

## ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА И СПОРТ КАК ЭФФЕКТИВНЫЙ ИНСТРУМЕНТ ОРГАНИЗАЦИИ РАБОТЫ С СЕМЬЯМИ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ПРОФИЛАКТИКЕ СОЦИАЛЬНО НЕГАТИВНЫХ ЯВЛЕНИЙ

*Матвеева Елена Валерьевна,  
методист  
МБУ ДО ЦДТ «Спектр» г. о. Самара*

Деструктивное поведение – это поведение, которое причиняет вред самому человеку или окружающим его людям. Сущность его заключается в том, что оно является способом справиться с негативными эмоциями и переживаниями, привлечь внимание окружающих или получить контроль над ситуацией и может проявляться в различных формах: агрессивное поведение (драки, издевательства, запугивание, угрозы), самоповреждение (нанесение себе телесных повреждений, попытки самоубийства), вандализм (порча чужого имущества общественной или частной значимости), злоупотребление психоактивными веществами (употребление табака, спиртных напитков и наркотиков), расстройства пищевого поведения (переедание, булимия, анорексия), девиантное поведение (бродяжничество, воровство, ложь, побеги из дома) [2].

Другими словами, когда внутренний мир человека подвергается опасности, он начинает разрушать все вокруг: проявляет грубость по отношению к людям или животным, портит имущество, совершает насильственные действия и т. д. Чаще всего такое поведение свойственно подросткам, ведь они переживают в своей жизни переломные моменты, сталкиваются с первыми проблемами в обществе, непониманием со стороны взрослых, в результате чего происходят деструктивные изменения личности, которые выражаются в разрушительных поступках.

Дети стремятся поскорее стать взрослыми, освободиться от родительского контроля. Они начинают делать все наперекор, выражая таким образом свой протест, и ведут себя так, как это делает их кумир. Авторитетом может быть тот, кто склоняет детей к плохим поступкам. Подростки легко поддаются воздействию, поэтому, попадая в неблагополучную компанию, они быстро перенимают соответствующую модель поведения.

Конечно, особое влияние на развитие деструктивного поведения оказывает семья, ведь именно она прививает ребенку определенные нормы, правила и ценности. Дети копируют поведение родителей, на них оказывают влияние все процессы, которые происходят внутри семьи. Речь идет не только о взаимоотношениях, но и социальном статусе, материальном положении, уровне образования и т. д. Если конструктивная модель поведения является нормой в семье ребенка, все члены семьи проявляют заботу друг о друге, решают проблемы разумными способами, а не посредством скандалов и упреков, ребенок не видит постоянных ссор и растет в гармоничной обстановке, то в его жизни маловероятно развитие такого отклонения. Если происходит наоборот, то вероятность предпосылок для проявления деструктивного поведения возрастает.

Основное правило, которое необходимо учитывать, чтобы избежать развития деструктивного поведения личности – это позаботиться о его профилактике. Профилактика деструктивного поведения заключается в формировании определенных качеств, социализации личности. Она начинается в семье и продолжается в учебных заведениях, поэтому важно уделять особое внимание адаптации детей к обществу, закладывать нормы и правила поведения, формировать правильное мировоззрение.

Важную роль в профилактике деструктивного поведения у несовершеннолетних играют физическая культура и спорт. Физическая активность способствует укреплению физического и психического здоровья, а также развитию дисциплины, самоконтроля и уважения к себе и окружающим. Участие в спортивных мероприятиях и занятиях физической культурой также способствует формированию позитивных социальных связей, формированию дружеских отношений и уменьшению вероятности вовлечения детей и подростков в деструктивные действия. Занятия спортом могут стать альтернативой вредным привычкам, а также помогают управлять своими эмоциями и формировать позитивное отношение к себе.

Необходимо подчеркнуть, что физическая культура и спорт не являются панацеей от деструктивного поведения, но они могут быть эффективным дополнительным инструментом в комплексном подходе к профилактике. Комбинирование физической активности с социальным и эмоциональным обучением, поддержкой родителей и педагогов, а также создание безопасной образовательной среды являются ключевыми факторами в успешной профилактике деструктивного поведения.

Следует обратить внимание, что интеграция физической культуры и спорта в систему профилактики деструктивного поведения среди несовершеннолетних может столкнуться с несколькими вызовами. Во-первых, это сопротивление подростков. Они могут быть негативно настроены по отношению к физической активности и спорту, предпочитать проводить время за компьютерными играми или в социальных сетях, а также иметь низкую самооценку или неуверенность в своих спортивных навыках. Предложение им участвовать в физической активности может вызвать сопротивление и отрицательные реакции.

Во-вторых, это доступность и ресурсы. Недостаток средств может ограничивать доступ подростков к спортивным мероприятиям. Необходимость в специализированном оборудовании, тренажерах и инфраструктуре может стать преградой для реализации образовательных программ.

В-третьих, подростки имеют различные интересы и способности. Некоторым может нравиться командный спорт, такой как футбол или баскетбол, в то время как другие предпочитают индивидуальные виды спорта, такие как плавание или теннис. Поэтому важно создать разнообразные возможности для подростков, чтобы они могли найти спортивную деятельность, которая соответствует их интересам и способностям.

В-четвертых, это социальные барьеры. Различия в социальном статусе, положении в обществе и культурных особенностях могут создавать барьеры для участия определенных групп подростков в спортивных мероприятиях. Например, некоторые культуры могут препятствовать участию девочек в спортивных мероприятиях, а другие могут придавать большое значение спортивным достижениям, что создает дополнительное давление на подростков.

Учитывая данные факторы, важно создать комплексный подход, объединяющий усилия образовательного учреждения и семьи для эффективной профилактики деструктивного поведения несовершеннолетних.

Для решения данной задачи в ЦДТ «Спектр» организована совместная работа с родителями по пропаганде здорового образа жизни, что способствует более тесному дружественному общению родителей, детей и педагогов. Семья должна быть примером поведения для подростка, именно поэтому важны совместные занятия, чтобы каждый член семьи осознал важность здорового образа жизни и сплоченности в борьбе с вредными факторами и асоциальным поведением. Сегодня, когда родители зачастую испытывают трудности в общении с собственным ребенком, наиболее эффективны такие формы работы, на которых знания преподносятся в процессе активного взаимодействия педагога, родителей и детей.

Для организации различных акций и профилактических мероприятий по пропаганде здорового образа жизни, педагогами нашего Центра используется разовая игровая программа, не требующая особой подготовки участников. Дети и родители включаются в нее непосредственно в ходе мероприятия. При этом предлагаемые задания могут быть самыми разнообразными: спортивные игры и забавы, подвижные игры и конкурсы. В коллективных играх проявляются и развиваются личностные качества: эмоциональность, активность, нацеленность на успех, готовность к командной деятельности и взаимопомощи.

Для укрепления семейных отношений сотрудники ЦДТ «Спектр» ежегодно проводят спортивные соревнования с участием родителей: футбольные, шахматные и шашечные турниры, легкоатлетические кроссы и состязания тяжелоатлетов, велопробеги, лыжные гонки и семейные эстафеты. Такие мероприятия способствуют активному отдыху, улучшают физическую форму и здоровье участников, а также создают позитивные эмоции. Занимаясь спортом вместе, родители и дети учатся работать в команде и понимать важность поддержки друг друга.

Другой эффективной формой взаимодействия с родителями является мастер-класс. Педагоги ЦДТ «Спектр» часто используют данный метод привлечения родителей к физической куль-

туре и спорту: проводят демонстрацию и объяснение основных принципов и правил выбранного их детьми вида спорта; показывают, как правильно выполнять упражнения и объясняют, почему это важно для развития ребенка; предлагают родителям выполнить некоторые упражнения и почувствовать на себе, как это работает. А если мастер-класс проводят дети, а учениками становятся их родители, то взаимопонимание в семье вырастет в разы. В Центре такие тренинги часто проводят в объединениях по спортивному метанию ножа, рукопашному бою и карате. В итоге родители получают больше информации о спортивной деятельности своих детей, улучшаются их взаимоотношения, а также повышается интерес к здоровому образу жизни и спорту.

Отличную форму работы с родителями предоставляет Центр тестирования ВФСК ГТО «Спектр» – совместное выполнение нормативов ГТО всей семьей. Это позволяет укреплять взаимосвязь между родителями и детьми, вдохновлять на поддержку друг друга, а совместное преодоление сложностей приносит радость от общего достижения результатов. Комплекс ГТО способствует развитию физической подготовки всей семьи, помогает формировать здоровый образ жизни и заинтересованность в занятиях спортом. Как показывает опыт работы Центра тестирования, с каждым годом все больше родителей проходят испытания вместе со своими детьми.

Хочется выделить один из прикладных навыков в испытаниях ВФСК ГТО – туристский поход, который в данном аспекте можно считать отдельной, весьма эффективной и интересной формой взаимодействия с родителями. Поход способствует укреплению семейных отношений, так как позволяет провести время вместе, наслаждаясь природой. При этом родители и дети должны выполнить целый ряд заданий, проводимых в виде квеста: собрать разные виды костров и установить палатку, продемонстрировать навыки ориентирования на местности и вязки основных туристских узлов, преодолеть определенную дистанцию со спусками и подъемами, научиться оказывать первую помощь при травмах и транспортировать пострадавших. Так, справляясь с препятствиями и поддерживая друг друга, участники, выполнив одно задание, получают подсказку для выполнения следующего, что является эффективным средством повышения двигательной активности и мотивационной готовности к познанию, исследованию, а главное, сплочения семьи.

Таким образом, совместное занятие физической культурой и яркий пример родителей – это то, что положительно влияет на физическое и духовно-нравственное развитие детей, способствует укреплению института семьи, а также профилактике бесцельного времяпрепровождения. Следовательно, взаимодействие родителей, педагогов и самих обучающихся позволяет эффективно решать проблему и оздоровления детей, и профилактики деструктивного поведения.

### *Литература*

1. Алексеенко Н. Н. Мероприятия по профилактике деструктивного поведения подростков в условиях физкультурно-спортивной организации / Н. Н. Алексеенко, М. Н. Аникина. – Красноярск: КГКУ «КИРФКС», 2022. – 57 с.
2. Барвинская А. Деструктивное поведение: формы, выявление и профилактика. – URL: <https://4brain.ru/blog/destruktivnoe-povedenie-formy-vyjavlenie-i-profilaktika/> (дата обращения: 08.02.2024).
3. Литвинова Е. В. Спорт как средство профилактики девиантного поведения ребенка // Вестник науки. – 2022. – № 2(47). – С. 21–22.
4. Методические рекомендации по внедрению в практику образовательных организаций современных разработок в сфере профилактики деструктивного поведения подростков и молодежи (на основе разработок российских ученых). – М.: ФИОКО, 2021. – 62 с.