

2. Воронов, Д.И. Социально-психологические детерминанты компьютерной зависимости и ее профилактика средствами физической рекреации и психокоррекции : дис. ... канд. психол. наук / Д.И. Воронов. – СПб., 2016. – 266 с.

3. Коваленко, А.В. Компьютерная зависимость школьников / А.В. Коваленко, В.В. Маеренкова // Юный ученый. – 2015. – №2. – С. 100-102.

*В.М. Дворкин*

### **ОРИЕНТАЦИЯ ДЕТЕЙ К ЗАНЯТИЯМ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРОЙ И СПОРТОМ**

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.

Сложившиеся условия определяют необходимость нахождения путей противостояния наркомании среди детей, подростков и молодежи, с использованием всех возможных средств, имеющихся в распоряжении общества, включая такую важную сферу деятельности, как физическая культура и спорт, которая как социально значимый вид деятельности отвечает потребностям формирующейся личности и обеспечивает ее успешную социализацию.

Физическая культура и спорт обладают огромными воспитательными возможностями по ориентации детей и подростков на здоровый образ жизни и профилактику наркомании. В физкультурно-спортивной деятельности, характеризующейся высокой эмоциональностью, духом состязательности, жесткой регламентацией поведения занимающихся, разнообразием положительных мотивов и т.д., заключен мощный социально-психологический потенциал.

Процесс приобщения детей и подростков к спорту связан со своевременным и правильным выбором того или иного вида спорта, который бы наиболее полно соответствовал индивидуальным способностям и разумно сформированным личностным потребностям, интересам.

Эффективность спортивного отбора во многом зависит от надежности оценки индивидуальной предрасположенности к виду спорта и прогноза спортивной успешности детей и подростков.

Известно, что способности у людей не одинаковы, они не равны по своим двигательным данным, в том числе по спортивным возможностям.

Способности характеризуют разные индивидуальные возможности человека осуществлять определенный вид деятельности. Разная мера индивидуальной выраженности способностей проявляется в успешности деятельности.

На сегодняшний день существуют ряд проблем, связанных с отбором детей в спортивные секции, в частности дзюдо. Одной из таких проблем является то, что существующая система спортивного отбора не обеспечивает выявления перспективных детей в условиях ведения единоборства [1]. Недостаточно эффективный процесс спортивного отбора детей в секции дзюдо может, в свою очередь, привести к еще одной проблеме – большой отсев занимающихся в первый год обучения. Сегодня, по мнению тренеров по дзюдо города Красноярска, из 100 детей,шедших в секцию в начале года, только около 30 перейдут в группу второго года обучения. Некоторые дети и подростки попробуют найти себе применение в другом виде спорта, а часть из них, отчаявшись, пополнят ряды не занимающихся физической культурой и спортом.

В настоящее время для оценки возможностей спортсмена чаще всего используются критерии, которые касаются так называемых модельных характеристик, обеспечивающих успех в спорте, которые требуют длительного и постоянного наблюдения за динамикой комплекса показателей, включающих в себя показатели телосложения, психологического статуса, двигательных способностей, темпов ростовых процессов и биологического созревания на всех этапах спортивного становления [3]. Сложность проведения длительных комплексных наблюдений с привлечением широкого штата специалистов в современных условиях, безусловно, лимитирует использование этих критериев и тем самым снижает как надежность, так и долгосрочность прогноза, уменьшает адекватность выбора специализации.

По мнению Е.Я. Крупника, проблему оптимизации процесса спортивного отбора детей и подростков в секции дзюдо можно решить посредством использования специализированных подвижных игр с элементами единоборств [2].

Специализированными подвижными играми с элементами единоборств можно смоделировать соревновательную схватку с характерной динамикой двигательной деятельности, с постоянно меняющейся ситуацией, сопротивлением партнера, утомлением, техническим состоянием борца.

Нами был разработан комплекс специализированных подвижных игр с элементами единоборств, который состоял из пяти групп:

- в касание;
- в атакующие захваты;
- в блокирующие захваты;

- в теснение;
- с опережением и борьбой за выгодное положение.

Предварительная апробация показала, что данный комплекс отвечает следующим требованиям: доступность для детей различного возраста, физического развития и подготовленности; высокая прогностичность и компактность; возможность получения интегрального результата в виде победы или поражения, а также экспертной оценки способностей и качеств претендентов; простота правил и условий проведения.

При отборе специализированных подвижных игр соблюдались следующие критерии: условия и правила игр должны быть приближены к соревновательным условиям; содержание и ход игры должны соответствовать соревновательной ситуации. При освоении правил и техники игр соблюдалась следующая методическая последовательность: начальное ознакомление с правилами игры, опробование технических действий и выполнение игры в целом.

Целью специализированных подвижных игр в касание является выявление умений маневрировать на минимальном участке площади единоборства, сохранять различные позы и дистанции в схватке, входить в захваты, преодолевать блокирующие действия, держать в поле зрения перемещающегося партнера.

Цель игр в атакующие захваты – определение умений навязывать и осуществлять желаемый захват; на фоне маневрирования избегать и освободиться от определенных захватов соперника за счет перехода от одного захвата к другому. В зависимости от поставленных задач играм можно придать характер специальной силовой работы, где практически удастся решить все виды распределения усилий, встречающихся в реальном поединке дзюдоистов.

Цель игр в блокирующие захваты – выявление умений освободиться от захватов; защищаться от приемов соперника; преодолевать блокирующие захваты и упоры; максимально долго удерживать их.

Цель игр в теснение – определение умений прилагать усилия в захвате; принуждать соперника к отступлению из зоны поединка. Игры в теснение являются первым практическим шагом в воспитании сильного, мужественного характера дзюдоиста.

Целью игр с опережением и борьбой за выгодное положение является определение умений быстро находить и осуществлять атакующие решения из неудобных исходных положений.

Следовательно, одним из наиболее перспективных путей по совершенствованию процесса спортивного отбора дзюдоистов является применение специализированных подвижных игр с элементами единоборств, с помощью которых в наибольшей степени возможна оценка моторных задатков детей и подростков в условиях соревновательного поединка. Ре-

ализация эффективного спортивного отбора обеспечит привлечение детей и подростков в секции с последующим результатом в спортивной деятельности.

*Библиографический список*

1. Дворкин, В.М. Обоснование интегративной методики отбора детей в группы начальной подготовки по дзюдо : автореф. дис. ... канд. пед. наук : 13.00.04 / В.М. Дворкин. – Красноярск, 2008. – 24 с.
2. Крупник, Е.Я. Применение специализированных подвижных игр для совершенствования физической подготовленности и технико-тактического мастерства студентов-самбистов : автореф. дис. ... канд. пед. наук : 13.00.04 / Е.Я. Крупник. – М., 1998. – 201 с.
3. Туманян, Г.С. Спортивная борьба: отбор и планирование / Г.С. Туманян. – М.: Физкультура и спорт, 1984. – 144 с.

*В.В. Денискин*

**ЗДОРОВЫЙ ОБРАЗ ЖИЗНИ, ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА И СПОРТ  
В ПРОФИЛАКТИКЕ НАРКОМАНИИ**

Любознательность является одной из замечательных черт человека. Она, как правило, проявляется в раннем возрасте и предопределяет развитие познавательных наклонностей. Молодые люди, чаще подростки, пробуют употреблять наркотики в первую очередь с познавательной целью, чтобы испытать их действие на себе. Подавляющее большинство подростков знакомятся с наркотиками (алкоголь, курение, опиаты, препараты конопли, психостимуляторы, галлюциногены, препараты бытовой химии) в компании своих сверстников или старших по возрасту и опыту людей, имеющих уже так называемую лекарственную зависимость. Подросток пробует какой-то препарат или курит травку, находясь под воздействием одурманивающего действия и психологии « стадного чувства», постепенно втягивается в этот процесс. После 3-4-го раза он ощущает тягу к препарату и, независимо от своей воли, ищет возможность вновь и вновь ощутить это неестественное состояние души и тела.

Среди многих проблем, стоящих сегодня перед российским обществом, на одно из первых мест все увереннее выходит проблема наркомании как глобальная угроза здоровью населения страны и национальной безопасности, ибо жертвы наркомании – интеллектуальный и физический потенциал России. В условиях усиливающейся наркоагрессии важнейшей стратегической задачей борьбы с наркотизацией молодежи является организация профилактической работы, направленной на формирование ори-