

**О ЗНАЧЕНИИ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА КАК СРЕДСТВ  
ПРОФИЛАКТИКИ АСОЦИАЛЬНЫХ ПРОЯВЛЕНИЙ, НАРКОМАНИИ СРЕДИ  
МОЛОДЕЖИ**

В настоящее время в нашей стране продолжают оставаться очень сложным социально-демографическая ситуация и положение состояния здоровья населения.

Особую тревогу вызывает ухудшение здоровья детей и подростков. По данным Госкомстата России, около 75% детей дошкольного возраста имеют серьезные отклонения в уровне здоровья. Здоровые дети среди школьников младших классов составляют 10-12%, а среди старших – всего 5%. Более чем у 50% детей разного возраста имеются хронические заболевания.

Впервые за последнее время врачи столкнулись с проблемой гипертонии подростков среди юношей. Сегодняшние дети имеют худшие показатели, чем их сверстники 10-15 лет назад, в росте, окружности грудной клетки, динамометрии.

По данным различных исследований, лишь около 10% молодежи имеют средний уровень физического состояния и здоровья. Резко прогрессируют болезни сердечно-сосудистой и костно-мышечной систем, которые во многом обусловлены недостаточной двигательной активностью.

Около 50% юношей и девушек выходят из школы, имея по 2-3 диагноза болезней, а в целом лишь 15% выпускников можно считать практически здоровыми. Общая заболеваемость среди подростков за последнее время увеличилась на 15%. При этом количество подростков с болезнями эндокринной системы, расстройствами питания возросло на 25%, с психическими расстройствами – на 24%, заболеваний костно-мышечной системы – на 21%, системы кровообращения – на 17%.

По данным Научно-исследовательского центра физической подготовки и спорта Вооруженных Сил Российской Федерации, 60% молодого поколения имеют неудовлетворительные оценки по физической подготовке, только 16% имеют спортивные разряды.

Кроме проблем со здоровьем и физическим развитием подрастающего поколения, в нашей стране еще одной серьезной социальной проблемой является высокая преступность среди молодежи, большое количество подростков употребляют наркотические вещества. Ежегодно около 1 млн. молодых людей совершают преступления, из них почти 200 тыс. преступников в возрасте от 14 до 17 лет. На учете в полиции состоит более 100 тыс. детей, а в учреждениях уголовно-

исправительной системы содержится около 30 тыс. несовершеннолетних.

Таким образом, в настоящее время в нашей стране назрела ситуация, когда необходимо принимать радикальные меры по качественному улучшению состояния здоровья населения, формированию новых ценностных ориентиров молодежи (включающих неприятие вредных привычек, в т.ч. – употребление наркотических веществ), высокого уровня гражданственности и патриотизма.

В связи с этим встает вопрос, какими возможностями располагает сегодня государство, чтобы в комплексе решать проблемы формирования здорового образа жизни населения? Какова должна быть государственная стратегия действий?

Мировой опыт показывает, что средства физической культуры и спорта обладают универсальной способностью в комплексе решать проблемы повышения уровня здоровья населения и формирования здорового морально-психологического климата в коллективах и в обществе в целом.

Всемирно признано, что занятия физической культурой и спортом являются оптимальным средством поддержания и укрепления здоровья, а также профилактики заболеваний (сердечно-сосудистых, ишемической болезни сердца, диабета, остеопороза, ожирения и т.д.) и вредных привычек (пьянства, курения, наркомании, токсикомании и т.д.)

Понимание того, что будущее любой страны определяется здоровьем членов общества, приводит к усилению роли физической культуры и спорта в деятельности по укреплению государства и общества и активному использованию физической культуры и спорта в поддержании и укреплении здоровья населения.

Однако в настоящее время физической культурой и спортом в стране занимается всего 8-10% населения, тогда как в экономически развитых странах этот показатель достигает 40-60%.

Одной из острых, требующих срочного решения проблем – низкая подготовленность учащихся. Реальный объем двигательной активности школьников и студентов не обеспечивает полноценного развития и укрепления здоровья подрастающего поколения. С каждым годом увеличивается число учащихся и студентов, отнесенных по состоянию здоровья к специальной медицинской группе. Распространенность гиподинамии среди школьников достигла 80%.

По нашему мнению, в настоящее время необходимо сохранить и восстановить лучшие традиции отечественного физкультурно-спортивного движения и продолжить поиск новых высокоэффективных физкультурно-оздоровительных и спортивных технологий, на-

правленных на максимальное вовлечение всех слоев населения в активные занятия физической культурой и спортом.

К сожалению, в деятельности региональных управленческих структур имеется целый ряд проблемных вопросов, возникающих по разным причинам. Один из таких вопросов связан с ошибочными приоритетами, когда даже на уровне районных спорткомитетов, определяющим показателем является не приобщение населения к массовому физкультурно-спортивному движению, а подготовка спортсменов высокого класса, их выступление на соревнованиях разного уровня. Исходя из этого, нарушаются пропорции в расходовании средств на развитие спорта высших достижений и спорта для всех. В большом количестве и зачастую бесконтрольно финансовые ресурсы тратятся на проведение соревнований, а развитие материально-технической базы для физкультуры и спорта, обустройство спортивными сооружениями дворов и микрорайонов отодвигается на второй план. И это происходит несмотря на то, что по положению управления по физической культуре, спорту и туризму должны содействовать гражданам в реализации их прав на занятия физической культурой и спортом, содействовать развитию сферы досуга.

Исходя из того, что включенность человека в активные занятия физической культурой и спортом на протяжении всей жизни во многом определяется его отношением к ценностям физической культуры и осознанной необходимостью в занятиях физической культурой и спортом из всего комплекса мер, направленных на развитие физической культуры среди населения, необходимо предусмотреть в качестве приоритетного направления целенаправленную пропаганду физической культуры и формирование здорового образа жизни.

На наш взгляд, необходимо более активно использовать возможности Интернета в целях привлечения молодежной аудитории к занятиям физической культурой и спортом, формированию здорового образа жизни.

Пропагандистские усилия нужно направлять на создание привлекательного имиджа спортивного стиля жизни, моду на занятия спортом в досуговой деятельности. Важное значение средства массовой информации должны придавать раскрытию личности российского спортсмена, его положительного образа.

Пропаганда физической культуры должна адресоваться непосредственно человеку, убедительно показывать приоритетное значение физической культуры и спорта в воспитании населения, профилактике болезней, продлении активного долголетия, в борьбе с наркоманией, курением, употреблением алкоголя и другими негативными явлениями.

Изменение общественного сознания, возрастание идеалов здорового образа жизни в системе ценностей людей, особенно среди молодежи, должно сопровождаться интенсивным развитием спортивной инфраструктуры. Сегодня в нашей стране начали проявляться признаки таких изменений.

За последнее время в России отмечается рост числа занимающихся физической культурой и спортом. Значительно увеличилось количество массовых спортивных соревнований для детей и молодежи.

Сегодня у нас есть перспективы для дальнейшего развития физкультурного движения и это является залогом наших успехов в оздоровлении общества в физическом и социальном плане.

*А.Ю. Плешивцев, А.Э. Кормаков*

#### **Влияние личности преподавателя на формирование культуры здорового образа жизни у курсантов и слушателей образовательных организаций системы МВД России**

Специфика профессиональной деятельности педагогического работника, которая включает в себя быструю смену деятельности (ведение занятий, подготовка текущей документации, участие в кафедральных собраниях, организация и проведение соревнований, проведение учебно-тренировочных занятий с группами спортивного совершенствования по видам спорта, участие и проведение научно-представительских мероприятий, разработка методических рекомендаций, проведения практических занятий, развитие личных физических и интеллектуальных качеств), постоянно испытываемое чувство ответственности (многие упражнения по физической подготовке таят в себе скрытые угрозы, в результате которых обучающиеся могут получить травму), психологические перегрузки оказывают отрицательное воздействие на его физическое и психологическое здоровье, климате в учебной группе и эффективности образовательной деятельности в целом.

От профессиональной деятельности педагогического работника во многом зависит воспитанность и уровень образованности обучаемых, а следовательно, уровень профессионализма будущих специалистов. Знания о здоровом образе жизни, которыми владеет педагогический работник, его отношение к здоровью как само ценности, умение организовать свою деятельность и обучающихся в соответствии с его принципами, пропаганда физического и интеллектуального совершенства на сегодняшний день являются обязательными элементами его