

Отзыв на программу «Всё, что тебя касается»

Комплексная программа по формированию навыков здорового образа жизни у подростков «**Всё, что тебя касается**» разработана Российской некоммерческой организацией - Фонд «Здоровая Россия».

Известно, что здоровье человека зависит от множества факторов, в том числе на 15-20 процентов от генетических факторов, 20-25 процентов – от состояния окружающей среды, 10-15 процентов – от медицинского обеспечения и 50-55 процентов – от условий и образа жизни. Из этого следует, что определяющим фактором сохранения здоровья человека является его поведение и образ жизни.

В указанной программе ценным является именно то, что ее основной целью является формированию мотивации подростков к здоровому образу жизни и их ответственного поведения по сохранению и укреплению своего здоровья.

Несомненным достоинством программы является то, что она ориентируется на актуальные для подросткового возраста ценности и потребности: развитие навыков эффективной коммуникации, потребность в самореализации, умение справляться со стрессами и разрешать конфликтные ситуации. При этом здоровье и здоровый образ жизни рассматриваются как неременный залог успешного достижения жизненных целей.

Основными компонентами программы является не только тренинговый курс для подростков, но и программа организации их досуга, обучение медицинских работников консультированию подростков по вопросам репродуктивного здоровья, а также проведение кампании в СМИ для актуализации темы здоровья и здорового образа жизни в молодежной среде.

Программа «Всё, что тебя касается» базируется на комплексном подходе к теме здоровья и позволяет обсуждать с подростками различные аспекты здоровья: физическое здоровье, психическое здоровье, нравственное здоровье, репродуктивное здоровье в их непосредственной связи и взаимовлиянии. Построение курса имеет определенную логику, обеспечивающую устойчивый интерес подростков к программе и всесторонне раскрытие заявленной темы. Содержание занятий хорошо структурировано, подробно и понятно описан алгоритм выполнения упражнений и их последующего обсуждения.

Кроме того, помимо заявленных образовательных и воспитательных целей, данная программа является еще и альтернативным способом проведения досуга для подростков, что является важным фактором в формировании здорового образа жизни.

В целом можно оценить программу «Всё, что тебя касается» как актуальную, своевременную, разработанную с учетом возрастных особенностей подростков и представляющую несомненный практический интерес для педагогических работников.

Начальник отдела государственной политики по обеспечению безопасной деятельности обучающихся, воспитанников и профилактике асоциальных явлений
Минобрнауки России, кандидат психологических наук



Т.Ю. Федотова