

4. Ковтюк Н. І. Динаміка формування розмірів таза у дівчат шкільного віку Чернівецької області [Текст] / Н.І. Ковтюк // Клінічна анатомія та оперативна хірургія, 2004. Т. № 3. С. 48–49.

5. Лумпова О. М. Антропометрическая и индексная оценки показателей физического развития девушек юношеского возраста Прибайкалья [Текст] / О. М. Лумпова, М. М. Колокольцев, В. Ю. Лебединский // Сибирский медицинский журнал (г. Иркутск). 2011. Т. 104. №5. С. 98–101.

6. Richard N. Bergman, D. Stefanovski, Thomas A. Buchanan A Better Index of Body Adiposity [Text]. Obesity (Silver Spring). 2011 May; 19(5): P. 1083–1089.

THE LITERATURE

1. Andreyev V. O. Pathogenetically sound method of differential diagnosis of disorders of menstrual function in women with underweight [Text] / V. O. Andreeva, L. Yu. Shabanov // Ros. Vestnik. obstetrician-gynecologist. 2008 V.8. № 3. P. 62-66.

2. Galkina T. N. Anthropometric characteristics of female students of medical institute, Penza State University [Text] / T. N. Galkina O. V. Kalmin // Proceedings of the universities. Volga region. Medical sciences. 2015. № 1 (33). P. 121-125.

3. Egorycheva E. V. Characteristic physical development, functional status and physical fitness of female students with a deficit of body weight [Text] / E. V. Egorycheva // Theory and Practice of Physical Culture: the electron. Magazine, 2014. № 10. P. 23-26.

4. Kovtyuk N. I Dynamics forming a basin the size of school-age girls in Chernivtsi region [Text] / N. I Kovtyuk // Clinical Anatomy and Operative Surgery, T. 2004. № 3. P. 48-49.

5. Lumpova O. M Anthropometric index and evaluation of physical development of girls adolescence Baikal region [Text] / O. M. Lumpova, M. M Kolokoltsev, V.Yu. Lebedinsky // Siberian Medical Journal (Irkutsk). 2011. Т. 104. № 5. P. 98-101.

6. Richard N. Bergman, D. Stefanovski, Thomas A. Buchanan, A Better Index of Body Adiposity [Text]. Obesity (Silver Spring). 2011 May; 19(5): P. 1083-1089.

FEATURES ANTHROPOLOGICAL AND MORPHOLOGICAL PARAMETERS OF THE MENSTRUAL CYCLE FEMALE STUDENTS WITH LOW BODY MASS INDEX

*Bugaevskiy K. A.
the candidate of medical sciences
senior lecturer
The Classic Private University,
Zaporozhye, Ukraina*

УДК: 796.06

СОЦИАЛЬНО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ ПОДХОДЫ К ПРОФИЛАКТИКЕ ПОДРОСТКОВОЙ НАРКОМАНИИ СРЕДСТВАМИ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА

*Булатова Дениза Радиковна,
студентка третьего курса, факультета педагогики и психологии
Стерлитамакского Филиала Башкирского Государственного Университета,
Хисамов Радик Равильевич,
старший преподаватель,
Стерлитамакского Филиала Башкирского Государственного Университета,
г. Стерлитамак, Россия*

Аннотация. В данной статье выявлена концепция профилактики подростковой наркомании среди молодежи средствами физической культуры и спорта, раскрыты причины, сдерживающие использование ФКС. Особое внимание уделяется дифференцированному подходу при формировании группы занимающихся подростками, и осуществлять его исходя из их интересов и потребностей.

Ключевые слова: наркомания, профилактические работы, спорт, физическая культура, здоровый образ жизни.

Abstract. This article identified the concept of teen drug abuse prevention among youth physical culture and sports facilities, disclosed the reasons hindering the use of the PCS. Particular attention is given to a differentiated approach in the formation of a group of teenagers involved, and to implement it according to their interests and needs.

Index terms: addiction, preventive work, sport, physical education, healthy lifestyle.

В настоящее время в России наблюдается устойчивая тенденция к значительному росту потребления алкогольных напитков, наркотических и токсических веществ с одновременным снижением возраста приобщающейся к ним молодежи. Темпы роста наркотизации российского общества и преступности, связанной с наркотиками, справедливо рассматриваются как одна из реальных угроз национальной безопасности страны.

К сожалению, наиболее криминально активную часть населения составляют подростки, 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.

В то же время существующая система предупреждения распространения психоактивных веществ, включая различные виды воспитательного воздействия, уже давно стала отставать от тех явлений и процессов, которые происходят в молодежной среде, и как следствие этого утратила в полной мере готовность противостоять различным негативным явлениям. Поэтому в сложившейся ситуации поиски новых моделей, форм, методов и средств профилактики наркомании нужно рассматривать как необходимое условие выхода из общего кризиса.

Сложившиеся условия определяют необходимость нахождения путей противостояния наркомании среди детей, подростков и молодежи, используя все возможные средства, имеющиеся в распоряжении общества, включая такую важную сферу деятельности, как физическая культура и спорт (ФКС), которая как социально значимый вид деятельности отвечает потребностям формирующейся личности и обеспечивает ее успешную социализацию. Одним из важнейших направлений в профилактике наркомании и преступности среди молодежи является организация физкультурно-спортивной работы по месту жительства.

По данным социологических исследований, более 3 млн детей отлучены от занятий физической культурой в школе, а в спортивных секциях занимаются не более 20% учащихся. В ряде регионов, где профилактическая работа строится в основном с акцентом на проведении физкультурно-массовых мероприятий,

рост числа наркоманов среди несовершеннолетних из года в год не увеличивается.

К основным причинам, сдерживающим использование ФКС в профилактике наркомании, следует отнести:

- отсутствие должного финансирования;
- недостаток информации и пропаганды здорового образа жизни;
- снижение вклада научных и образовательных учреждений в развитие спорта и переподготовку специалистов;
- отсутствие целенаправленной работы по физическому воспитанию, особенно в дошкольных учреждениях;
- низкие темпы развития клубной системы занятий ФКС с учетом потребностей и возможностей населения;
- недостаток квалифицированных кадров и низкий уровень их материального обеспечения.

Программа профилактики наркомании должна состоять из трех взаимосвязанных блоков: психолого-педагогической диагностики особенностей личности, средств и методов формирования интереса к систематическим занятиям ФКС и блока дифференцированного применения ФКС для коррекции психоэмоционального состояния; повышения уровня двигательных способностей и функционального состояния организма.

Изучение личностных особенностей требует подбора методик, позволяющих не только изучить личностные особенности индивида, но и установить причины, если таковые имеются, девиантного, асоциального поведения. Подбор диагностических методик должен предусматривать изучение: особенностей поведения подростков, их способностей, самочувствия, отношения к учебе, взаимоотношений в семье, потребностей и интересов (в том числе и негативных), физического развития и физической подготовленности, отношения к физкультурно-спортивной деятельности и приоритетных видов этой деятельности.

Методика физического воспитания педагогически запущенных и склонных к употреблению психоактивных веществ подростков имеет свои специфические особенности, так как наряду с задачами оздоровления организма и повышения моторного потенциала решаются задачи коррекции психоэмоционального состояния и нравственной сферы личности.

Важным этапом профилактической работы следует считать вовлечение детей и подростков в занятия спортом, учитывая мотивы начала занятий в секции, ведущие и лимитирующие звенья в структуре различных сторон подготовленности.

В ходе учебно-воспитательного и учебно-тренировочного процессов подбор средств и методов тренировок необходимо осуществлять исходя из интересов и потребностей подростков, применяя дифференцированный подход при формировании группы занимающихся:

- учебный материал должен быть понятен и доступен подросткам, но осваивать его они должны с определенным усилием, поскольку в противном случае процесс обучения теряет свою привлекательность;

– усложнение упражнений, увеличение нагрузки осуществляются постепенно, по мере формирования интереса к занятиям и повышения уровня подготовленности;

– важно своевременно применять методы принуждения, наказания, поощрения;

– в процессе занятий необходимо осуществлять контроль за выполнением заданий тренера, следить за дисциплиной, внешним видом, посещаемостью.

Важное значение в учебно-воспитательном и учебно-тренировочном процессах, направленных на профилактику приема психоактивных веществ, отводится коррекции психоэмоционального состояния детей и подростков, используя для этого следующие методические приемы:

– создание педагогических условий, в которых тревожные подростки могли бы действовать уверенно, без лишнего напряжения и страха;

– при неуверенности учащегося иметь несколько вариантов выполнения задания, поощряя их за трудолюбие, самостоятельность и т.п.;

– предоставление агрессивным подросткам ведущих ролей при проведении эстафет, сдаче нормативов, показе упражнения, тестировании;

– проведение групповых бесед, акцентируя внимание на положительных сторонах деятельности учащихся, поддержание инициативы, самостоятельности и взаимопомощь при освоении новых двигательных навыков.

Основными средствами вовлечения детей и подростков в физкультурно-спортивную деятельность являются:

а) на начальном (побуждающем) этапе – беседы, убеждения, просмотр видеофильмов, ознакомление с особенностями и характеристиками видов спорта;

б) на этапе формирования устойчивого интереса к ФКС – беседы, контроль за посещаемостью занятий, успеваемостью в школе, дисциплиной, выполнением поручений тренера-учителя, участие в соревнованиях и их судействе и т.д.;

в) на этапе стойко сформировавшегося интереса к занятиям физической культурой или виду спорта – контроль тренера и педагогов за деятельностью подростков, поощрения, награждения, участие в соревнованиях, ходатайство о снятии с учета в органах милиции.

Любые задачи профилактики наркомании средствами ФКС решаются тренером-педагогом совместно с психологами, учителями, работниками социальных служб и правоохранительных органов, руководством учреждений.

Концепция профилактики наркомании среди молодежи средствами ФКС должна опираться на государственную Концепцию развития физической культуры и спорта в Российской Федерации, предусматривающую пути, средства и методы "формирования у населения устойчивого интереса и потребности в регулярных занятиях физической культуры и спортом, навыков здорового образа жизни, моды на спорт, особенно среди подрастающего поколения".

Среди первоочередных задач профилактики наркомании средствами физической культуры и спорта следует рассматривать:

– повышение ответственности родителей за здоровье детей и уровень их образования в области ФКС;

– наделение должным статусом системы физического воспитания в детских садах и яслях;

– физическую культуру как образовательную область и учебный предмет, который должен быть включен в план всех образовательных учреждений;

– объем двигательной активности на всех возрастных этапах.

Механизм реализации физического воспитания и спорта должен предусматривать:

– урочные формы занятий в образовательных учреждениях, начиная с яслей и заканчивая вузами;

– дополнительные, внеурочные формы занятий в семье, секциях, спортивных клубах и т.п.;

– спортивно-массовые и физкультурно-оздоровительные мероприятия.

Следует развивать систему пропаганды ФКС через средства массовой информации, и особенно телевидение, поскольку для большинства детей и подростков именно оно – основной источник информации. Формирование привлекательного имиджа здорового образа жизни, здоровая состоятельность и свободный творческий поиск, удовлетворение естественного стремления человека к экспериментированию и двигательной активности, поиску новых необычных ощущений и переживаний делают занятия физической культурой и спортом реальной альтернативой миру наркотиков. Приобщая подростка к систематическим физкультурно-спортивным занятиям, открыть для него мир спорта – значит предупредить возможность развития у него девиантного поведения, уберечь от правонарушительных действий. В этой связи решение специфических социально-педагогических задач антинаркотической направленности средствами физической культуры и спорта, будет наиболее эффективным на основе реализации идей личностно-ориентированного образования и воспитания, выбора видов спорта, определения содержания занятий по интересам. Личностно-ориентированные двигательные программы формируют у детей подростков потребность в занятиях физической культурой и спортом, нацеливают на здоровый образ жизни и физическое совершенствование, обеспечивают готовность подростка противостоять факторам риска.

ЛИТЕРАТУРА

1. *Ахромова А.Г.* Медико-биологические, социальные и правовые аспекты наркомании: Учебное пособие – Краснодар: Издательство Кубанской ГАФК, 2001. 121 с.

2. *Ахромова А.Г., Погребной А.И.* Рекомендации для родителей по профилактике подростковой наркомании. – Краснодар: КГУФКСТ, 2003. 352 с.

3. *Гордиенко Н.Г., Погребной А.И.* Технология применения спартианских игр в профилактике наркомании среди молодежи: Учебное пособие. – Краснодар: КГУФКСТ, 2003. 224 с.

4. *Кабачков В.А., Тюленьков С.Ю., Куренцов В.А.* Социально-педагогические подходы к профилактике подростковой наркомании средствами физической культуры и спорта. //Физическая культура.-2003.-№3.

THE LITERATURE

1. *Abramov AG* Medico-biological, social and legal aspects of drug addiction: Study Guide – Krasnodar: Kuban GAFK Publishing, 2001. 121 p.

2. Ahromova AG, AI Pogrebnoy Advice for parents on teenage drug abuse prevention. – Krasnodar: KGUFKST, 2003. 352 p.
3. NG Gordienko, AI Pogrebnoy Application Technology spartianskih games in drug prevention among young people: Textbook. - Krasnodar: KGUFKST, 2003. 224 p.
4. Kabachkov VA Tyulenkov SY, Kurentsov VA Socio-teachers-cal approaches to the prevention of teenage addiction by means of physical culture and sports. // Physical kultura. – 2003. – №3.

SOCIO-EDUCATIONAL APPROACH TO PREVENTING TEEN ADDICTION MEANS OF PHYSICAL EDUCATION AND SPORTS

*Bulatova D. R.,
third-year student, faculty of pedagogy and psychology
Sterlitamak branch of Bashkir State University,
Khisamov R. R.,
Senior Lecturer,
Sterlitamak branch of Bashkir State University
Sterlitamak, Russia*

УДК 796

АНАЛИЗ АНКЕТИРОВАНИЯ СТУДЕНТОВ НИУ МГСУ ВЕРБАЛЬНОГО ОСОЗНАНИЯ ЗНАЧИМОЙ ЦЕННОСТИ ЗДОРОВЬЯ

*Бумарскова Наталья Николаевна,
кандидат педагогических наук, доцент,
Лазарева Елена Александровна, доцент
НИУ Московский государственный строительный университет
г. Москва, Россия*

Аннотация. В статье представлен анализ результатов исследования образа жизни студентов, состояния их здоровья, физического развития. Результаты, полученные в ходе исследования, помогают нам оценить насколько тесно взаимосвязано физическое состояние студента с такими факторами, как режим дня и питания, состав семьи, наследственные заболевания, наличие вредных привычек и т.п.

Ключевые слова: физическая культура, активный образ жизни, здоровье, спорт, правильное питание.

The summary. In article the analysis of results of research of a way of life of students, conditions of their health, physical development is presented. The results received during research, help us to estimate the physical condition of the student with such factors, as a mode of day and a food, family structure, hereditary diseases, presence of bad habits, etc. is how much closely interconnected

Keywords: physical training, an active way of life, health, sports, eutrophy.

Представления о здоровом образе жизни существуют многие столетия. Еще до возникновения профессиональной медицины люди подмечали влияние на здоровье национальных традиций, привычек, характера труда. Здоровый образ жизни студента зависит от достаточно большого количества факторов. Его формирование включает в себя физическую активность. В студенческие годы это крайне актуально, как и для всех людей занимающихся умственным трудом.

Из проведенного анкетирования в 2014-15 учебном году, в котором приняло участие 249 студентов I-IV курсов, были определены ценности, какими руководствуется студенческая молодежь, а также каковы у них жизненные планы и установки.