

вуют морально-волевому совершенствованию подростков, воспитывают интерес и потребность в регулярных занятиях физическими упражнениями.

Для приобщения учеников к ведению здорового образа жизни необходима помощь родителей. Вся деятельность должна строиться в рамках сотрудничества: «ребенок – родители – педагог». Объектом данной деятельности перечисленных субъектов является формирование у ребенка, подростка, а зачастую и родителей, положительного отношения к здоровью. На родительских собраниях, в личных беседах с родителями обсуждаются такие вопросы как, необходимость утренней зарядки, домашних заданий, личный пример родителей в формировании здорового образа жизни и т.п. В беседах с родителями приходится подчеркивать, что без их помощи и поддержки приобщить детей к здоровому образу жизни невозможно. Практика показывает, что в тех семьях, где родители заинтересованы в том, чтобы их ребенок больше времени уделял физическим упражнениям, дети растут более подготовленными к успешному обучению к учебе в ВУЗах, становясь физически развитыми, а, следовательно, более здоровыми.

Формирование мировоззрения, определяющего здоровый образ жизни, должно стать основным подготовительным направлением к обучению в вузах не только школы, но и семьи, а впоследствии поддержано и вузовской системой образования.

Е.В. Панов, Т.А. Вельямидова

ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ АНТИНАРКОТИЧЕСКИХ ВОЛОНТЕРСКИХ ОБЪЕДИНЕНИЙ СИБЮИ ФСКН РОССИИ ПО ФОРМИРОВАНИЮ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ

Наркомания – это тотальное, затрагивающее все стороны внутреннего мира, отношений с другими людьми и способов существования, поражение личности, к тому же в большинстве случаев сопровождающееся осложнениями со стороны физического здоровья. Вряд ли кому-нибудь удавалось встречать на своем жизненном пути людей-наркоманов, которые построили свою карьеру, создали счастливую семью, сохранили крепкое здоровье, развили свои таланты и много других положительных качеств, которые, в прямом смысле, способствуют самореализации человека. Обходиться без наркотиков – это прямой способ получать от жизни все. Только под словом «все» подразумевается именно то, что делает человека сильнее и дает стимул для дальнейшего движения и развития.

В настоящее время очень важно уделять должное внимание именно молодежи, так как представители этой большой группы общества все чаще попадают под пагубное влияние наркотиков. Молодежь – это будущее! А какое будущее может построить человек, все мысли которого направлены на одно: где и на что достать «дозу». А значит никак нельзя оставаться равнодушными к этой глобальной проблеме. Для правильного и здорового развития молодых людей больших затрат не требуется. Самое главное, что должно присутствовать, – это желание. Желание быть здоровым, полезным, успешным, а также желание развиваться, общаться, обмениваться опытом, реализовывать свои планы и идеи и многое другое. О некоторых способах по формированию здорового образа жизни и развития молодежи далее будет раскрыто на примере деятельности антинаркотических волонтерских объединений Сибирского юридического института Федеральной службы Российской Федерации по контролю за оборотом наркотиков.

Итак, первое – регулярное занятие физической культурой. Физическая культура дает возможность совершенствовать свои двигательные возможности и качества, укреплять здоровье и продлевать творческое долголетие. Безусловно, физическая культура влияет на общество. Для курсанта физическая культура и спорт – это неотъемлемая часть существования. Физическая культура проявляется в нескольких вариантах: утренние зарядки, регулярные обязательные занятия по физической подготовке, различного уровня соревнования, массовые мероприятия, связанные с активным отдыхом, а также возможность в свободное время заниматься тем видом спорта, который вызывает интерес. Можно отметить, что спорт притягателен для многих курсантов, и этот факт не может не радовать.

Во-вторых, хотелось бы обратить внимание на возможность участия курсантов в различного уровня молодежных форумах. Форум – это одна из лучших возможностей для реализации собственных идей, обсуждения интересующих животрепещущих тем и поиска единомышленников. Задачи проведения форума будут отличаться в зависимости от заданной тематики, но некоторые все же будут оставаться общими. Хотелось бы выделить некоторые из них:

- создание условий для профессиональной, гражданско-патриотической, социально-общественной самореализации молодежи и максимального использования ее потенциала для развития студенческих организаций, учебных заведений, субъектов РФ;
- создание условий для содержательного общения и обмена опытом между представителями молодежи;
- формирование культуры проявления гражданской позиции;
- выстраивание устойчивых связей между представителями молодежи из различных субъектов РФ.

Следует отметить, что представители нашего института принимали участие в образовательном конвенте «Платформа», всероссийском гражданско-патриотическом форуме «Россия – наш дом», международном молодежном форуме ТИМ «Бирюса» и многих других. Участие в подобных мероприятиях не проходит бесследно и дает возможность на создание проектов в рамках нашего института. Общение и работа с активной творческой молодежью отражается в самых благоприятных аспектах, позволяет развиваться и в последующем привлекать других ребят к различным видам деятельности как интеллектуального, познавательного, так и развлекательного характера. Ведь наши курсанты умеют не только хорошо учиться, но и хорошо отдыхать. Работа на данных форумах проводится в различных формах: лекции, организационно-деловые игры, мастер-классы, круглые столы, панорамные дискуссии, рефлексии, тренинги, встречи с экспертами в области тематики форума, квесты и все то, чем могут впечатлить организаторы. Хотелось бы отметить, что именно такой формат позволяет молодым активистам раскрывать себя, с энтузиазмом делиться опытом и получать новые знания. Помимо вышеизложенного необходимо обратить внимание на географическое разнообразие проведения форумов: озеро Байкал, берег Красноярского моря, загородные базы отдыха различных регионов и многое другое.

В-третьих, чтение профилактических антинаркотических бесед в школах и техникумах. Именно чтение данных бесед курсантами несет в себе определенный смысл. Курсанты – это яркие представители современной молодежи, которые с большим уважением относятся к здоровому образу жизни, проявлению положительной гражданской позиции, противостоянию антиобщественному поведению. Подростки, слушающие данные лекции, видят перед собой ребят, старше их всего на пару лет. И эти ребята активно пропагандируют здоровый образ жизни, правильный выбор в данном этапе жизни, осознание собственной индивидуальности и возможности реализации всех своих поставленных целей. Стоит отметить, что курсанты сами разрабатывают тему и план проведения лекции. Для них не существует определенного шаблона. Основной целью при составлении лекции стоит выработка такого материала, который будет понятен школьной аудитории и способен вызывать положительные эмоции и дойти до сердца и ума каждого человека.

Внимание к проведению и организации работы по вышеперечисленным направлениям, на наш взгляд, будет способствовать развитию молодежи с активной жизненной позицией. А это значит, что в будущем будет заложена хорошая основа для здорового, полезного и интеллектуально развитого общества.