

СПОРТ КАК МЕТОД ПРОФИЛАКТИКИ АСОЦИАЛЬНОГО ПОВЕДЕНИЯ МОЛОДЕЖИ

Дзряян Елена Торосовна

Студеникина Ксения Павловна

Ростовский государственный экономический университет,

г. Ростов-на-Дону, Россия

Аннотация: Исследования российских и иностранных экспертов свидетельствуют о том, что средства физической культуры и спорта обладают возможностью решать проблемы повышения уровня психического и физического здоровья человека. Всемирно признано, что занятия физической культурой и спортом считаются не только средством укрепления здоровья, профилактики разных болезней и асоциального поведения, и еще основой здорового образа жизни.

Annotation: Researches of Russian and foreign experts testify that the means of physical education and sport have the ability to improve mental and physical health. It is acknowledged worldwide that physical education and sports are considered not only a way to strengthen health, to prevent various diseases and antisocial behavior, but also the foundation of a healthy lifestyle.

В современном мире наряду с позитивными переменами остро проявились социальные проблемы, непосредственно влияющие на становление личности детей и молодежи. Все больше молодых людей становятся приверженцами асоциального поведения. Уровень подростковой преступности растет с каждым днем, что в значительной мере предопределяет будущую криминогенную обстановку в России.

Растет число подростков не успевающих в учебе, употребляющих алкоголь и наркотики, совершающих уголовные преступления. Все больше втягивается подростков в преступный бизнес, продажу наркотиков и многое другое. И все это заставляет задуматься, ведь от того чем занимается подросток в свободное время, как организовывает свой досуг, зависит дальнейшее формирование его личностных качеств, потребностей, ценностных ориентаций, мировоззренческих установок, а в целом предопределяет его положение в обществе.

В создавшейся ситуации наиболее актуальными и социально значимыми задачами для семейного, школьного и общественного воспитания являются сдерживание роста девиации и асоциального поведения.

Асоциальное (аморальное) поведение - это поведение, уклоняющееся от выполнения морально-нравственных норм, непосредственно угрожающее благополучию межличностных отношений. Оно может проявляться как агрессивное поведение, сексуальные девиации (беспорядочные половые связи, проституция, соращение, и др.), вовлеченность в азартные игры на деньги, бродяжничество, иждивенство.

В подростковом возрасте наиболее распространены уходы из дома, бродяжничество, школьные прогулы или отказ от обучения, граффити, сленг, татуировки. У детей чаще встречаются побеги из дома, бродяжничество, злословие, ложь, воровство, вымогательство или попрошайничество.

Границы асоциального поведения особенно изменчивы, поскольку оно более других поведенческих девиаций находится под влиянием культуры и времени. Это – настоящий бич современного мира, детям просто некуда себя « деть ». Они не знают где и как применить свою энергию, как реализовать себя.

И, по нашему мнению, одним из путей преодоления этой проблемы – обеспечение доступности спорта для учащейся молодежи как способ предупреждения асоциального поведения личности.

Исследования российских и иностранных экспертов свидетельствуют о том, что средства физической культуры и спорта обладают возможностью в комплексе решать проблемы повышения уровня психического и физического здоровья человека, воспитания и образования молодых людей и формирования здорового морально-психологического климата в обществе [3]. Всемирно признано, что занятия физической культурой и спортом считаются не только средством укрепления здоровья, но и средством профилактики разных болезней, асоциального поведения, и еще основой здорового образа жизни.

Особенностью физкультурно-спортивной профилактической работы считается комплексное действие на личность, включающее в себя перемену поведения, удовлетворение потребности в самореализации.

В отличие от иных форм досуговой работы, как отмечают В.И. Дубровский, Ю.П. Лисицин, спорт, кроме интеллектуальной и психоэмоциональной компоненты, имеет физическую, и считается наиболее сильным средством воздействия на подрастающий организм. Физические нагрузки оказывают формирующее действие на разные системы организма и удовлетворяют естественную потребность ребенка в движении [1,2].

Значительную роль в приобщении молодых людей к физкультурно-спортивной работе играют те мотивы, которые вызывают специфическое чувство удовлетворения от проявления мышечной активности, эстетическое удовольствие от красоты, точности и ловкости собственных движений. Желание проявить себя отважным и решительным при выполнении трудных спортивных упражнений, а также достичь точных результатов, доказать свой профессионализм, стать крепким, сильным и здоровым.

Для повышения заинтересованности в спорте у граждан нашей страны необходимо в первую очередь сделать его более доступным. Часто бывает, что найдя себе новое увлечение, мы хотим погрузиться в него с головой, однако, если на пути возникают какие-либо препятствия, интерес постепенно затухает. Поэтому важно оставлять двери постоянно открытыми.

В 2009 году стартовал проект «500 бассейнов». Он был задуман для развития массового спорта и физической культуры в высших учебных заведениях. Более 20 бассейнов планируют построить в нынешнем году в рамках этого проекта.

Глава государства предложил сконцентрироваться на создании малобюджетных объектов. Благодаря чему к 2020 г. в России систематически заниматься спортом будет 40% населения. Также свыше 500 миллионов рублей Правительство выделило на софинансирование покупки искусственного покрытия для футбольных полей в спортшколах.

Хотелось бы отметить, что в России существует множество организаций, которые делают все возможное для того, чтобы занятия спортом были по-настоящему доступными для граждан разного возраста и возможностей, и прежде всего – для школьников, детей, молодежи.

Нельзя забывать и те виды спорта и системы физических упражнений, для занятия которыми, на данный момент существует множество условий:

1. Бег на свежем воздухе — один из самых популярных видов спортивного досуга. Самые активные любители спорта готовы заниматься им практически круглый год, но именно весной в лесах и парках появляются целые толпы бегунов. Наиболее благоприятными местами для пробежки являются парки и городские набережные, где можно насладиться приятными пейзажами, хорошей погодой и отвлечься от рабочей суеты.

2. Катание на роликах, которое по популярности вполне может соперничать с бегом. С наступлением теплых дней на улицах города можно встретить не только детей и взрослых, но даже семейные пары на роликовых коньках и с колясками.

3. Велоспорт, следуя европейским тенденциям, в последние несколько лет начал активно набирать популярность. В стране обустроено большое количество дорожек для прогулочного катания на велосипеде, в различных точках каждого города расположены прокаты велосипедов. Но для того, чтобы с удовольствием покататься на двухколесном коне, лучше выбирать менее людные места или большие парки.

4. Бадминтон – самый простой, доступный и увлекательный вид спорта, заняться которым можно практически в любом месте, особенно находясь на природе. В городских парках обустроены спортивные площадки, где есть возможность профессионально сыграть в бадминтон. Его альтернативой может стать настольный теннис, который также можно найти в любом парке, чего нельзя сказать о теннисных кортах.

5. Плавание, для которого повсюду есть специальные бассейны.

Одной из разновидностей физической культуры является адаптивный спорт. Его цель – реализация способностей человека и сравнение их со способностями других людей, имеющих аналогичные проблемы в развитии.

И в заключении хотелось бы сказать, что спорт – это отличный инструмент профилактики асоциального поведения современной учащейся молодежи. Он дает возможность любому человеку реализовать себя, вложить свои силы во что-то стоящее. Спорт ориентирован на соревнование, на достижение максимальных результатов. В последние годы и в нашей стране он выходит на новый уровень развития, и связано это с тем, что растет внимание государства к людям, имеющим желание заниматься и развивать себя.

Заметно выросло число спортивно-массовых мероприятий, у инвалидов появляется больше возможностей участвовать в различных соревнованиях, а набор спортивных дисциплин с каждым годом отличается все большим разнообразием.

Таким образом, мы видим, что наше государство не забывает ни о ком из нас и делает все возможное, чтобы улучшить условия для занятия спортом, а мы можем только помочь ему в этом деле и сделать так, чтобы усилия нашего правительства не были напрасными.

1. Дубровский В.И. Спортивная медицина: Учеб. для студ. высш. учеб. заведений. — 2-е изд., доп. — М.: Гуманит. изд. центр ВЛАДОС, 2002г. - 512 с.
2. Лисицын Ю.П. - Общественное здоровье и здравоохранение.- http://kingmed.info/knigi/Sotsialnaa_meditcina_OOZ/book_2857/Obshchestvennoe_zdorove_i_zdravoohranenie-Lisitsin_YuP-2002-djvu
3. Макеева В.С., Токарева К.Е. Спорт и туризм в регламентации здорового образа жизни студентов// Автономия личности №2 (4).-2011 С. 131-135