

5. Толмачев Р. А. Адаптивная физическая культура и реабилитация слепых и слабовидящих / Р. А. Толмачев. М.: Советский спорт, 2004. 108 с.

УДК 378.14

**УЧЕБНЫЙ КУРС «СОЦИАЛЬНАЯ РАБОТА С РАЗНЫМИ ГРУППАМИ НАСЕЛЕНИЯ В СФЕРЕ СПОРТА, ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ» И ЕГО ЗНАЧЕНИЕ В ОБУЧЕНИИ МАГИСТРОВ ПО НАПРАВЛЕНИЮ ПОДГОТОВКИ «СОЦИАЛЬНАЯ РАБОТА» В СФЕРЕ ЗОЖ**  
**TRAINING COURSE «SOCIAL WORK WITH DIFFERENT POPULATION GROUPS IN SPORT, PHYSICAL CULTURE AND HEALTHY LIFESTYLE» AND ITS IMPORTANCE IN THE TRAINING OF MASTERS IN THE DIRECTION OF TRAINING «SOCIAL WORK» IN THE FIELD OF HEALTHY LIFESTYLES**

*Карасева А. С.*

*Мордовский государственный университет имени Н. П. Огарёва*

*г. Саранск, Россия*

*S. Karaseva. Mordovian State University, Saransk*

[\*karaseva.alena@inbox.ru\*](mailto:karaseva.alena@inbox.ru)

**Аннотация.** В статье анализируются аспекты здорового образа жизни.

**Annotation.** The article analyzes the main aspects of healthy lifestyle.

**Ключевые слова:** социальная работа, здоровый образ жизни.

**Key words:** social work, healthy way of life.

ЗОЖ включает следующие компоненты: 1) сознательное создание условий труда, способствующих сохранению здоровья и повышению работоспособности; 2) активное участие в культурных мероприятиях, занятиях физкультурой и спортом, отказ от пассивных форм отдыха, тренировка психических способностей, аутотренинг, отказ от вредных привычек (употребления алкоголя, курения), рациональное, сбалансированное питание, соблюдение правил личной гигиены, создание нормальных условий в семье; 3) формирование межличностных отношений в трудовых коллективах, семьях, отношения к больным и инвалидам; 4) бережное отношение к окружающей среде, природе, высокую культуру поведения на работе, в общественных местах и транспорте; 5) сознательное участие в профилактических мероприятиях, проводимых медицинскими учреждениями, выполнение врачебных предписаний, умение оказывать первую медицинскую помощь, чтение популярной медицинской литературы [2, с. 14].

Стремясь создать оптимальные и наиболее эффективные технологии социальной работы, связанные с формированием ЗОЖ клиентов, специалисты разрабатывают базовые модели, которые позволяют обеспечить единые методические подходы в данном виде деятельности, учесть специфику профессиональной социальной работы с различными контингентами населения

в отдельных областях медицины или системе социальной защиты. К сожалению, здоровьесберегающих технологий в современной российской социальной работе явно недостаточно. Этому немало причин [1, с. 73].

В рамках профиля магистерской программы «Социальная работа в сфере спорта, физической культуры и здорового образа жизни» в Мордовском государственном университете имени Н. П. Огарева на кафедре социальной работы преподается курс «Социальная работа с разными группами населения в сфере спорта, физической культуры и здорового образа жизни», который направлен на формирование системных представлений о содержании и методах социальной работы с различными группами населения в сфере спорта, физической культуры и здорового образа жизни, а также на приобретение знаний и умений для оказания социальной помощи различным категориям клиентов в данной сфере [3, с. 124].

Основными задачами курса являются: – формирование знаний и представлений о разных формах социальной работы с различными группами населения в сфере спорта, физической культуры и здорового образа жизни; – овладение общими методами и технологиями социальной работы с различными группами населения в сфере спорта, физической культуры и здорового образа жизни; – изучение и осмысление региональных особенностей социальной работы с различными группами населения в сфере спорта, физической культуры и здорового образа жизни (на примере Республики Мордовия); – овладение студентами практическими навыками работы с различными группами населения в целях повышения эффективности социальной работы в конкретном социуме.

Учебная дисциплина «Социальная работа с различными группами населения в сфере спорта, физической культуры и здорового образа жизни» относится к дисциплинам профессионального цикла базовой (общепрофессиональной) части. Данный курс читается после ряда общепрофессиональных дисциплин. Программа курса предназначена для подготовки магистров по социальной работе, формирует научно-исследовательские и технологические навыки, дополняет, обогащает и углубляет проблематику теории и практики социальной работы. Данная дисциплина в сочетании с другими профессиональными дисциплинами призвана готовить магистров, способных выполнять разнообразные виды профессиональной деятельности в сфере социальной работы в целом.

В результате изучения дисциплины «Социальная работа с различными группами населения в сфере спорта, физической культуры и здорового образа жизни» магистрант должен знать:

- основы социальной культуры современного общества; основные тенденции и проблемы развития социальной работы;
- теоретические, нормативно-правовые основы социальной работы;
- основные понятия, категории и термины, относящиеся к данному курсу;
- технологии, методы, приемы и специфические направления оказания помощи различным группам населения; а также уметь использовать социокультурные основы в социальной поддержке населения;

- использовать профессиональные знания в решении проблем социального оздоровления личности, общества, государства, в совершении психосоциальной, структурной и комплексно ориентированной социальной работы;

- давать объективную оценку социальным явлениям и процессам, учитывать специфику анализируемого явления, социального факта, логически обосновывать высказанное положение, понимать потребности общества, личности, группы в решении возникающих проблем, использовать разнообразный инструментарий как механизм регулирования социальных действий;

- использовать методы и технологии проведения индивидуальной и групповой работы с клиентами различных групп населения по решению социальных проблем.

Так, например, в рамках данного курса магистры рассматривают следующую тематику: специфика социальной работы с детьми в сфере организации здорового образа жизни; социальная работа с инвалидами в сфере физкультуры и спорта; формы и методы социальной работы с пожилыми людьми в сфере физкультуры и здорового образа жизни; особенности социальной работы с молодежью в сфере спорта и физкультуры; здоровый образ жизни как профилактика девиантного поведения; особенности социальной работы с профессиональными спортсменами; социальная работа со спортсменами и членами их семьи, оказавшихся в трудной жизненной ситуации; особенности социальной работы с тренерами и спортивными судьями; формы и методы социальной работы с болельщиками.

Таким образом, курс «Социальная работа с разными группами населения в сфере спорта, физической культуры и здорового образа жизни», является одним из основных, в рамках профиля магистерской программы «Социальная работа в сфере спорта, физической культуры и здорового образа жизни». В перечень образовательных технологий включены различные образовательные интерактивные формы обучения. Значение курса определяется целью и задачами курса, а также перечнем овладения компетенций.

### **Литература**

1. *Абдулахамидова Б.Н.* Социальная работа и формирование здорового образа жизни / Б.Н. Абдулахамидова // Отечественный журнал социальной работы. – 2011. – № 4. – С. 73-77.

2. *Вайнер Э.Н.* Социальные аспекты здоровья и здорового образа жизни // Валеология – 1998. – № 3. – С. 13-14.

3. *Савинов Л.И.* Из опыта подготовки магистров социальной работы на кафедре социальной работы Мордовского государственного университета им. Н. П. Огарева / Л.И. Савинов, Е.В. Камышова // Отечественный журнал социальной работы. – 2013. – № 4. – С. 121-127.