

УДК 371.7

ИССЛЕДОВАНИЕ ЗНАНИЙ У ПЛОВЦОВ 14-15 ЛЕТ О ВРЕДНЫХ ПРИВЫЧКАХ

Симанова К.К.

бакалавр,

Мурманский арктический государственный университет

Мурманск, Россия

Троценко А.А.

доцент кафедры физической культуры, спорта и безопасности жизнедеятельности

Мурманский арктический государственный университет

г. Мурманск, Россия

Аннотация. В статье кратко представлены результаты исследования знаний у пловцов подросткового комплексной спортивной школы олимпийского резерва г. Мурманска о вредных привычках. Рассматриваются эффективные методы и методики по профилактике вредных привычек у обучающихся среднего звена образовательных учреждений в аспекте безопасности.

Ключевые слова: профилактика, вредные привычки, пловцы 14-15 лет, безопасность жизнедеятельности.

PREVENTION OF HARMFUL HABITS OF STUDENTS 8TH FORMS IN THE SAFETY ASPECT

Simanova K. K.

bachelor,

Murmansk Arctic State University

Murmansk, Russia

Trotsenko A.A.

Associate Professor of the Department of Physical Culture, Sports and Life Safety

Murmansk Arctic State University

Murmansk, Russia

Abstract: The article briefly presents the results of a study of the knowledge of swimmers of the teenagers complex sports school of the Olympic reserve of Murmansk about bad habits. Effective methods and techniques for the prevention of bad habits in middle-level students of educational institutions in the aspect of safety are considered.

Keywords: prevention, harmful habits, swimmers aged 14-15 years, safety of life.

В настоящее время наиболее важным является поиск эффективных технологий противодействия росту вредных привычек среди детей, подростков и молодежи, способных сформировать такие поведенческие модели, которые бы исключали полностью тягу к никотину, алкоголю и наркотикам. Ведущая роль в борьбе с подростковой наркоманией принадлежит системе образования [12]. Именно в образовательном учреждении, возможно, организовать работу по профилактике употребления наркотических средств в ходе, обучающего и воспитательных процессов. Всегда легче что-то предотвратить, чем потом исправлять уже допущенные ошибки. В силу особенности своего содержания, индивидуальной направленности курс «Основы безопасности жизнедеятельности» имеет реальные возможности формировать у школьников социальные и жизненные навыки, обеспечивающие физическое и психическое здоровье, активную деятельную жизнь и долголетие [1].

Чаще всего появление вредных привычек связывают с высоким уровнем стресса в жизни человека. Но не все люди в состоянии стресса прибегают к пагубным привычкам. Отсутствие контроля, слабо развитые волевые процессы и саморегуляции эмоциональных состояний с повышенной тревожностью и стрессогенными факторами являются причиной формирования вредных привычек [2].

Важно объяснить ученикам, какой вред здоровью они могут принести, показать негативные примеры и преимущества здорового образа жизни, демонстрируя убедительные факты [3].

Выявление условий, обеспечивающих функционирование и развитие педагогической системы, целостного педагогического процесса является одной из важных задач педагогических исследований, успешное решение которой, как правило, составляет научную новизну исследования и обуславливает его практическую ценность [13; 5].

В школе «стержнем» первичной, позитивной профилактики является использование педагогических, образовательных технологий, которые обеспечивают развитие ценностей здорового образа жизни у обучающихся и взаимосвязь с учебным процессом. Делают профилактическую работу интересной и деятельностной для школьников, результативной [6; 7]. Методы работы, которые могут быть использованы в ходе профилактики вредных привычек, следующие:

- лекции;
- беседы;
- сказкотерапия;
- групповая работа;
- дискуссии;
- ролевые игры;
- «круглые столы»;
- социально-психологический тренинг.

По мнению Гузеева В.В., проектное обучение поощряет и усиливает истинное учение со стороны учеников, расширяет сферу субъективности в процессе самоопределения, творчества и конкретного участия [8].

Цель исследования: выявить уровень знаний у пловцов 14-15 лет комплексной спортивной школы олимпийского резерва г. Мурманска о вредных привычках.

Результаты исследования

В мае 2022 года для выявления уровня знаний о вредных привычках было проведено исследование среди пловцов 14-15 лет в комплексной спортивной школе олимпийского резерва г. Мурманска (n=16).

На данный момент в образовательных учреждениях существует много различных предметов и дополнительных занятий, но не менее важный урок в школе считается ОБЖ, которые включают в себя изучение обучения школьников, как правильно поступать в любых жизненных ситуациях, уметь правильно действовать при любой опасности в рамках школьной программы. Однако, объем изучаемой информации достаточно мал, а родителями по данному вопросу не уделяется необходимого внимания. Для проведения исследования нами была проведена беседа и апробирована анкета (автор: Соловьева Д.Ю.) [4]. Беседа «Необычные вредные привычки» была направлена на формирование у обучающихся стремление к здоровому образу жизни, создать понимание о том, что здоровье - это важнейшая человеческая ценность. По ходу беседы, обучающиеся активно отвечали на вопросы, давали определение таким понятиям, как «вредная привычка», «алкоголизм», «наркомания» и т.п. После проведенной беседы была выдана обучающимся анкета «Вредные привычки» по методике Горяевой Е.П., Стебеновой Н.В., которая ориентирована на выявление информированности о вредных привычках, обучающихся 8-х классов. Рассмотрим ее результаты на рисунках [5].

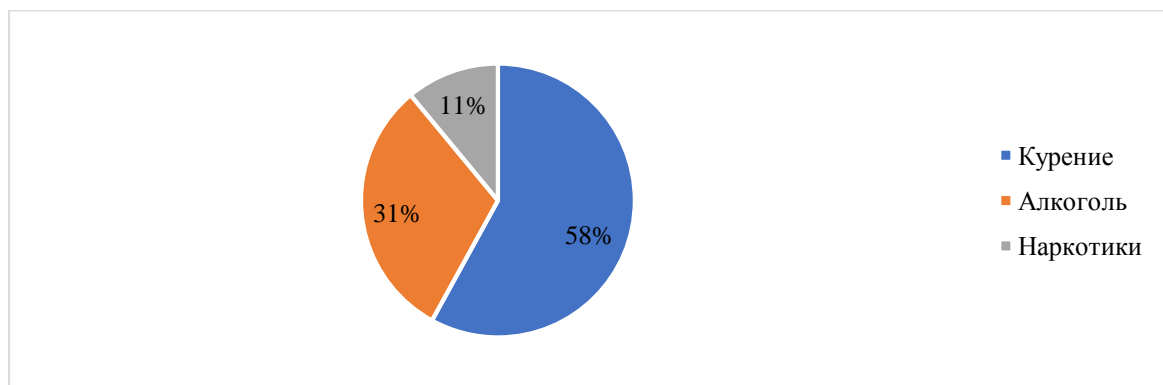


Рис.1. Результат ответов на вопрос «Самыми пагубными привычками являются, по моему мнению...»

Анкета состояла из 10 вопросов, которые были направлены на выявление уровня сформированности у пловцов 14-15 лет о вредных привычках.

На рисунке 1 представлен общий анализ вопросов, который показывает уровень информированности о вредных привычках подростков. Всего было дано 160 ответа, из них выявлено, что школьники относят курение 58% к самой пагубной привычки, далее идет алкоголь 31% и наркотики 11%.

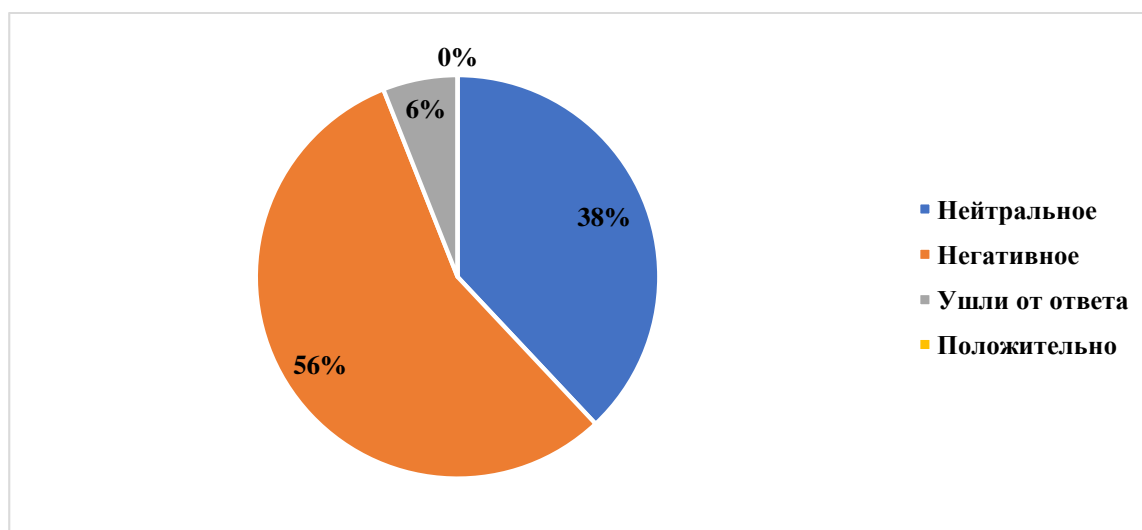


Рис.2. Результат ответов на вопрос «Ваше отношение к вредным привычкам»

На рисунке 2 представлен вопрос на тему отношения испытуемых к вредным привычкам. Лишь 6% ушли от ответа на данный вопрос.

Нейтрально относятся к вредным привычкам 38% опрошенных и самый большой процент показывает, что обучающиеся негативно относятся к вредным привычкам. Также в анкете был ответ «положительно», но как показывает анализ анкетирования никто из обучающихся не выбрал этот ответ.

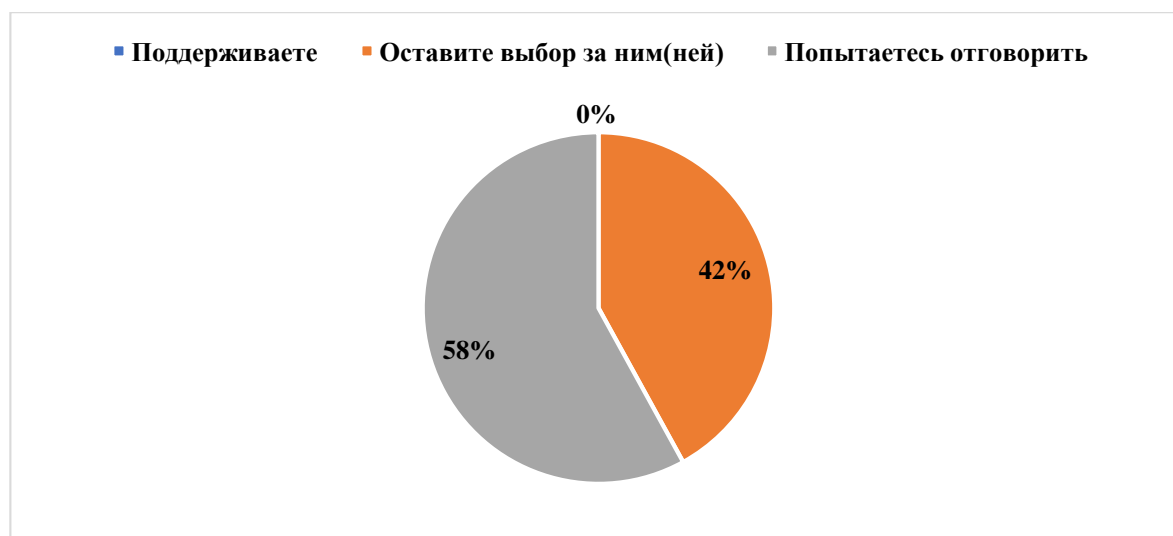


Рис.3. Результат ответов на вопрос «Если Ваш друг(подруга) решит попробовать вредные вещества»

На рисунке 3 выявлено, что 0 % школьников поддержат своего друга(подругу), если он(а) решит попробовать вредные вещества. Также 42% показывает, что оставят выбор за ними и 58% попытаются отговорить своих друзей от употребления.

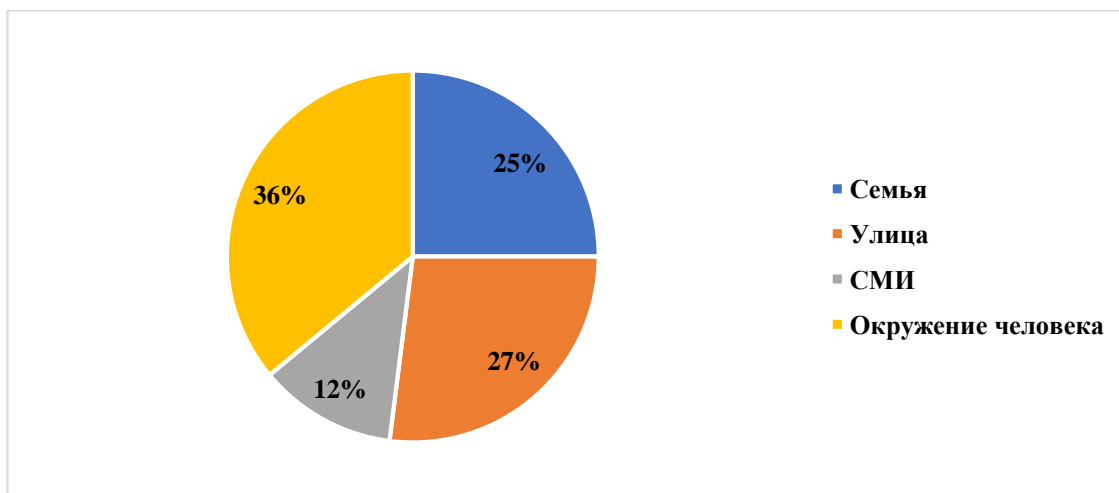


Рис.4. Результат ответов на вопрос на тему «Кто является источником появления вредных привычек»

Исходя из данного рисунка, можно сказать, что главным источником вредных привычек считается окружение человека, которое может влиять как положительно, так и негативно. Самое минимально значение оказывает средство массовой информации. Следует обратить внимание на то, что источником вредных привычек может являться семья и улица.

Анкетирование показало, что у большей части испытуемых есть знания о вредных привычках, а конкретно о видах и способах употребления. При разговоре с подростком очень важно делать упор именно на то, что это нужно школьнику, а не родителям или учителю [16; 18]. Не нужно описывать школьнику какие-то неясные перспективы того, что с ним будет через много лет, если он отдастся во власти вредных привычек. Для школьника нужно уяснить то, насколько ему самому именно сейчас нужен этот здоровый образ жизни [14].

Обсуждение

Стоит задуматься о результатах предварительного исследования, так как родители и школа, по разным причинам, мало уделяют времени для бесед по профилактике к пагубным привычкам [10]. Следовательно, необходимо осуществлять просветительскую работу по профилактике

вредных привычек среди школьников как со стороны школы, так и со стороны родителей. Повышение уровня профилактики вредных привычек является гарантией снижения числа правонарушений среди несовершеннолетних [15]. В дальнейшем можно разработать новые формы и методы занятий для лучшего усвоения материала, также активизировать работу по повышению уровня профилактики вредных привычек у подростков и их родителей (уроки основ безопасности жизнедеятельности, родительские лектории), роль правоохранительных органов, школы и семьи в воспитательной работе, расширение деятельности культурно - досуговых центров [9].

Выводы

1. Знания о вредных привычках у пловцов 14-15 лет сформированы. Большая часть опрошенных негативно относится к вредным привычкам и попытается отговорить своего друга(подругу) от употребления пагубного воздействия тех или иных веществ [11].

2. Основными источниками появления вредных привычек являются окружение человека, улица и семья. Также испытуемые – пловцы 14-15 лет знают о видах алкоголя, табачных изделий, наркотических средствах.

Библиографический список:

1. Андреев, В. А. О способе развития мотивации к здоровому образу жизни при психотерапии наркоманий / В. А. Андреев, В. И. Евдокимов // Вестник психотерапии. – 2019. – № 71(76). – С. 78-89. – EDN QNEGZN.

2. Березин, С. В. Предупреждение подростковой и юношеской наркомании / [С. В. Березин, К. С. Лисецкий, Е. А. Назаров]; под редакцией С. В. Березина, К. С. Лисецкого. – Москва: Изд-во Ин-та психотерапии, 2001. - 241 с.

3. Баженова, Н. Г. Сравнительный анализ ценностных ориентаций у наркозависимых личностей и не употребляющих наркотические средства / Н. Г. Баженова, Д. А. Хабибулин, Е. Р. Тумбасова // Перспективы науки и образования. – 2018. – № 6(36). – С. 140-146. – DOI 10.32744/pse.2018.6.15. – EDN VPJHGE.

4. Биловус, В. К. Здоровьесбережение как механизм формирования здорового образа жизни современной молодежи / В. К. Биловус, А. М. Руденко // Гуманитарные, социально-экономические и общественные науки. – 2020. – № 6. – С. 20-23. – DOI 10.23672/q0306-5906-2204-о. – EDN VFEVGQ.

5. Гужова, П. А. Здоровый образ жизни: позиция студентов / П. А. Гужова // Alma mater (Вестник высшей школы). – 2021. – № 10. – С. 38-45. – DOI 10.20339/AM.10-21.038. – EDN NQDSKZ.

6. Зекиев, Э. В. Роль учителя ОБЖ в профилактике вредных привычек / Э. В. Зекиев, Ф. М. Байбуртли // Молодой ученый. - 2015. - № 2. - С. 521-523.

7. Зволинская, Е. Ю. Распространенность и различные аспекты профилактики вредных привычек среди учащейся молодежи / Е. Ю. Зволинская, В. Ю. Климович // Профилактическая медицина. – 2018. – Т. 21. – № 6. – С. 54-62. – DOI 10.17116/profmed20182106154. – EDN YWAATB.

8. Здоровье как объект психологического исследования / Е. А. Петрова, В. А. Морозов, Е. Г. Бабич, Е. И. Дубровинская // Ученые записки Российского государственного социального университета. – 2016. – Т. 15. – № 2(135). – С. 6-13. – DOI 10.17922/2071-5323-2016-15-2-6-13. – EDN WXQJHR.

9. Колышницына Т.С., Молоков Д.С., Ходырев А.М. Профилактика употребления детьми и подростками психоактивных веществ. Ярославский педагогический вестник. 2017;1:52-58. EDN: YQYAQT.

10. Кулинич, Г. Г. Вредные привычки: профилактика зависимостей: 8-9 классы: [классные часы. Родительские собрания. Викторины, конкурсы. Тесты, анкеты. Советы психолога и врача] / Г. Г. Кулинич. – Москва: ВАКО, 2016. - 221 с.

11. Комиссаров, Б. Г. Подросток и наркомания / Б. Г. Комиссаров. – Ростов - на-Дону: Феникс, 2018. – 126 с.

12. Комплексная оценка здоровья участников образовательного процесса: учебное пособие для вузов / Р. И. Айзман, А. В. Лебедев, Н. И. Айзман, В. Б. Рубанович; под общей редакцией Р. И. Айзмана. – Москва: Юрайт, 2020. -206 с.

13. Кузнецова, Н. В. Нестандартные формы обучения ОБЖ как условие формирования познавательного интереса учащихся / Н. В. Кузнецова, Ю. А. Федулова // Наука и Образование. – 2021. – Т. 4. – № 1. – EDN ELBCZD.

14. Михайлова Ю.В., Абрамов А.Ю., Цыбульская И.С., Шикина И.Б., Халиуллин Н.И., Низамова Э.Р. Наркотизация детей, подростков и молодежи России. «Социальные аспекты здоровья населения». Электронный научный журнал. Эл №ФС77-28654. 2014(3):37. Ссылка активна на 11.05.2018. <https://vestnik.mednet.ru/content/view/572/30/lang.ru/>. EDN: SINAT

15. Нахимова Я.Н., Ромашкина Г.Ф. Социальные установки молодежи на употребление наркотиков и профилактика наркомании. Образование и наука. 2017;19(4):138-160. DOI: 10.17853/1994-56392017-6-138-160 EDN: YURFIZ

16. Немировский, О. Н. Игры с наркотиками: книга для родителей и педагогов / О. Н. Немировский. - Санкт-Петербург: Реноме, 2020. – 158 с.

17. Профилактика наркомании и токсикомании среди детей и молодежи: [сборник] / [составитель Калачев Б. Ф.]. - Москва: ПИК ВИНТИ, 2018. – 94 с.

18. Троценко А.А. Методика преподавания дисциплины «Безопасность жизнедеятельности» в контексте нового федерального государственного образовательного стандарта // Сборник: Развитие арктических территорий: опыт, проблемы, перспективы Материалы международной научно - практической конференции. - Красноярск, 2018. - 388 с. - С. 182 - 186.

Оригинальность 76%