

В.Ф. Костычаков,

кандидат педагогических наук
Сибирский юридический институт
ФСКН России (г. Красноярск)

***ФОРМИРОВАНИЕ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ И ПРОФИЛАКТИКА
НАРКОМАНИИ СРЕДИ СТУДЕНТОВ ВЫСШИХ УЧЕБНЫХ ЗАВЕДЕНИЙ***

Состояние наркомании в России в настоящее время свидетельствует о том, что она продолжает «молодеть». Более 60% наркоманов – люди в возрасте от 16 до 30 лет и почти 20% – школьники. Средний возраст приобщения к наркотикам в России составляет 15–17 лет. Все больше регистрируется случаев потребления «зелья» детьми 11–13 лет. Именно школы и места массового отдыха молодежи, в первую очередь дискотеки и ночные клубы, являются основными местами распространения наркотиков. Об этом свидетельствует опрос учащихся старших классов г.г. Москвы и Санкт-Петербурга, 70% из которых указали, что познакомились с наркотиками именно там.

Усилению процесса наркотизации среди подростков и молодежи способствует процесс сокращения мест проведения досуга – кружков по интересам, спортивных, туристических секций, клубов военной ориентации, а также их перевод на платную основу.

Одной из важнейших проблем в системе управления воспитательным процессом в высших учебных заведениях является научно-теоретическое обоснование реализации на практике педагогической системы формирования у обучаемых устойчивой ориентации на здоровый образ жизни и профилактики наркомании.

Теоретико-методологическую основу этой работы составляют результаты многочисленных исследований, проводимых в нашей стране. К числу наиболее известных работ, направленных на изучение закономерностей формирования, способов оценки, сохранения и укрепления здоровья, ориентации населения на здоровый образ жизни, относятся исследования Н.В. Амосова, П.К. Анохина, В.И. Гинецинского, Э.Н. Давиденко, Г.К. Зайцева, Н.Б. Захарова и др.

Важную роль в системе охраны здоровья молодежи имеет, наряду с мероприятиями медицинского и социально-культурного характера, просветительская, обучающая и воспитательная работа, проводимая в высших учебных заведениях.

Анализ структуры и содержания учебных планов и программ профессионального обучения в соответствии с требованиями государственного образовательного стандарта свидетельствует о том, что в большинстве образовательных учреждений работа по ориентации обучаемых на здоровый образ жизни и на профилактику наркомании может осуществляться по пяти основным направлениям.

1. *Нормативно-правовое направление.* Речь идет о выполнении требований законодательства, ведомственных приказов и нормативных актов, направленных на защиту, охрану и поддержание здоровья обучаемых. Здесь выявляются немало нарушений, связанных с режимом учебной нагрузки, организацией здоровьесберегающих условий обучения (санитарного состояния аудиторий, спортивных залов), питания, проживания обучаемых и пр.

2. *Организационно-педагогическое направление* связано с координацией усилий по обеспечению просвещения и воспитания обучаемых в области здоровьесбережения. Многие темы по разным учебным дисциплинам содержат возможности информирования и формирования здоровьесберегающих умений, однако усилия педагогов не скоординированы, отсутствуют преемственность и взаимодействие руководящего и профессорско-преподавательского состава в системе управления воспитанием обучаемых.

3. *Научно-методическое направление.* В литературе по валеологии разработаны образовательные программы, реализация которых позволяет изменять отношение обучаемых к своему здоровью и осуществлять профилактику наркомании и токсикомании. Среди важнейших вопросов выступают такие, как информирование о психологии здоровья и здорового образа жизни, факторах, увеличивающих продолжительность активной жизни, об оздоровительных физкультурно-спортивных системах, созданных в различных мировых культурах. Обсуждаются проблемы культуры питания, истоки возникновения вредных привычек, исследуются проблемы алкоголизации молодежи, влияние алкоголя, никотина и наркотиков на здоровье молодежи, особенности применения наркотических средств молодежью.

4. *Психолого-педагогическое направление* требует более глубокого изучения ценностных установок обучаемых в сфере поддержания здоровья, а также организации дифференцированной и индивидуальной образовательной работы с учетом типовых проблем профессионального становления и жизненных стратегий учебной и профессиональной деятельности.

5. Физкультурно-спортивное направление. Физическая культура и спорт располагают неограниченными воспитательными возможностями по ориентации обучаемых на здоровый образ жизни и профилактику наркомании и токсикомании. В физкультурно-спортивной деятельности, характеризующейся высокой эмоциональностью, духом состязательности, жесткой регламентацией поведения занимающихся, насыщенностью межличностных контактов, установками на взаимопомощь и партнерство, разнообразием положительных мотивов и т.д., заключен мощный социально-психологический потенциал.

Важными направлениями педагогического процесса формирования у студентов здорового образа жизни и профилактики наркомании являются:

– ориентация сознания на собственное здоровье как неотъемлемое условие для успешной и долговременной профессиональной деятельности и личного благополучия;

– формирование отношения к здоровью, неприятия наркотиков как самостоятельных ценностей, реализация которых обеспечивает высокий жизненный тонус, оптимистическое настроение, красивый внешний вид;

– самопознание и осознание противоречий, ценностных барьеров, преодоление социальных стереотипов, которые создают мотивационные препятствия для самоорганизации здорового образа жизни и профилактики наркомании;

– формирование рефлексивных умений, которые позволяют анализировать собственные жизненные стратегии, внутренние конфликты, причины жизненных стрессов и неудач, затруднения во взаимоотношении и взаимодействии с окружающими;

– формирование умений преодолевать жизненные затруднения, тревожные или депрессивные состояния без применения искусственных стимуляторов, успокоителей и других способов достижения «химического счастья»;

– обоснование педагогических возможностей физической культуры и спорта в профилактике поведения лиц, склонных к наркомании, ранее употреблявших наркотические вещества, в воспитании умений и навыков здоровьесберегающего поведения;

– ознакомление обучаемых со способами саморегуляции, сохранения здоровья и релаксации, которые апробированы человечеством в разных культурах;

– развитие ценностно-смыслового сознания, валеологических суждений и убеждений.

Завершая рассмотрение путей формирования здорового образа жизни и профилактики наркомании студентов высших учебных заведений, можно сделать следующие выводы:

– психологической основой воспитания мотивации обучаемых на здоровый образ жизни и профилактику наркомании является изменение в системе их ценностных ориентаций. Ориентация на здоровый образ жизни и профилактику наркомании будет успешной, если здоровье и его поддержание будут осознаваться как важнейшая ценность;

– на занятиях по всем дисциплинам можно найти место для развития потребностей человека, мотивов его учебной и профессиональной деятельности, ценностей и смыслов жизнедеятельности. Объединение усилий профессорско-преподавательского и руководящего состава вузов данной идеей, наряду с идеей качества профессиональной подготовки, должно стать важной задачей каждого преподавателя.

О.А. Чудинова,

кандидат педагогических наук
Сибирский юридический институт
ФСКН России (г. Красноярск)

ЗАРУБЕЖНЫЙ ОПЫТ ОРГАНИЗАЦИИ АНТИНАРКОТИЧЕСКОЙ ПРОФИЛАКТИКИ

Ученые всего мира считают наркоманию одним из частных случаев девиантного поведения, поэтому предупреждение наркомании признано одной из самых сложных проблем.

В настоящее время приобщение детей, подростков и молодежи к алкоголю, наркотикам и токсикоманическим средствам продолжается ускоренными темпами, и это проблема не только России. В связи с этим полезно проанализировать зарубежный и отечественный опыт организации антинаркотической профилактики этой возрастной категории и определить наиболее перспективные ее направления.

В большинстве зарубежных стран борьба с наркотизацией подрастающего поколения имеет именно профилактическую направленность. Это прежде всего проведение антиалкогольных и