

4. Osipov, A. The impact of the universities closure on physical activity and academic performance in physical education in university students during the COVID-19 pandemic / A. Osipov, T. Ratmanskaya, E. Zemba [et al.] // Physical Education of Students. – 2021. – № 25 (1). – P. 20-27. DOI:10.15561/20755279.2021.0103

DOI 10.51980/2021\_16\_293

*Д.Г. Радченко*

### **ПОДРОСТКОВАЯ НАРКОМАНИЯ: ПРИЧИНЫ И ПОСЛЕДСТВИЯ**

Исследователи выделяют три группы факторов развития наркомании среди подростков: биологические, психологические и социальные факторы. К биологическим факторам относятся наследственные характеристики обмена нейротрансмиттерами в мозге, которые способствуют быстрой зависимости и быстрому развитию навязчивого притяжения. Подростковая наркомания чаще встречается у лиц с характерными акцентами и психопатов с нарушениями аттракции, а также у пациентов с олигофренией, шизофренией и маниакально-депрессивным психозом [1].

Психологическими факторами развития наркомании у подростков являются недостаточная психологическая зрелость, отсутствие четких жизненных установок, желание получать удовольствие, слабость воли и необходимость получить то, что хочется, сразу же, без учета последствий. Возросшая распространенность злоупотребления психоактивными веществами среди подростков часто становится психологической проблемой, вызванной как искажениями в образовании и нездоровой семейной атмосферой, так и связанными с возрастом эмоциональными и психологическими характеристиками полового созревания.

Подростковый возраст – это период быстрых изменений в организме, психике, гормональном контексте, социальном статусе, семейных отношениях и самооценке. Стремительные изменения создают благоприятные условия для злоупотребления психоактивными веществами у подростков. Ребенок становится взрослым, этот процесс сопровождается бунтарством, борьбой за независимость, резкими колебаниями самооценки от «я ничтожество» до «я невероятно крут», потребностью в новых и необычных впечатлениях, активным развитием социальных контактов, повышением конформизма со сверстниками [3].

Социальные причины злоупотребления психоактивными веществами среди подростков включают в себя желание «следовать» за другими членами группы, желание «не отставать» от других членов группы и

необходимость произвести впечатление на других. Важны культурные особенности окружающей среды, как семейной, так и социальной. Подростковая наркомания с большей вероятностью может развиваться при отсутствии надлежащего родительского контроля и членства в антисоциальных группах. Вместе с тем эксперты отмечают, что периодическое употребление без развития выраженной зависимости, как правило, в большей степени обусловлено социальными факторами, в то время как тяжелая наркомания среди подростков обусловлена психологическими и биологическими факторами [2]. Наркотики оказывают крайне негативное влияние на незрелую репродуктивную систему подростка. У каждой третьей девочки, употребляющей героин, менструация прекращается, в остальных случаях обычно наблюдаются нарушения менструального цикла. При употреблении наркотиков в подростковом возрасте как у девочек, так и у мальчиков наблюдаются патологические изменения, приводящие к бесплодию и повышающие риск уродства плода. Из-за нарушений белкового обмена нарушается нормальный рост мышц. Интоксикация приводит к повреждению печени и неврологическим расстройствам.

Поражаются психическая, волевая и эмоциональная сферы. Наркомания подросткового возраста приводит к повышению криминогенной активности. Для получения денег на покупку наркотиков подростки могут начать воровать, грабить, заниматься проституцией или стать мелкими дилерами, которые распространяют психоактивные вещества среди своих сверстников. Характерная для подростковой наркомании неразборчивость при выборе половых партнеров оборачивается нежелательными беременностями, распространением сифилиса, ВИЧ, гонореи и других инфекций, передающихся половым путем. Увеличивается риск развития сифилиса, ВИЧ и гепатита. В еще большей степени вышеупомянутые факторы увеличиваются при инъекционном способе употребления.

Спорт и массовые мероприятия (включающие в себя физкультурно-оздоровительную деятельность), пожалуй, являются основным направлением профилактики негативных социальных явлений в сфере физической культуры и спорта. Это вполне объяснимо, поскольку конкурентоспособность – это фундаментальное качество спортивной деятельности, а спорт является по своей сути не более чем систематическим обновлением официальных соревнований, которое лежит в основе сознательных способностей человека.

### **Библиографический список**

1. Алейников, А.В. Мнение населения о проблеме употребления наркотиков как социально-гигиенический фактор / А.В. Алейников, А.И. Стребков, А.Н. Сунами. // Проблемы социальной гигиены, здравоохранения и истории медицины. – 2015. – № 3. – С. 7-11.

2. Барденштейн, Л.М. Алкоголизм и наркомания: вопрос национальной безопасности / Л.М. Барденштейн. – Российский медицинский журнал. – 2013. – № 4. – С. 3.

3. Бишаева, А.А. Физическая культура : учебник / А.А. Бишаева. – М.: Академия, 2018. – 224 с.

DOI 10.51980/2021\_16\_295

*А.С. Романченко, М.Н. Григорян*

### **ЗАНЯТИЕ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРОЙ КАК ОСНОВА ФОРМИРОВАНИЯ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ СТУДЕНТА**

Здоровье – важнейшая составляющая жизнедеятельности каждого человека. Именно оно обеспечивает возможность ежедневно осуществлять задуманные планы, достигать намеченных целей, нормально функционировать на физиологическом уровне. И основная задача человека – забота о своем здоровье, которая обеспечит полноценную активную жизнь и в качестве награды приведет к росту ее продолжительности.

К сожалению, многие люди беспечно относятся к своему здоровью, не соблюдают нормы здорового образа жизни. Нередко это происходит по обыкновенному незнанию. Речь о выстраивании правильного режима и рациона питания и регулярной двигательной активности. Так, неправильное питание может привести к таким заболеваниям, как гастрит, язва желудка, ожирение. Последствия же малоподвижного образа жизни – возникновение проблем с сердечно-сосудистой системой, диабета, преждевременного старения организма и др. Все это усугубляется наличием вредных привычек – курения и пристрастия к употреблению алкоголя. Также человек непрерывно испытывает на себе негативное воздействие окружающей среды, особенно в мегаполисах и промышленных городах, которым присущи загрязненная атмосфера, отсутствие чистой воды, а ускоренный городской темп жизни регулярно приводит к переживанию стресса, состоянию апатии, нервным срывам. В совокупности перечисленное отбивает какое-либо желание заниматься собой, своим здоровьем.

И студенты не являются исключением. Многие из них ведут малоподвижный образ жизни, посвящая основную часть времени процессу обучению, а некоторые и работе. Именно поэтому занятия физической культурой столь значимы как в вузе, так и на самостоятельной основе во внеучебное время. Они должны стать неотъемлемой частью их жизни в стремлении активного проявления себя в ней и во избежание возможных в последующем проблем со здоровьем.