**ФИТНЕС-ТЕХНОЛОГИИ КАК СРЕДСТВО КОРРЕКЦИИ ДЕВИАНТНОГО ПОВЕДЕНИЯ**

**ПОДРОСТКОВ**

В последние годы в России возросла численность подростков, для которых цель жизни сводится к достижению материального благополучия любой ценой, к наживе любыми способами. Труд и учеба утратили общественную ценность и значимость, стали носить прагматический характер – больше получать благ, привилегий, меньше работать и учиться. Такая позиция подростков приобретает все более открытые и воинствующие формы, порождая новую волну потребительства, часто провоцирующую поведенческие девиации. Положение с поведенческими девиациями усугубляется еще больше экономической ситуацией в стране.

В числе причин роста отклоняющегося поведения особо следует выделить недостатки воспитательной работы с подростками, неэффективность организации работы с ними на уроке и во внеурочное время, неумение учителя преодолеть недостатки, связанные с индивидуальными особенностями девиантных подростков, а также утрата многими общественными институтами воспитательных функций, исключение из проводимой общественной политики целенаправленной воспитательной работы по предупреждению девиантного поведения подростков.

Согласно Стратегии развития физической культуры и спорта в Российской Федерации на период до 2020г., одним из приоритетных направлений в физическом воспитании учащихся должно стать: создание в образовательных учреждениях условий, содействующих укреплению физического и психического здоровья учащихся, профилактике социально-негативных явлений средствами физической культуры и спорта; поиск новых привлекательных форм, методов и средств организации физкультурно-спортивных занятий, призванных обеспечить укрепление здоровья и повышение физической подготовленности. Особое значение в силу негативной возрастной динамики девиантного поведения приобретает своевременная профилактика отклонений в поведении детей и подростков, которая может решаться с помощью применения технологий физической культуры и спорта, а именно, с помощью фитнес-технологий.

Программно-содержательное и методическое обеспечение профилактики девиантного поведения подростков с использованием средств и методов фитнеса должно строиться с учетом следующих положений: 1)оздоровительно-профилактическая направленность фитнеса, способствующая формированию устойчивого интереса к систематическим занятиям физическими упражнениями; 2) адекватность средств и методов фитнеса личностным особенностям подростков, их интересам и потребностям, с использованием педагогических приемов, направленных на снижение уровня тревожности и агрессивности, повышение самооценки личности, развитие физических и нравственно-этических качеств, повышение мотиваций к учебной и физкультурно-оздоровительной деятельности. Все это обуславливает актуальность выбранной темы.

Цель исследования– выявить влияние фитнес-технологий на снижение уровня девиантного поведения подростков.

Объект исследования– коррекция девиантного поведения подростков методами и средствами фитнеса.

Предмет исследования – фитнес-технологии как средство коррекции девиантного поведения подростков.

Гипотеза исследования– коррекция девиантного поведения подростков будет эффективной, если будут: обусловлены теоретические основы коррекции девиантного поведения подростков, проводиться мониторинг девиантного поведения подростков, разработаны и апробированы программы физкультурно-спортивных мероприятий, разработаны практические рекомендаций по профилактике и коррекции девиантного поведения подростков.

Задачи исследования**:**

1. Выявить уровень здоровья, физического развития и физической подготовленности подростков, посещающих занятия по фитнесу.
2. Провести диагностику по выявлению девиантного поведения подростков.
3. Разработать и апробировать программу физкультурно-оздоровительных мероприятий по фитнесу.
4. Рассмотреть эффективность используемой программы для коррекции девиантного поведения подростков.

Методы исследования**:**

1.Анализ научно-методической литературы.

2.Диагностическое сопровождение.

3.Педагогический эксперимент.

4.Методы математической статистики.

Практическое исследование было проведено на базе Муниципального бюджетного образовательного учреждения «Средняя школа № 51 им.А.М. Аблукова» в период с 01 сентября 2016г. по 31 мая 2017г.

На первом этапе были сформулированы цели, поставлены основные задачи, изучен опыт работы по данной проблеме в образовательном учреждении, составлена программа исследования с соответствующим планом профилактических и коррекционных мероприятий среди подростков с девиантным поведением, проведена выборка респондентов на основании изучения документации учащихся 6-х классов, которая была предоставлена социальным педагогом и педагогом-психологом школы. Из 68 учеников трех классов были отобраны 15 подростков, склонных к различным отклонениям в поведении, из них: 12 мальчиков и 3 девочки. Семеро подростков состоят на внутришкольном учете, один – на учете в инспекции по делам несовершеннолетних, также на этом этапе была проведена первичная диагностика девиантного поведения подростков.

На втором этапе реализации программы было проведено непосредственное сопровождение процесса профилактики и коррекции девиантного поведения подростков с применением выбранных методов: диагностические методы (тестирование, оценка, самооценка); эмпирические методы (наблюдение и самонаблюдение, метод экспертных оценок); опросные методы (беседа, интервью, анкетирование), графическая интерпретация результатов исследования), вовлечение указанной категории детей в физкультурно- спортивные мероприятия (посещение секции фитнеса, участие подростков в соревнованиях).

На третьем этапе осуществлялась повторная диагностика с целью оценки эффективности проведенной работы с подростками с девиантным поведением. Она дала возможность сделать соответствующие выводы и сформулировать рекомендации, направленные на решение этой проблемы. В рамках эксперимента была предложена программа по фитнесу, направленная на профилактику и коррекцию девиантного поведения подростков. Прежде, чем испытать ее в действии, была проведена первичная диагностика девиантного поведения подростков с помощью методики диагностики склонности к отклоняющемуся поведению (А.Н.Орел), ее задачей было измерение готовности (склонности) подростков к реализации различных форм отклоняющегося поведения (склонности к преодолению норм и правил, склонности к аддиктивному (зависимому) поведению, склонности к самоповреждающему и саморазрушающему поведению. По итогам первичной диагностики среди учащихся шестых классов были получены следующие результаты:

Большинство участников склонны демонстрировать строгое соблюдение даже малозначительных социальных норм, умышленно стремятся показать себя в лучшем свете, настороженно относятся к ситуации обследования, у них выражены склонности противопоставлять собственные нормы и ценности групповым, имеются тенденции «нарушать спокойствие», искать трудности, которые можно было бы преодолеть. Программа по фитнесу включала три блока: групповые занятия, индивидуальные занятия и беседы о рациональном питании.

1-й блок **–** Данный блок предусматривал проведение групповых занятий, содержание которых составляли общефизические упражнения, различные подвижные и спортивные игры, спортивные соревнования на демонстрацию физических способностей. При проведении игр всегда обсуждались их правила и назначение. Все игры были командного характера, предусматривающие постоянное сотрудничество и взаимодействие подростков с девиантным поведением как между собой, так и с другими подростками. Данные игры способствуют формированию умения выслушивать друг друга и договариваться, находить единое решение для достижения поставленной цели.С каждым последующим занятием чувствовалась все большая заинтересованность подростков в процессе.

2-й блок **–** Данный блок предусматривал составление индивидуальных программ тренировок и индивидуальные занятия с инструктором. На первом занятии были проведены контрольные замеры и оценено физическое состояние участников эксперимента. По результатам этого тестирования для каждого подростка была составлена программа индивидуальных тренировок непосредственно под руководством педагога-инструктора. Если сначала подростки вели себя вызывающе, посмеивались друг над другом, то через определенное время, когда вновь проводились контрольные замеры и участники эксперимента увидели положительный результат, их интерес к занятиям еще более возрос, стали проявляться такие качества, как сила воли, решительность, дисциплинированность.

3-й блок **–** Данный блок предусматривал беседы о правильном питании и составление программ рационального питания.

В процессе проведения таких занятий участники постепенно включались в беседу, выслушивали рекомендации, отвечали на вопросы. Когда подросткам было предложено самостоятельно составить программу питания, они достаточно активно принялись за выполнение предложенной задачи. При обсуждении программ подростки слушали отвечающих и с желанием рассказывали о своих программах. На каждом занятии разработанной и реализованной в ходе проведения практического исследования программы присутствовали все 15 участников исследования (12 мальчиков и 3 девочки).

После проведенных мероприятий с подростками с девиантным поведением была проведена повторная диагностика девиантного поведения у учащихся шестых классов, которая позволила оценить эффективность профилактической работы. Подводя итоги повторной диагностики девиантного поведения подростков можно отметить, что у всех подростков произошли изменения по различным шкалам.

Для подведения определенных выводов необходимо не только большее количество исследуемых, но и большие временные рамки. В виду этого допускаем небольшую долю условности в измерении итогов и степени эффективности проведенного эксперимента. По результатам проведенного исследования можно сделать следующие выводы:

1.Изучение и систематизация теоретических и практических данных по заявленной проблеме позволило определить содержание понятий «девиантное поведение подростков» выделить их основные виды, подходы.

2.Разработанная программа профилактических мероприятий с применением современных фитнес-технологий с подростками девиантного поведения способствуют снижению отклоняющегося поведения. Подростки начали активнее включаться в общественную работу в своих классах, уважительнее относиться к одноклассникам, учителям, принимать участие в различных школьных мероприятиях.

3.По итогам проведенных мероприятий количество учащихся, состоящих на внутришкольном учете, снизилось с 7 до 2 подростков, а подросток, состоящий на учете в инспекции по делам несовершеннолетних, снят с учета. . 4. Наличие систематизированной программы по профилактике девиантного поведения среди подростков дает значительно более заметный положительный эффект, чем единичные разовые разрозненные мероприятия. Если же ставить прогнозы на будущее, то однозначно можно сказать, что, проделав эту работу до конца, поведение школьников изменится к лучшему.

Таким образом, коррекция девиантного поведения подростков – творческий процесс, обязывающий учителей физической культуры, педагогов-тренеров, инструкторов проводить поиск и реализовывать эффективные подходы, методы и приемы формирования интереса к занятиям физической культурой и спортом, успешной адаптации к социальной среде, условиям и требованиям современного общества.

**ЛИТЕРАТУРА**

1. Девиантное поведение детей и подростков: проблемы и пути их решения / Под ред. В.А. Никитина. - М., 1996.
2. Жуков М.Н. Воспитание детей и подростков с девиантным поведением с использованием средств физической культуры и спорта: Монография. - Ярославль: 2004. 356 с.
3. Менделевич В.Д. Психология девиантного поведения. Учебное пособие. — СПб.: Речь, 2005. – 445 с 36
4. Миннегалиев, М.М. Роль физической культуры и спорта в профилактике девиантного поведения учащейся молодежи // Актуальные проблемы физической культуры, спорта и туризма : материалы Междунар. науч.-практ. конф. / Уфимский гос. авиац. техн. ун-т. - Уфа, 2010. - С. 313-315.
5. Соломченко, М. А. Основы управления физической культурой и спортом в современных социально-экономических условиях : учеб. пособие / М.А. Соломченко, Р.А. Прохоров. - Орел : Изд-во Орловского гос. ун-та, 2009. - 148 c.