

несчастные случаи, спортивный травматизм в школах быстро сойдет на нет.

Библиографический список:

1. Велитченко В. К. Физкультура без травм. / В. К. Велитченко. М. – Просвещение. 1993. 127 с.
2. Техника безопасности на уроках физкультуры. М. - Спорт-АкадемПресс / 2001. 340 с.
<http://fizkult1.narod.ru/fizkvna4alnshkole/travmotizm1nalroke1fizi41kulturi.htm>

Гарцева С., Ольховская Е.Б.

Российский государственный профессионально-педагогический университет,
г. Екатеринбург, Свердловская область, Россия

СОВРЕМЕННЫЕ ТАНЦЫ В ФИЗИЧЕСКОМ ВОСПИТАНИИ СТУДЕНТОВ

Аннотация. Показаны возможность использования современных танцев в физическом воспитании студентов, в нравственном и эстетическом становлении молодежи.

Ключевые слова: физическое воспитание, современные танцы, студенты

Современные исследования в области физического воспитания студентов отмечают высокие информационные и эмоциональные нагрузки на организм, и в то же время низкий уровень культуры здорового образа жизни связанный с неспособностью эффективно организовывать свой труд и отдых, а порой и не желанием к самостоятельным занятиям физической культурой и спортом. Синдромы «ранней и хронической усталости» возникают на фоне снижения двигательной активности молодежи, что усугубляет и так существующую отрицательную ситуацию. Все это сказывается на утрате культурных ценностей в общественном сознании, а также отрицательно влияет на физическое состояние будущих специалистов.

В настоящее время использование элементов танца в физическом воспитании студентов получило большое распространение и этому способствовало увлечение молодежи танцевальными видами спорта. Хореография как сценическое искусство имеет свою специфику и свою систему воспитания и обучения.

Современное хореографическое искусство сформировалось на ос-

нове американского и европейского танца Модерн и танца Постмодерн. В танце человек и его душа через движения свободно выражают свои чувства, эмоции, переживания и стремления. Современный танец обладает характерными чертами: чередование плавных и ломаных движений, классической постановкой осанки, ног и рук, резкие и плавные прыжки, падения. Активно используют специальные техники, различные дыхательные методики. В парном или групповом танце используются поддержки, огромная роль отводится импровизации.

Танцевальные элементы легче всего интегрируются с элементами степ-аэробики, которая является частью образовательной программы предмета «Физическая культура», в свою очередь, элементы степ-аэробики полезны для укрепления мышц и используются при отработке танцевальных движений на занятиях во внеурочное время. Использование танцевальной хореографии на уроках физической культуры способствует физическому и духовно-нравственному развитию обучающихся. Приобщение студентов к истокам народных, и, в частности, русских, танцев содействует повышению интереса к исконно русским традициям.

Надо отметить, что в то же время организация подобного вида занятий, кроме определенной физической подготовленности студентов, требует достаточной оснащенности материально-технической базы спортивных площадок: спортивный зал должен быть оборудован зеркалами, видео- и аудио аппаратурой, специальным инвентарем.

Наиболее популярным направлением в современной молодежной танцевальной культуре, безусловно, являются «хип-хоп танцы». Название этого танца переводится как «мелко прыгать», соответственно и сам танец характеризуется большим количеством разнообразных прыжков. В «хип-хоп танцах» движения тела полностью подчинены музыкальному ритму, поэтому они могут быть мягкими и расслабленными или же наоборот резкими и агрессивными. Отличительным моментом является то, что большинство используемых движений обращено в пол, поэтому ноги всегда немного расслаблены, а корпус посажен достаточно низко.

Современное хореографическое искусство способствует выходу отрицательной энергии у студентов, наполняет их бодростью, удовлетворяет потребность в массовом общении со сверстниками, дает возможность содержательно провести время, познакомиться, подружиться.

Таким образом, использование современной хореографии основанной на учете психоэмоциональных характеристик и физических возможностей студентов, их мотиваций и интересов, обеспечивает более высокий, чем в обычных условиях урока физической культуры, прирост уровня физической подготовленности, способствует улучшению самочувствия и настроения, повышает функциональные возможности и снижает заболеваемость.

Библиографический список:

1. Семенова И.Е. Преподавание хореографических дисциплин для тренеров и исполнителей спортивных танцев: учеб. пособие / И.Е. Семенова. – М.: РГАФК, 1999. – 44 с.

Гончарук С.В., Гардузенко А.О.

Белгородский Государственный Национальный
Исследовательский Университет
г. Белгород, Белгородская область, Россия

ПРОФИЛАКТИКА НАРКОМАНИИ В ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ СРЕДЕ РФ

Аннотация. Значительную опасность для мирового сообщества представляет распространение наркомании. Важнейшим звеном в профилактике должны стать образовательные учреждения.

Значительную опасность для стран мирового сообщества сегодня представляет распространение наркомании в подростковой и молодёжной среде. Важнейшим звеном в профилактике наркомании должны стать образовательные учреждения. Необходимо внести существенные коррективы в систему подготовки специалистов физической культуры и ориентировать их на активную работу по профилактике наркомании среди подростков и молодежи.

В процессе физического воспитания используются разработанные комплексы физических упражнений в сочетании с естественными силами природы и гигиеническими факторами для формирования двигательных умений, специальных знаний, воспитания физических качеств и разностороннего морфофункционального совершенствования организма в соответствии с требованиями общества. Другими словами, физическое воспитание, как педагогический процесс, призвано управлять физическим развитием и физическим образованием людей[1].

Высокие темпы роста наркомании и связанной с ней подростковой преступностью показывают наглядно, что подростки составляют наиболее криминально активную часть населения, а ее ежегодный рост дает основание предполагать, что в ближайшее время положительные сдвиги маловероятны, если не будут приняты кардинальные меры по улучшению системы профилактики злоупотребления наркотиками. Поэтому в сложившейся ситуации поиски новых моделей, форм, методов и средств профилактики наркомании нужно рассматривать как необходимое условие выхода из общего кризиса[2]. В сложившихся условиях в профилак-