

УДК 316.454.3

Г. В. Талалаева,

доктор медицинских наук, доцент,
профессор кафедры ОРМ,

Е. А. Туробова,

магистрант, 2 курс,

Уральский федеральный университет

имени первого Президента России Б. Н. Ельцина,

г. Екатеринбург

ФОРМИРОВАНИЕ КУЛЬТУРЫ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ У ПОДРОСТКОВ ГОРОДА УРАЯ

Проблема формирования культуры здорового образа жизни остается одной из самых актуальных для педагогического сообщества и специалистов в области организации работы с молодежью. Последние годы данная проблема приобретает новые черты: она омолаживается; снижается средний возраст наркомана, молодеет контингент лиц, вовлеченных в зависимое поведение. По данным зарубежных экспертов, в нашей стране оседает от 75 до 80 тонн героина – самого опасного и безжалостного наркотика. Это в 3,5 раза больше чем в США и Канаде вместе взятых и в 2 раза больше чем в Китае; по сравнению с 1997 годом количество взрослых наркоманов в России увеличилось в 8 раз, подростков-наркоманов 18 раз; число детей, зависимых от наркотиков, выросло в 24,3 раза [1]. В настоящее время наше общество стоит перед фактом нарастающего вала подростковой наркомании, поэтому педагоги и специалисты в области организации работы с молодежью ведут поиск новых эффективных средств первичной профилактики наркомании и формирования у подрастающего поколения навыков здорового образа жизни.

Можно выделить два направления в этих поисках: физиологический и социально-психологический. К первому можно отнести тестирование школьников на употребление психотропных и наркотических веществ; ко второму – интерактивные формы общения с детьми и подростками, направленные на развитие у них компетенций здоровьесбережения. Примером первого направления является приказ Министерства общего и профессионального образования Свердлов-

ской области и Министерства здравоохранения Свердловской области от 03.09.2013 № 572-и /1137-п «О проведении тестирования обучающихся в государственных и муниципальных общеобразовательных учреждениях и учреждениях среднего профессионального образования Свердловской области на наличие психоактивных веществ в 2013-2014 учебном году» [2]. Иллюстрацией второго направления первичной профилактики наркомании у детей и подростков с формированием у них компетенций здоровьесбережения является опыт города Лобня, где по заказу администрации города при участии детских психологов, педагогов, наркологов коллективом театра «Куклы и Люди» был создан специальный спектакль, вошедший в программу «Прививка против наркотиков» [3]. Какое из направлений работы со школьниками окажется наиболее эффективным, покажет время. Не вызывает сомнений тот факт, что на успешность работы с подростками будут оказывать влияния региональные и местные особенности жизнеустройства больших и малых городов. Поэтому нам представляется важным осуществлять мониторинг актуальных потребностей подростков, своевременно выявлять доминирующие в подростковой среде модели коммуникативного общения, а также уровень predispositions к ведению здорового образа жизни.

Ранее нами было изучено отношение студентов Уральского государственного университета к здоровому образу жизни и установлено, что менее половины из числа опрошенных (47,3 %) открыто заявляют о своей приверженности здоровому образу жизни, большинство не делают этого из-за недостаточной популярности темы ЗОЖ среди сверстников [4].

В настоящем исследовании мы проанализировали predisposition к здоровому образу жизни у школьников г. Урая. Опрос проведен на базе средней общеобразовательной школе № 4 в период с 7 по 25 декабря 2012 года во время перемен между занятиями. В опросе приняли участие 45 школьников средних и старших классов. Среди полученных данных обращают на себя внимание следующие.

На вопрос «Как вы проводите свободное время?» большинство респондентов ответили: «Развлекаюсь» (51 %). Треть участников опроса в свободное время занимается спортом, каждый десятый затрудняется ответить; и только 5 % опрошенных занимаются дополнительно учебой, стремясь вписаться в общество знаний, заботясь о своем будущем как квалифицированном и конкурентном работнике.

Снимать стресс большинство опрошенных подростков предпочитали общением со сверстниками (54 %): 40 % в виде встреч и бесед, 9 % путем участия в волонтерских акциях и походах, 5 % посещая дискотеки. Вместе с тем почти у половины старшеклассников не были выработаны эффективные для них способы восстановления самочувствия и работоспособности после перенесенного ими стресса.

Примечательно, по самооценкам опрошенных их поведение в условиях стресса носило пессимистическую окраску: в рудной ситуации надеялись на успех в будущем только 2 % подростков, верили в себя менее одной пятой респондентов (18 %). Отсутствие навыков здоровьесберегающего поведения почти у половины опрошенных и неверие в свои силы у 4/5 опрошенных сопровождалось высоким уровнем предрасположенности респондентов к зависимому поведению: 87 % заявили, что имеют сложившийся стиль употребления спиртного, из них употребляют алкоголь «примерно раз в месяц» половина подростков (47 %). При этом респонденты допускают, что подтолкнуть к употреблению наркотиков их могут типичные жизненные ситуации: психологический срыв (36 %), пагубное влияние компании (20 %), конфликт с любимым/любимой (20 %), проблемы с родителями (16 %). Отвечая на вопрос о предпочитаемых формах общения, подавляющее большинство опрошенных (80 %) высказались в пользу живого общения, отвергнув телефонное и Интернет-общение как способ эффективной коммуникации.

Учитывая несформированные навыки здоровьесбережения и тягу к межличностному общению, были разработаны рекомендации по активизации антинаркотической пропаганды среди школьников г. Урая. Было предложено акти-

визировать интерактивные формы воспитательной и внеучебной работы в школе, сформировать клубы по интересам по месту жительства подростков, пропаганду здорового образа жизни среди школьников активизировать и осуществлять в виде различных творческих конкурсов, игровых мероприятий и соревнований.

Список литературы

1. Талалаева Г. В., Павлов Б. С. Демографические аспекты самосохранительного поведения молодежи. Екатеринбург : РИСО УрО РАН, 2008. 146 с.
2. Наркомания: статистика URL: <http://www.russlav.ru/narkotik/narkomaniya-statistika.html>.
3. Приказ Министерства общего и профессионального образования Свердловской области и Министерства здравоохранения Свердловской области от 03.09.2013 № 572-и /1137-п «О проведении тестирования обучающихся в государственных и муниципальных общеобразовательных учреждениях и учреждениях среднего профессионального образования Свердловской области на наличие психоактивных веществ в 2013–2014 учебном году» // Приказы МО. URL: http://www.minobraz.ru/dokumenty/prikazy_mo/.
4. Программа профилактики наркомании – прививка против наркотиков. URL: <http://www.ecad.ru/center/spbumag/sem14/5.htm>.

УДК 379.8:614-053.2

П. В. Тарасов,

студент, 2 курс,

Поволжский институт управления

имени П.А.Столыпина – филиал

РАНХиГС при Президенте Российской Федерации,

г. Саратов

ОРГАНИЗАЦИЯ ДОСУГА КАК ЗАБОТА О ЗДОРОВЬЕ ПОДРАСТАЮЩЕГО ПОКОЛЕНИЯ

Приоритетными направлениями работы с подрастающим поколением признаются следующие: развитие детского и молодежного общественного движения; воспитание гражданственности и патриотизма молодежи; создание условий, способствующих улучшению демографической ситуации (повышение ценности семейных отношений у молодежи, формирование здорового образа жизни, популяризация занятий спортом). Работа с молодежью проводится с це-