

ристик. Использовать как самостоятельный курс или интегрировать в курс «Оздоровительной физической культуры».

ЛИТЕРАТУРА

1. Измаханова М. А. Ценностно-мотивационные ориентации студентов педагогических специальностей к физкультурно-спортивной деятельности / М. А. Измаханова, К. М. Сейтжанов // Молодой ученый. – 2015. – №8.1. – С. 48–50.

2. Коноплева, Е. Н. Формирование мотивации к занятиям физической культурой у студентов не физкультурных вузов посредством лекционных занятий по теории и методике физкультуры / Е. Н. Коноплева // Физическое воспитание студентов творческих специальностей. – 2008. – № 3. – С. 45–51.

3. Марчук С.А. Некоторые аспекты здоровьесбережения студенческой молодежи / С.А. Марчук // Теория и практика физической культуры. – 2004. – №4. – С. 13–15.

4. Перепелюкова Е. В. Оптимизация психофизиологического состояния студенток-первокурсниц специальной медицинской группы в процессе занятий оздоровительным шейпингом: Автореф. дис. канд. пед.наук. – Тюмень, 2005. – 25 с.

THE LITERATURE

1. Izmahanova M.A. value-motivational orientations of students of pedagogical specialties in sports activity / M.A. Izmahanova, K.M. Seitzhanov // Young scientist. – 2015. – № 8. 1. – S. 48–50.

Konopleva, E.N. Formation of motivation in physical training of students of sports high schools not through lectures on the theory and methodology of physical education / E.N. Konopleva // Physical training of students of creative disciplines. - 2008. - № 3. – S. 45-51.

1. Marchuk S.A. Some aspects zdorovesberezheniya students / S.A. Marchuk // Theory and Practice of Physical Culture. – 2004. – № 4. – S. 13–15.

2. Perepelkina E.V. Optimization psychophysiological state-freshmen students of special medical group in the course of employment by improving shaping: Author. Dis. cand. ped.nauk. - Tyumen, 2005. – 25 s.

HEALTH METHODS OPTIMIZATION PSYCHOPHYSICAL CONDITION OF STUDENTS

Marchuk S. A.,

the candidate of pedagogical sciences, assistant professor,

Pospelova A.S.,

third-year student,

of the Ural state University of Railway Transport,

Ekaterinburg, Russia

УДК 796

РОЛЬ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ В ПРОФИЛАКТИКЕ АСОЦИАЛЬНЫХ ПРОЯВЛЕНИЙ СОВРЕМЕННОЙ МОЛОДЕЖИ

Мезенцева Вера Анатольевна,

старший преподаватель,

Бородачева Светлана Евгеньевна,

старший преподаватель,

ФГБОУ ВО Самарская государственная сельскохозяйственная академия

г. Самара, Россия

Аннотация. В статье рассматривается роль физической культуры в профилактике асоциального поведения современной молодежи. Проанализированы роль и значение физической культуры и спорта в профилактике асоциального поведения, формировании здорово-

го образа жизни и воспитании физических и нравственно-этических качеств современной молодежи.

Ключевые слова: физическая культура, современная молодежь, асоциальное поведение.

Abstract. The article discusses the role of physical training in the prevention of antisocial behavior of today's youth. Analyzed the role and importance of physical culture and sports in the prevention of antisocial behavior, the formation of a healthy way of life and education of the physical, moral and ethical qualities of today's youth.

Index terms: physical training, today's young people, anti-social behavior.

Асоциальность – это поведение и поступки, не соответствующие нормам и правилам поведения людей в обществе, общественной морали. Понятие асоциальность стало использоваться в основном с первой половины XX века в качестве собирательного политического термина, обозначающего неблагополучных людей.

Осложнение социально-экономических условий жизни населения, изменение мировоззрения при воздействии средств массовой информации, которые распространяют в большей степени идеи и ценности, противоречащие установкам нравственного формирования личности и общества в целом, приводят к неблагополучию в системе воспитания подрастающего поколения. Воспитание, полученное в младшем возрасте, влияет на всю дальнейшую жизнь индивида. Подростки не всегда справляются с возникшими проблемами, а родители, в силу различных обстоятельств, не могут уберечь их от многих негативных воздействий, сложившейся новой агрессивной среды.

Слабое здоровье, множество нерешенных социальных проблем ведут к депрессиям, срывам и как следствие асоциальному поведению. Безрадостное существование и постоянная борьба за выживание оставляют клеймо на психическом здоровье подростка. Усугубляют положение окружающие сегодня жестокость, насилие, криминальные разборки, социальная нестабильность в обществе, индустрия развлечений. Пропаганда сомнительных ценностей и удовольствий.

Программа профилактики асоциального поведения у молодежи должна состоять из трех взаимосвязанных блоков: психолого-педагогической диагностики особенностей личности, средств и методов формирования интереса к систематическим занятиям физической культурой и блока дифференцированного применения физической культуры 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, асоциального поведения. Подбор диагностических методик должен предусматривать изучение: особенностей поведения, 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.

Важным этапом профилактической работы следует считать вовлечение современной молодежи в занятия спортом, учитывая мотивы начала занятий в секции.

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

- учебный материал должен быть понятен и доступен;
- усложнение упражнений, увеличение нагрузки осуществляются постепенно, по мере формирования интереса к занятиям и повышения уровня подготовленности;
- своевременно применять методы принуждения, наказания, поощрения;
- в процессе занятий необходимо осуществлять контроль за выполнением заданий тренера, следить за дисциплиной, внешним видом, посещаемость.

Основными средствами вовлечения современной молодежи в физкультурно-спортивную деятельность являются: беседы, убеждения, просмотр видеофильмов, ознакомление с особенностями и характеристиками видов спорта, контроль за посещаемостью занятий, успеваемостью, дисциплиной, участие в соревнованиях и их судействе, поощрения, награждения.

Концепция профилактики асоциального поведения среди молодежи средствами физической культуры и спорта 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 отклонений в поведении средствами физической культуры и спорта следует рассматривать:

- повышение ответственности родителей за здоровье детей и уровень их образования в области физической культуры;
- физическую культуру как образовательную область и учебный предмет, который должен быть включен в план всех образовательных учреждений;
- объем двигательной активности на всех возрастных этапах (он должен составлять не менее 6-8 ч в неделю).

Механизм реализации физического воспитания и спорта должен предусматривать:

- урочные формы занятий в образовательных учреждениях, начиная с яслей и заканчивая вузами;
- дополнительные, внеурочные формы, в секциях, спортивных клубах и т.п.;
- спортивно-массовые и физкультурно-оздоровительные мероприятия (туризм, спартакиады и др.).

Следует развивать систему пропаганды физической культуры и спорта через средства массовой информации, и особенно телевидение, поскольку для молодежи именно оно – основной источник информации.

Многолетними исследованиями профессора В.К. Бальсевича и его учеников показано преимущество занятий физической культурой в общеобразовательных учреждениях, построенных по принципам системы спортивной тренировки с применением индивидуально-дифференцированного подхода.

В настоящее время уже доказано, что при интенсивных физических нагрузках увеличивается производство эндогенных опиатов в организме, и в особенности при занятиях экстремальными видами двигательной активности, что в конечном итоге выполняет функцию профилактики состояний фрустрации. Вместе с тем нельзя не учитывать отношение учащихся к различным видам двигательной активности и определенным видам спорта.

Важными направлениями работы по профилактике отклоняющегося поведения средствами физической культуры и спорта являются систематизация, обобщение и распространение передового опыта, накопленного в различных регионах России.

В целях создания эффективных технологий и организационно-управленческих моделей физкультурно-профилактической работы среди подростков и молодежи Государственный комитет РФ по физической культуре, спорту и туризму создал федеральные экспериментальные физкультурно-спортивные центры по разработке и апробации технологий профилактики наркомании.

Анализ работы таких центров, проведенный специалистами Всероссийского научно-исследовательского института физической культуры и спорта, позволяет говорить о том, что там, где имеются высококвалифицированные кадры, разработаны научно обоснованные методические рекомендации профилактики наркомании и намечены конкретные методические пути реализации этой проблемы.

Таким образом, одним из важнейших направлений в профилактике отклоняющегося поведения является вовлечение молодежи в физическую культуру и спорт, формирование интереса к систематическим занятиям физическими упражнениями, в нравственном воспитании при активном использовании средств и методов физической культуры и спорта.

ЛИТЕРАТУРА

1. Касаткин, В.А. Безнадзорное детство – «ружье, которое всегда стреляет» // Красноярский рабочий. – 2002. – 20 ноября. – 8 с.
2. Википедия. [Электронный ресурс] URL: <http://ru.wikipedia.org/wiki>
3. Столяренко, А. М. Социальная психология : учебное пособие / А.М. Столяренко. – М.: Наука, 2001. – 254 с.
4. Можгинский, Ю. Б. Агрессия подростка : эмоциональный и кризисный механизм : учебник. – С-П.: Высшая школа, 2000. – 238 с.
5. Кабачков, В. А. Социально-педагогические подходы к профилактике подростковой наркомании средствами физической культуры и спорта / В.А. Кабачков // Физическая культура. – 2003. – № 1. – 36-39 с.

THE LITERATURE

1. Kasatkin, VA Childhood neglect – «gun that shoots always» // Krasnoyarsk worker. – 2002 – 20th of November. – 8 p.
2. Wikipedia. [Electronic resource] URL: <http://ru.wikipedia.org/wiki>

3. Stolyarenko, AM Social Psychology: Textbook / AM Stolyarenko. – М .: Nauka, 2001 – 254 p.

4. Mozhginsky, YB Aggression teenager: emotional and crisis mechanism: a textbook. – С-Р .: High School, 2000. – 238 p.

5. Kabachkov, VA social-pedagogical approaches to the prevention of teenage addiction by means of physical culture and sport / VA Kabachkov // Physical culture. – 2003. – № 1. – 36-39 p.

**PHYSICAL TRAINING ROLE IN PREVENTIVE MAINTENANCE
АСОЦИАЛЬНЫХ DISPLAYS OF MODERN YOUTH**

Mezentsev Vera Anatolevna,

The senior teacher,

Borodacheva Svetlana Evgenevna,

The senior teacher,

ФГБОУ IN the Samara state agricultural academy

Samara, Russia

УДК 796

**ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫЕ ТЕХНОЛОГИИ В ФИЗИЧЕСКОМ
ВОСПИТАНИИ МЛАДШИХ ШКОЛЬНИКОВ**

Можаров А.И., Новинская С.Г., Логутова О.А., Аленин Д.Г., Солдатов В.А

Пензенский государственный университет,

Пенза, Россия

Аннотация. В статье представлены игровые мероприятия связанные со здоровым образом жизни и способствующие не только повышению двигательной активности, но и повышению интеллектуального развития детей.

Ключевые слова: двигательная активность, физическое воспитание, здоровье, младшие школьники, игры

Annotation. The article presents the play activities associated with a healthy lifestyle and contributes not only to increase motor activity, but also improvement of intellectual development of children.

Key-words: motor activity, physical education, health, younger schoolchildren, the game

Одной из основных задач реформы общеобразовательной и профессиональной школы сказано о необходимости создания условий для каждого школьника, с целью овладения им минимумом знаний в области гигиены и медицины, чтобы он получил знания о своем организме и умел поддерживать его в порядке. Начинать предоставлять возможность получать эти знания, формировать умения и потребность ведения здорового образа жизни надо с младшего школьного возраст. [1]

Одним из средств получение информации об окружающем мире, научных знаниях, общечеловеческой культуре младшими дети происходит посредством игры. Сама игра исторически является средством передачи подрастающему поколению необходимой информации и вооружению их нужными навыками и умениями, которые помогут им адаптироваться в обществе. [2]

Подвижные игры с межпредметными связями направлены на достижение двух целей. Достижение первой цели, добровольно установленной самими играющими, требует от них активных двигательных действий, выполнение которых зависит от творчества и инициативы самих играющих. Вторая цель связана с решением задач познавательного характера (закрепление знаний и представ-