Сахалинск : СахГУ , 2016. – С. 67–71