

Фізична культура, фізичне виховання різних груп населення

УДК 37.037

Ігор Бакіко

Профілактика вживання наркотичних речовин серед учнівської молоді

Луцький національний технічний університет (м. Луцьк)

Постановка наукової проблеми та її значення. На сучасному етапі розвитку та становлення українського суспільства особливе занепокоєння викликають поширення наркоманії в молодіжному середовищі, зниження віку, із якого починають уживати наркотичні засоби та психотропні речовини, проникнення наркотиків до закладів освіти. Мають місце непоодинокі випадки виявлення фактів незаконного обігу наркотиків безпосередньо в навчальних закладах та на прилеглих до них територіях, затримання неповнолітніх у стані наркотичного сп'яніння, вилучення наркотичних засобів та психотропних речовин у школах [2, 8–10].

На сьогодні наркоманію відносять до соціальних проблем. У виникненні адиктивної поведінки звинувачують і безробіття, і політичну нестабільність, і моральну розбещеність. Отже, необхідним складником роботи з профілактики наркоманії є своєчасне виявлення підлітків “групи ризику” та надання їм психолого-педагогічної допомоги. Для цього соціальні педагоги повинні мати достатній рівень поінформованості про причини виникнення потягу до наркотиків у підлітків і володіти відповідними соціально-психологічними заходами й методами профілактичної антинаркотичної роботи [1, 34].

Аналіз останніх досліджень із цієї проблеми. На сьогодні багато вчених займаються розробкою питань профілактики наркоманії в Україні. Серед них – фахівці Українського науково-методичного центру практичної психології та соціальної роботи (О. Коструб, О. Вінда, І. Сомоватата й ін.), Інституту психології ім. Г. Костюка АПН України (Н. Максимова, С. Толстоухова), Українського державного центру соціальних служб для молоді (З. Зайцева, Г. Рашковський та ін.), Українського інституту соціальних досліджень (О. Баларієва й О. Яременко), а також фахівці інститутів, університетів, організацій, установ, які займаються проблемами здорового способу життя в дітей, підлітків та молоді (Б. Лазаренко, І. Пінчук, А. Мазаєв й ін.).

На сучасному етапі соціальні педагоги повинні зробити все можливе, щоб не допустити проникнення такого негативного соціального явища як наркоманія в навчальний заклад, та вберегти наш генофонд від цієї загрози.

Завдання дослідження – обґрунтувати форми й методи педагогічної профілактики наркоманії та визначити умови її ефективної організації в загальноосвітній школі.

Виклад основного матеріалу й обґрунтування отриманих результатів дослідження. В останні роки збільшується кількість осіб, які вживають наркотичні засоби. Якщо в кінці ХХ ст. (за даними Міністерства охорони здоров'я) кількість офіційно зареєстрованих в Україні наркоманів становила 52 326 осіб, із них 11 126 жінок, 816 підлітків, то на початок нового тисячоліття ця цифра зросла майже у два з половиною рази. Проте це – лише офіційна статистика. На думку експертів, реальна кількість наркозалежних приблизно в 5–8 разів вища [3, 200].

Особливо актуальною для вирішення соціально-педагогічних проблем, попередження яких є простішим, ніж подолання їх негативних наслідків, є соціально-педагогічна профілактика. Термін “профілактика” (із грец. – попередження) – це комплекс науково обґрунтованих і своєчасно застосовуваних дій, спрямованих на попередження вживання наркотичних засобів підлітками, які пов'язані з психологічними, соціокультурними відхиленнями [4, 16]. Соціально-педагогічна профілактика – це

система форм, методів, засобів соціального виховання, спрямованих на створення оптимальної соціальної ситуації розвитку підлітків, яка сприятиме прояву їхньої активності в різних видах соціально значущої діяльності.

Залежно від вибору об'єкта впливу виділяють такі типи соціально-педагогічної профілактики:

1. Загальна профілактика охоплює школярів певної вікової групи в загальноосвітньому навчальному закладі та спрямована на подолання найбільш загальних, універсальних факторів і причин уживання наркотичних засобів.

2. Спеціальна профілактика орієнтована на підліткові групи, що перебувають в умовах, які підвищують імовірність загострення цієї проблеми (підлітки "групи ризику").

3. Індивідуальна профілактика спрямована на окремих підлітків для подолання специфічних для них проблем.

Залежно від того, на якому етапі розвитку проблеми та її впливу на підлітків проводяться профілактичні заходи, виділяють такі види соціально-педагогічної профілактики: *первинна, вторинна й третинна*. Первинна спрямована на попередження проблеми задовго до можливого моменту її виникнення, на створення сприятливих умов розвитку, навчання, виховання, адаптації підлітка до умов навчального закладу. Вторинна, або рання, профілактика ґрунтується на результатах діагностики соціальної ситуації розвитку конкретного підлітка та є як індивідуальною, так і колективною в плані корекції системи його життєдіяльності. Третинна профілактика – це цілеспрямована діяльність з метою попередження переходу відхилень у поведінці у важковиховуваність. Третинна профілактика містить заходи, що проводяться з підлітками, які мають відхилення в поведінці, та спрямована на попередження їх несприятливих наслідків.

Форми виявлення підлітків категорії "групи ризику" різноманітні: особисті спостереження вчителів, соціальних педагогів і психологів; чергові медичні обстеження підлітків; спеціалізовані групові заняття, рольові ігри, психологічні тренінги; відвідування місця проживання підлітків; інформація соціальних служб; проведення працівниками органів внутрішніх справ рейдів у місцях концентрації молоді: дворах, парках, скверах, підвалах, нежилых приміщеннях тощо [5, 160].

Для виявлення ставлення школярів до проблеми наркоманії й осіб, схильних до вживання наркотичних речовин, а також визначення ступеня інформованості підлітків у питаннях, пов'язаних із проблемою наркозалежності, нами було проведено опитування старшокласників СЗОШ І–ІІІ ступенів № 5 м. Луцька.

Дослідницька робота проводилася в два етапи. На першому визначався наявний рівень схильності до вживання наркотичних засобів і причини, що його зумовлюють. На другому етапі на основі виявлених причин наркоманії, вікових особливостей, наслідків виникнення наркотичної залежності визначалися та обґрунтовувалися ефективні методи протидії наркоманії серед неповнолітніх. У дослідно-експериментальній роботі взяло участь 87 школярів, із них – 39 юнаків і 48 дівчат.

Визначаючи вікові межі першого вживання наркотичних речовин, тобто відповідаючи на запитання "У якому віці вперше спробував наркотик?", ми отримали результати, що показали: у 4 опитуваних перший досвід уживання наркотиків припадає на 11 років (4,6 %). У віці 12–14 років інтерес до наркотиків згасає, та знову зростає у 16–17 років – 2 дітей (13,7 %). Такі дані свідчать про омолодження наркоманії й зумовлюють необхідність здійснення первинної профілактики, починаючи ще з молодшого шкільного віку із метою недопущення поширення цього негативного явища серед учнівської молоді. Серед поширених наркотиків, які вперше спробували респонденти, є такі: марігуана, гашиш (6 %), транквілізатори (4 %), і майже 4 % опитуваних не знають, що саме вони вживали.

Серед чинників, які сприяли вживанню наркотиків, старшокласники назвали: цікавість (7,7 % хлопців і 2 % дівчат), бажання зазнати приємних відчуттів (7,7 % хлопців та 2 % дівчат); серед інших – стреси, надлишок вільного часу й грошей, бажання "політати", розслабитися, "бути такою, як усі". Ставлення до наркоманії суперечливе, у багатьох дітей спостерігаються захоплення та цікавість, у деякого виникають негативні емоції, такі як осуд, ненависть. У більшій частини проблема взагалі не викликає ніяких емоцій, спостерігається повна байдужість до осіб, які вживають наркотичні засоби.

Аналізуючи досвід діяльності завуча з виховної роботи СЗОШ І–ІІІ ступенів № 5 м. Луцька, ми відзначили, що щорічно в школі проводяться місячники з профілактики наркоманії та пропаганди здорового способу життя. У 2011–2012 навчальному році серед старшокласників проведено місячник боротьби із ВІЛ-інфекцією й уживанням наркотиків, тренінги, кінолекторії з означеної проблематики.

Для оптимізації профілактичної антинаркотичної роботи нами було проведено тренінг із профілактики наркоманії в молодіжному середовищі, який включав вправи профілактичного типу щодо такого негативного прояву в учнівському середовищі, як наркоманія. Розширено та поглиблено знання підлітків про шкідливість уживання наркотиків у їхньому віці; в цілому відбулося покращення ставлення школярів до себе, до власних можливостей.

Висновки. У результаті дослідження визначено та обґрунтовано, що ефективна соціально-педагогічна профілактика повинна включати в себе первинну, вторинну й третинну профілактику. Важливий елемент профілактики – індивідуальна та групова форми роз'яснення проблем соціалізації підлітка. Дуже важливо, щоб соціальний педагог відчував доцільність використання ситуації в проведенні профілактичної бесіди, принципів діалогічного спілкування. Проводячи експериментальне дослідження визначення ставлення старшокласників до проблеми наркоманії, ми відзначили, що в загальноосвітній школі на сьогодні є школярі, які спробували наркотики; підтверджено ефективність проведення первинної профілактики серед молодших школярів, щоб не допустити вживання наркотичних речовин у такому ранньому віці; обґрунтовано необхідність цілеспрямованої й ефективної профілактичної антинаркотичної роботи на інших етапах шкільного навчання.

Перспективи подальших досліджень полягають у вивченні профілактики вживання наркотичних речовин серед студентської молоді.

Список використаної літератури

1. Збірник законодавчих та нормативно-правових актів у сфері обігу наркотичних засобів, психотропних речовин та прекурсорів. – К.: [б. в.], 2004. – С. 34.
2. Гульдман В. В. Подросток-наркоман и его окружение / В. В. Гульдман, О. Л. Романова, О. К. Сиденко // Вопросы наркологии. – 1993. – № 2. – С. 8–10.
3. Максимова Н. Ю. Соціально-психологічні аспекти профілактики адитивної поведінки підлітків та молоді / Н. Ю. Максимова, С. В. Толстоухова. – К.: [б. в.], 2000. – С. 200.
4. Круглянський В. Ф. Наркомания и токсикомания у подростков / Круглянський В. Ф. – Мн.: [б. и.], 1989. – С. 16.
5. Колесов Д. В. Не допустити беды / Колесов Д. В. – М.: [б. и.], 1988. – С. 160.

Анотації

На сьогодні наркоманію відносять до соціальних проблем. У виникненні адиктивної поведінки звинувачують і безробіття, і політичну нестабільність, і моральну розбещеність. Отже, необхідною складовою роботи з профілактики наркоманії є своєчасне виявлення підлітків “групи ризику” і надання їм психолого-педагогічної допомоги. Для цього соціальні педагоги повинні мати достатній рівень поінформованості про причини виникнення потреби до наркотиків у підлітків і володіти відповідними соціально-психологічними заходами й методами профілактичної антинаркотичної роботи. Завдання дослідження – науково обґрунтувати форми та методи педагогічної профілактики наркоманії й визначити умови її ефективної організації в загальноосвітній школі. У результаті дослідження визначено та обґрунтовано, що ефективна соціально-педагогічна профілактика повинна включати в себе первинну, вторинну й третинну профілактику. Важливий елемент профілактики – індивідуальна та групова форми роз'яснення проблем соціалізації підлітка. Дуже важливо, щоб соціальний педагог відчував доцільність використання ситуації в проведенні профілактичної бесіди, принципів діалогічного спілкування. Проводячи експериментальне дослідження визначення ставлення старшокласників до проблеми наркоманії, ми відзначили, що в загальноосвітній школі на сьогодні є школярі, які спробували наркотики; підтверджено ефективність проведення первинної профілактики серед молодших школярів, щоб не допустити вживання наркотичних речовин у такому ранньому віці; обґрунтовано необхідність цілеспрямованої й ефективної профілактичної антинаркотичної роботи на інших етапах шкільного навчання.

Ключові слова: профілактика, наркотичні речовини, учнівська молодь, антинаркотична робота.

Игорь Бакико. Профилактика употребления наркотических веществ среди школьной молодежи. На сегодняшний день наркоманию относят к социальным проблемам. В возникновении адиктивного поведения обвиняют и безработицу, и политическую нестабильность, и моральную распущенность. Следовательно, необходимой составляющей работы с профилактики наркомании является своевременное выявление подростков “группы риска” и предоставления им психолого-педагогической помощи. Для этого социальные педагоги должны иметь достаточный уровень осведомленности о причинах возникновения потребности к наркотикам у подростков и владеть соответствующими социально-психологическими мероприятиями и методами профилактической антинаркотической работы. Задача исследования – научно обосновать формы и методы педагогической профилактики наркомании и определить условия ее эффективной организации в общеобразовательной школе. В результате исследования было определено и обосновано, что эффективная социально-педагогическая профилактика должна включать в себя первичную, вторичную и третичную профилактику.

Важный элемент профилактики – индивидуальная и групповая форма разъяснения проблем социализации подростка. Очень важно, чтобы социальный педагог чувствовал целесообразность использования ситуации в проведении профилактической беседы, принципов диалогического общения. Проводя экспериментальное исследование, с целью определения отношения старшеклассников к проблеме наркомании, мы отметили, что в общеобразовательной школе на сегодняшний день есть школьники, которые попробовали наркотики; подтверждена эффективность проведение первичной профилактики среди младших школьников, чтобы не допустить употребления наркотических веществ в таком раннем возрасте; установлена необходимость целенаправленной и эффективной профилактической антинаркотической работы на других этапах школьной учебы.

Ключевые слова: профилактика, наркотические вещества, школьная молодёжь, антинаркотическая работа.

Igor Bakiko. Drug Usage Preventing Among Young People. Nowadays drug addiction is regarded to be a social problem. In case of addictive behavior they blame unemployment and political instability as well as moral depravity. Thus, a necessary part of work with drugs prevention measures is early detection of adolescents "at risk" and provide them with psychological and pedagogical help. Therefore, social pedagogues should have sufficient awareness of the reasons of need for drugs among adolescents, and possess appropriate social and psychological measures and methods of prevention anti-drugs work. Research objectives: the research justifies forms and methods of pedagogical drug prevention and determine conditions of its effective organization in a secondary school. As a result of the study it was determined and proved that effective social and educational prevention should include primary, secondary and tertiary prevention. An important element of prevention is individual and group forms of explaining of the problems of teenage socialization. It is important for a social teacher to feel expediency of using the situation for conducting preventive conversation, principles of dialogic communication. Through experimental study of the attitudes senior graders to the problem of drug addiction, we noted that in schools today there are students who have tried drugs. It was confirmed that primary prevention measures among primary school children is effective in preventing drug use in such an early age, the necessity of purposeful and effective drug prevention work on other stages of schooling was proved.

Key words: prevention, drugs, school children, antidrug work.

УДК 37.037

Joanna Baj-Korpak*,
Andrzej Soroka*,
Dominik Dąbrowski*,
Filip Korpak**,
Agata Poczarska-Dec*,
Ewelina Niżnikowska*

Samocena aktywności fizycznej studentów kierunku Wychowanie Fizyczne Wydziału Wychowania Fizycznego i Sportu w Białej Podlaskiej

**PSW im. Papieża Jana Pawła II w Białej Podlaskiej,*

***Wydział Wychowania Fizycznego i Sportu w Białej Podlaskiej*

Wstęp. Jedną z przejawianych i powszechnie akceptowanych potrzeb człowieka jest aktywność fizyczna, która w dzisiejszym społeczeństwie konsekwentnie zajmuje stałą i znaczącą pozycję w czasie wolnym (Soroka, Baj-Korpak, Łukaszuk, 2010).

Przez aktywność fizyczną należy rozumieć wysiłek fizyczny podejmowany w ramach czynności wykonywanych w pracy zawodowej lub obowiązkowych zajęciach szkolnych, w domu i jego otoczeniu, podczas przemieszczania się z miejsca na miejsce oraz w czasie wolnym przeznaczonym na rekreację fizyczną, ćwiczenia fizyczne lub sport (Piątkowska, Pec, Smoleń-Jajeńska, 2008).

Aktywność fizyczna jako bodziec naturalny potrafi wpływać na cały nasz organizm, oddziałując korzystnie na czynności wszystkich narządów. Jest osią, wokół której budować można całą strategię zdrowego stylu życia pod warunkiem, że wysiłek podejmowany jest poniżej wartości krytycznej, jest umiarkowany, odpowiednio dozowany, a obciążenia wzrastają stopniowo i systematycznie (Kulmatycki, 2003).

Mimo zauważalnego wzrostu poziomu zdrowotnej świadomości aktywnego uczestnictwa w kulturze fizycznej, zdecydowana większość społeczeństwa nie dostrzega zależności między zdrowiem a aktywnością