

лишь 5,7% в настоящее время не употребляют алкоголь. Высокие показатели употребления алкоголя среди родителей и друзей. Узнав о том, что опрашиваемые употребляют алкоголь, 60% родителей отнеслись спокойно и 32,8% рассказали о его вреде.

Библиографический список

1. Глобальная стратегия сокращения вредного употребления алкоголя // ВОЗ. – Женева, 2010.
2. Жук, Э.И. Образ жизни молодежи – показатель духовного кризиса человечества / Э.И. Жук // Чалавек. Культура. Экалогія : материалы международной науч. конф. / под общ. ред. профессора В.П. Скороходова. – Минск: Беллкоголя ИПК, 1998. – С. 58-59.
3. Копытов, А.В. Мотивы употребления алкоголя у подростков и молодых людей мужского пола, имеющих наследственность по алкогольной зависимости / А.В. Копытов // Медицинский Журнал. – 2011. – № 4. – С. 60-70.
4. Разводов, Ю.Е. Алкоголизм в Беларуси / Ю.Е. Разводов. – Гродно: Гр.ГМУ, 2004. – 35 с.

А.А. Сергеева

АДАПТАЦИЯ К ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ СРЕДЕ ВЫСШЕГО УЧЕБНОГО ЗАВЕДЕНИЯ СРЕДСТВАМИ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ

Одной из главных проблем в условиях современной тяжелой криминогенной обстановки в стране является пополнение органов внутренних дел квалифицированными кадрами по профессиям, связанными с риском для жизни.

Для профессионального исполнения возложенных обязанностей будущему сотруднику должны быть созданы необходимые условия и оказана соответствующая помощь в развитии ключевых компетенций на различных этапах освоения профессии, в том числе в процессе адаптации к учебе и службе в военизированном вузе. Качество подготовки курсантов и слушателей к службе в немалой степени зависит от успешной адаптации к новой среде, готовности к перенесению значительных физических и морально-психологических нагрузок. Первоначальной задачей всего коллектива вуза, целью профессорско-преподавательского состава института ставится подготовка курсантов и слушателей с большим набором профессиональных знаний и умений, с высоким уровнем физической подготов-

ленности, уверенного в своих силах, активного, обладающего высокой степенью психологической устойчивости, готового к выполнению служебно-боевых задач.

Главным элементом адаптационного процесса курсанта и слушателя является согласование самооценки, внутренних противоречий и возможностей субъекта с реалиями социальной среды и службы. Процесс адаптации – взаимонаправленный процесс, т.е. предполагающий взаимное воздействие социальной среды и субъекта друг на друга.

В психологии под термином «процесс адаптации» понимается перестройка психики индивида под воздействием объективных факторов окружающей среды, а также способность человека приспособливаться к различным требованиям реалий повседневной жизни без ощущения внутреннего дискомфорта и конфликта с самим собой.

С точки зрения педагогики адаптация рассматривается как активное приспособление организма к постоянно меняющимся условиям окружающей среды, происходящее без каких-либо серьезных нарушений психологического состояния человека и без сбоя функционирования организма.

Условия жизни и деятельности курсантов и слушателей военизированного учебного заведения существенно отличаются от условий гражданских вузов и от тех условий, которые у них были раньше, в связи с чем им необходима адаптация к новому образу жизни. Немаловажную роль в этом процессе играет наработанный, правильный индивидуальный подход офицеров и преподавателей к обучающимся. К нему относится работа с курсом, оказание психологической помощи, индивидуальная работа. Также в процессе адаптации на первое место ставится привитие физической культуры курсантам и слушателям. Правильно подобранные её виды и методы не только развивают и совершенствуют в человеке образ жизни, физические качества, двигательные навыки и умения, но и активно влияют на его внутренний мир, взаимоотношения в коллективе. Кроме того, занятия физической культурой оказывают положительный эффект на организм, улучшают состояние тела и оздоравливают организм человека в целом.

Говоря о вопросе адаптации к образовательной среде высшего учебного заведения курсантов и слушателей средствами физической культуры, можно выделить основные задачи. Ученики вуза должны уметь определять цели физического воспитания, спортивной подготовки и физкультурно-оздоровительной работы как факторов положительного развития личности и укрепления здоровья, правильно организовывать проведение самостоятельных тренировок с учетом индивидуальных особенностей организма.

Основаниями для этого является следующее: во-первых, курсанты и слушатели активны и в силу своего возраста, способны к быстрому обучению; во-вторых, они контактны и у них развита мотивация к достижению цели, так как они стремятся быстро получить видимые результаты и быть оценены по заслугам. Таким образом, отсутствие практического и теоретического опыта быстро компенсируется за счет быстрой и успешной адаптации.

Необходимо уделять больше внимания использованию физических упражнений как одному из важных факторов, способных оказать благоприятное влияние на процесс адаптации курсанта к условиям жизнедеятельности в военизированном образовательном учреждении. Очевидно, что общий уровень физической подготовленности современных молодых людей неуклонно снижается, а профессиональные требования возрастают, кроме того, некоторые эффективные формы физической подготовки становятся необязательными; ежегодно вовлеченность к физической культуре снижается, спортивно-массовой работой охвачены меньше половины курсантов и слушателей, наблюдается повышение заболеваемости, активное снижение иммунитета, вовлеченность к физической подготовленности обучаемых. Успеваемость по другим учебным дисциплинам, в течение учебного года снижается, а количество нарушений воинской дисциплины возрастает, что в целом свидетельствует о нарушении процесса адаптации к образовательной среде военизированного образовательного учреждения.

Очевидно снижение активности и внимания курсантов и слушателей, из-за чего происходит увеличение различных нарушений воинской дисциплины у тех из них, кто не вовлечен в регулярные занятия физическими упражнениями во всех формах физической подготовки. Поэтому в системе физической подготовки необходимо пересмотреть отношение к степени обязательности проведения различных ее форм, в частности: активно использовать разные виды (физкультпаузы, физкультминутки) для активизации психических процессов и познавательной деятельности курсантов в новых условиях жизнедеятельности и образовательного процесса; обязательно проводить спортивно-массовые мероприятия, спортивные игры, походы и других привлекательные для молодежи виды физической активности.