

ЛИТЕРАТУРА

1. Голощапов Б.Р. История физической культуры и спорта: Учеб. пособие для студентов / Б.Р. Голощапов. — М.: Издательский центр «Академия», 2002. 48 стр.
2. Готовцев П.И. Долголетие и физическая культура Издательство: Физкультура и спорт, 1985 50 стр.
3. Ильинича. В.И. — Гардарики М, Физическая культура студента: Учебник , 2004. 109 стр.
4. Царик А.В. О культуре физической и духовной. Гигиена физкультуры / А.В. Царик.- М.: Знание,2005. 93 стр.

THE LITERATURE

1. Goloshchapov BR History of Physical Culture and Sports: Proc. allowance for students / BR Goloshchapov. - M.: Publishing Center "Academy", 2002. 48 p.
2. Gotovtsev PI Longevity and physical education Publisher: Physical Culture and Sports, 1985 50 p.
3. Pyinich. VI - Gardariki M, Physical Education student: Textbook, 2004. 109 p.
4. AV Tsarik On the culture of physical and spiritual. Health Physical Education / AV Tsarik.- M.: Knowledge, 2005. 93 p.

THE HISTORY OF THE DEVELOPMENT OF PHYSICAL CULTURE IN RUSSIA

*Telyatnik O.L student,
The Orlovsky State agricultural University,*

УДК УДК 338.486:711.2

РОЛЬ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ В ПРОФИЛАКТИКЕ НАРКОМАНИИ

*Сангинова Любовь Станиславовна,
студентка группы ДД-302,
Российский государственный профессионально-педагогический
университет
Екатеринбург, Россия*

Аннотация. В работе показана роль физической культуры в улучшении функционального состояния организма, сохранении и укреплении здоровья человека, рассматриваются проблемы наркомании.

Ключевые слова: физическая культура, сохранение и укрепление здоровья, наркомания, профилактика, здоровый образ жизни, спорт, средства физической культуры.

Abstract. The article describes the role of physical culture in the improvement of the functional state of the body, maintaining and promoting human health, deals with the problems of drug addiction.

Keywords: physical education, preservation and promotion of health, substance abuse, prevention, healthy lifestyle, sports, means of physical culture.

Важным направлением в современной концепции охраны здоровья граждан является предупреждение таких социально - значимых явлений как наркомания, токсикомания и алкоголизм. Значительную опасность для стран мирового сообщества представляет сегодня распространение наркомании в подростковой и молодежной среде. Решение данной проблемы становится для России

важнейшей государственной задачей. Распространение наркомании как угрозы будущему страны усугубляется продолжающимся общим системным кризисом общества, глубинными социально-экономическими преобразованиями.

В стратегии, направленной на снижение спроса на наркотики, важнейшее место занимает приобщение подростков и молодежи к занятиям физической культурой и спортом, всестороннее вовлечение их в сферу физкультурно-спортивной профилактической деятельности [6; 35].

Как показывает опыт средства физической культуры и спорта обладают универсальной способностью в комплексе решать проблемы повышения уровня здоровья и формирования здорового морально-психологического климата в обществе в целом. Известно, что занятия физической культурой и спортом являются основным средством поддержания и укрепления здоровья и профилактики различных заболеваний и вредных привычек.

Причем использование физической активности спорта требует незначительных затрат государства. Под профилактикой наркомании следует понимать совокупность мероприятий политического, экономического, правового, социального, медицинского, педагогического, культурного, физкультурно-спортивного и иного характера, направленных на предупреждение возникновения и распространения наркомании [12; 3].

Осуществление этих мероприятий будет способствовать:

- максимальному привлечению детей и молодежи к занятиям физической культурой и спортом, в первую очередь в системе образования;
- развитию спортивно-оздоровительной работы с детьми по месту жительства, во внеурочное время;
- расширению форм организации досуга в системе детско-юношеских подростковых клубов, которые должны функционировать при вузах, общеобразовательных школах, профессиональных учебных заведениях [4; 38].

Целью данной работы является обоснование роли физической культуры в системе мероприятий по профилактике наркомании среди подростков и молодежи.

В стратегии, направленной на снижение спроса на наркотики, важнейшее место занимает приобщение подростков и молодежи к занятиям физической культурой и спортом, всестороннее вовлечение их в сферу физкультурно-спортивной профилактической деятельности [9; 50]. В настоящее время в борьбе с наркоманией основной упор должен делаться на меры ранней профилактики использования наркотических и токсических психотропных веществ [1; 203]. В этой связи специалисты видят необходимость развивать профилактическую антинаркотическую работу по следующим направлениям:

- наращивание информационного воздействия на подростков и молодежь [2; 24];
- культивирование здорового образа жизни, создание моды на него;
- активное вовлечение молодых людей в физкультурно-спортивную деятельность [1; 203];

- внедрение в образовательную практику инновационных педагогических и здоровьесберегающих технологий, обеспечивающих развитие ценностей здорового образа жизни [5; 15].

Важнейшим звеном в профилактике наркомании должны стать образовательные учреждения (школы, ВУЗы, колледжи), которые, к сожалению, пока принимают в этой работе недостаточное участие. Необходимо внести существенные коррективы в систему подготовки специалистов физической культуры и ориентировать их на активную работу по профилактике наркомании среди подростков и молодежи. Как показали исследования, убедительные аргументы в антинаркотической пропаганде до сих пор не найдены.

Для профилактики наркомании у подростков средствами физической культуры и спорта необходимо:

- воспитание потребности в физическом совершенствовании и здоровом образе жизни;

- формирование системы теоретических знаний и практических умений в области физической культуры;

- полноценное использование средств физической культуры для профилактики заболеваний, сохранения и укрепления здоровья, овладение умениями по самоконтролю в процессе физкультурно-спортивных занятий;

- включение студентов в активную физкультурно-спортивную деятельность по освоению ценностей физической культуры. Организационно-педагогические условия реализации развития физкультурно-оздоровительной работы в вузе;

- разработка конкретного, комплекса организационно-методических, пропагандистских и воспитательных мер, способных вывести на новый уровень развитие физической культуры и спорта;

- организация физкультурно-оздоровительной работы в высшем профессиональном образовательном учреждении;

- повышение престижности и общественной значимости занятий физической культурой и спортом;

- оптимальное сочетание процессов вовлечения людей в практические занятия физической культурой и расширение, углубление их знаний о ценностях средств физической культуры и спорта [6; 72] .

Проведенный анализ научных работ подтверждает, что физкультура и спорт являются одними из ведущих компонентов формирования здоровья студентов и профилактики девиантных отклонений.

На данном этапе необходимо максимальное вовлечение студентов в активную физкультурно-спортивную деятельность по освоению ценностей физического воспитания, а также совершенствование форм и направленности пропаганды физической культуры и спорта.

Проблема наркомании современного общества особенно остро проявляется в последние годы.

Борьба с наркоманией - это не только борьба с одной из опаснейших вредных привычек, это борьба за сохранение здоровья народа, более того - это борьба за его существование. Остановить этот процесс можно, только изменив

менталитет человека. А для этого необходимо в течение длительного срока вести целенаправленное гигиеническое воспитание, формируя здоровый образ жизни, повышая образовательные аспекты сферы физической культуры и спорта.

Здоровый образ жизни, как решающий фактор укрепления здоровья, является не только условием социального благополучия, социальной мобильности, социальной успешности, но и критерием социальной защищенности человека.

Мировой и отечественный опыт показывает, что средства физической культуры и спорта обладают универсальной способностью в комплексе решать проблемы повышения здоровья населения, воспитания и образования молодых людей, формировать здоровый морально-психологический климат в обществе [11; 3]. Пониманию того, что будущее страны невозможно без здоровых физически и духовно развитых членов общества, способствует усилению роли физической культуры и спорта в деятельности по укреплению государства [10; 12].

Огромный социальный потенциал физической культуры и спорта необходимо в полной мере использовать в профилактике наркомании, поскольку это наименее затратный и наиболее результативный рычаг морального и физического оздоровления подрастающего поколения. Но к глубокому сожалению, физическая культура и профилактика наркомании сосуществуют практически независимо друг от друга, достаточно редко соприкасаясь.

Для проведения эффективной и целенаправленной работы с детьми групп социального риска средствами физической культуры и спорта мнения специалистов разделились: одни ученые Ю. В. Окуньков, В. А. Лащинский, А. С. Султанов, предлагают использовать массовую физическую культуру как средство отвлечения от вредных привычек, другие В. Н. Сергеев, В. П. Черкашин, С. П. Евсеев, Н. В. Паршикова, считают, что необходимо подбирать специфические физические упражнения для коррекции физического, нравственного и психоэмоционального состояния подростков.

В настоящее время мы находимся только на этапе накопления материалов об эффективности средств физической культуры и спорта для профилактики наркомании в подростковой среде, но еще научно не обоснованы принципы использования физической активности в системе профилактики и противодействия распространению наркомании в обществе, не разработаны педагогические технологии со школьниками асоциального поведения. Нерешенность многих проблем профилактической антинаркотической социальной активности средствами физической культуры и спорта, противоречивость взглядов специалистов определяют необходимость проведения дальнейших научных исследований в данном проблемном поле [7; 29].

Физическая культура, в единстве с нормами здорового образа жизни, обеспечивает практическое решение вопросов по сохранению и укреплению здоровья человека.

Способствуя физическому развитию, расширению физических возможностей, физическая культура влияет практически на все стороны жизнедеятельно-

сти человека: развивает духовно-нравственные качества личности, усиливает мотивацию ее саморазвития, осуществляет социальную адаптацию, помогает адекватно реагировать на стрессовые факторы окружающей среды, формирует потребность в здоровом образе жизни, обеспечивает сохранение и укрепление здоровья на протяжении всей жизни человека [3; 95].

ЛИТЕРАТУРА

1. Анашкина А.П. Подходы к формированию знаний об основах здорового образа жизни // Физическая культура и спорт в профилактике наркомании и преступности среди молодежи: Матер. Всерос. науч.-практ. конф. Краснодар: КубГАФК, 2002. - С. 203-204.

2. Бальсевич В.К. Концепция альтернативных форм организации физического воспитания детей и молодежи // Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. 1996. - № 1. - С. 23-25.

3. Еремка Е.В., Шокотко Т.В., Баланова С.Г., Балакирева Е.А., Якушонок Н.В. Роль физической культуры и спорта в жизни современного человека // Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту. - №10. - Харків. - 2006. - С. 94-96

4. Кабачков В. А., Чебураев В.С., Петров В. К., Тюленьков Сергей Юрьевич, Куренцов В. А. Концепция профилактики наркомании среди детей, подростков и молодежи средствами физической культуры и спорта / А.В. Кабачков // Журнал вестник спортивной науки. – 2003 № 3. – С. 35-43

5. Коваленко Н.В. Непрерывное физическое воспитание и его роль в развитии школьников и сохранения их здоровья: Автореф. дис. . канд. пед. наук. Кемерово, 2002. - 21 с.

6. Комков А.Г. Повышение уровня физической активности школьников как средства профилактики наркомании // Спорт против наркотиков: Матер, межрегион, науч.-практ. конф. М.: Советский спорт, 2002.- С. 69-75.

7. Корчагина Г.А., Евсеев С.П. Критерии эффективности профилактических мероприятий наркоманий в сфере физической культуры и спорта: Методическое пособие. СПб: СПбГАФК им. П.Ф. Лесгафта, 2004. -48 с.

8. Лекарева В. Л. Современная стратегия социального воспитания// Спорт против наркотиков: Матер, межрегион, науч.-практ. конф. М.: Советский спорт, 2002. - С. 89-91.

9. Лях В.И., Копылов Ю.А., Малыхина М.В. Физическое воспитание учащихся общеобразовательной школы: состояние, перспективы и пути реорганизации // Теория и практика физической культуры. -1998.- №9.- С. 49-51.

10. Паршиков А.Т., Виноградов П.А., Моченов В.П., Изаак С.И. Концепция профилактики наркомании среди детей, подростков и молодежи средствами физической культуры. М.: ООО «Монтэс Инвест», 2002. -24 с.

11. Рожков П.А. Развитие физкультуры и спорта приоритетное направление социальной политики государства // Теория и практика физической культуры. - 2002. - № 1. - С. 2-8.

12. О наркотических средствах и психотропных веществах: федеральный закон Государственной Думы РФ в ред. от 3 февраля 2015г. № 3 (не опубликован).

13.

THE LITERATURE

1. Anashkina A.P. Approaches to the formation of knowledge about the basics of a healthy lifestyle // Physical Culture and Sport in the prevention of drug abuse and youth crime: Mater. Proc. scientific and practical. Conf. Krasnodar KubGAFK, 2002. - P. 203-204.

2. Balsevich V.K. The concept of alternative forms of organization of physical education of children and young people // Physical culture: education, education and training. 1996. - № 1. - P. 23-25.

3. Eremko E.V. Shokotko T.V., Balanova S.G., Balakirev E.A., Yakushonok N.V. Rol physical culture and sports in modern life // Pedagogika, psihologiya that health biologichni problemi fizichnogo vihovannya i sport. - №10. - Harkiv. - 2006. - P. 94-96

4. Kabachkov V.A., V.S., Cheburaev Petrov V.K. Tyulenkov Sergey, Kurentsov V.A. concept of prevention among children, adolescents and young people by means of physical culture and sports / AV Zucchini // Journal Gazette sports science. - 2003 № 3. - P. 35-43
5. Kovalenko N.V. Continuous physical education and its role in the development of pupils and the preservation of their health: Author. dis. . cand. ped. Sciences. Kemerovo, 2002. - 21 p.
6. Komkov A.G. Increased physical activity of schoolchildren as a means of preventing drug addiction // Sports against drugs: Mater, Mezregion, scientific and practical. Conf. M. : Soviet Sport, 2002.- p. 69-75.
7. Korchagin G.A., S.P. Evseev Criteria for the effectiveness of preventive measures of drug addiction in physical education and sport: a textbook. St. Petersburg: SPbGAFK them. PF Lesgafta, 2004. -48 p.
8. Lekareva V.L. The current strategy of social education // Sports against drugs: Mater, Mezregion, scientific and practical. Conf. M. : Soviet Sport, 2002. - P. 89-91.
9. Lyakh V.I. Kopylov Yu., Malychina M.V. Physical education students of secondary schools: state, perspectives and ways of reorganizing // Theory and Practice of Physical Culture. - 1998.- №9.-P. 49-51.
10. Parshikov A.T., P.A. Vinogradov, Mochenov V.P., Izaak S.I. The concept of prevention of drug abuse among children, adolescents and young people by means of physical culture. Ltd. M. : "Montes Invest", 2002. -24 p.
11. Rozhkov P.A. Development of physical culture and sports priority social policy // Theory and Practice of Physical Culture. - 2002. - № 1. -P. 2-8.
12. On Narcotic Drugs and Psychotropic Substances Act: Federal law of the State Duma of the Russian Federation in the red. dated February 3, 2015. Number 3 (not published).

THE ROLE OF PHYSICAL TRAINING IN DRUG PREVENTION

Sanginova L.S.

the student of DD-302

The Russian State Vocational Pedagogical University

Ekaterinburg, Russia

УДК УДК 338.48

ЗДОРОВЬЕ СОВРЕМЕННОЙ УЧАЩЕЙСЯ МОЛОДЕЖИ

Коробова Надежда Александровна,

магистр Уральского федерального университета им. первого Президента

России Б.Н.Ельцина

Созонова Татьяна Александровна,

преподаватель Уральского федерального университета

им. первого Президента России Б.Н.Ельцина

Екатеринбург, Россия

Аннотация. Статья содержит теоретические и методические материалы по проблеме здоровья современной учащейся молодежи.

Ключевые слова. Здоровье, учащаяся молодежь.

Abstract. The article contains theoretical and methodological materials on the problem of modern health students.

Keywords. Health, students.