

DOI 10.46299/ISG.2021.MONO.PED.II-75-80

1.7 Основні шляхи попередження наркоманії серед підлітків та молоді засобами фізичної культури й спорту

Поширення наркоманії в Україні прийняло катастрофічні розміри і набуло рис соціального лиха, що загрожує національній безпеці країни [57, с. 3, с. 16]. Це явище надає вкрай негативний вплив на соціально-психологічну атмосферу суспільства, економіку, політику, правопорядок, здоров'я нації і входить практично у всі сфери життєдіяльності особистості і держави [69, с. 15].

Світовий і вітчизняний досвід показує, що засоби фізичної культури і спорту володіють універсальною здатністю вирішувати проблеми підвищення здоров'я населення, виховання та освіти молодих людей, формувати здоровий морально-психологічний клімат у суспільстві [64, с. 10].

Розумінню того, що майбутнє країни неможливо без здорових фізично і духовно розвинених членів суспільства, сприяє посиленню ролі фізичної культури і спорту в діяльності по зміцненню держави [73, с. 20]. Величезний соціальний потенціал фізичної культури і спорту необхідно використовувати в профілактиці наркоманії, оскільки це найменш витратний і найрезультативніший важіль морального і фізичного оздоровлення підростаючого покоління [58, с. 6].

Мета дослідження – намітити шляхи попередження наркоманії серед підлітків та молоді в процесі занять руховою активністю.

На сьогоднішній день в Україні спостерігається стійка тенденція до значного зростання споживання алкогольних напоїв, наркотичних та токсичних речовин. Темпи зростання наркотизації українського суспільства, пов'язаної з наркотиками, справедливо розглядаються як одна з реальних загроз національної безпеки країни [67, с. 19].

За останні п'ять років кількість споживачів наркотиків зросла більш ніж у три рази. Розширення внутрішньовенного введення наркотиків призводить до швидкого поширення ВІЛ-інфекції та інших важких захворювань. За швидкими темпами росте смертність від вживання наркотиків. Так, кількість смертей серед

осіб, що склалися на наркологічному обліку, зросла за останні 5 років на 31 %, в тому числі від передозування – на 47 % [60].

Очевидний зв'язок росту соціально-економічних проблем, зловживання алкоголем, наркотиками та злочинності неповнолітніх. В стані сп'яніння підлітки виконують 50 % всіх правопорушень. Основний вік першого знакомства з наркотиками – 11-14 років (41 %) і 15-18 років (51 %). До підліткового віку понад 10 % учнів вже спробували наркотичні засоби.

В умовах, що склалися роль фізичної культури і спорту (ФКС) як ефективного засобу профілактики наркоманії постійно зростає. Водночас, за даними соціологічних досліджень [68, с. 18], більше 3 млн. дітей відсторонені в школах від занять фізичною культурою. Із загальної кількості школярів в спортивних секціях займаються дещо більше 20 відсотків.

За результатами анкетування виявлено, що до основних причин, що стримує використання ФКС в профілактиці наркоманії, слід віднести: відсутність належного фінансування; брак спортивних баз; недооцінювання можливостей спортивної діяльності з боку держструктур поза сферою ФКС; недолік інформації і пропаганди здорового способу життя; зниження внеску наукових і освітніх установ в розвиток спорту і перепідготовку фахівців; відсутність цілеспрямованої роботи з фізичного виховання, особливо в дошкільних установах; низькі темпи розвитку клубної системи занять ФКС з урахуванням потреб і можливостей населення; нестача кваліфікованих кадрів і низький рівень їх матеріального забезпечення.

Можливими передумовами початку вживання наркотиків можуть бути як соціальні причини: неблагополучна сім'я, відсутність реальної програми дозвілля, зайнятості неповнолітніх, так і індивідуально-психологічні чинники: наслідування старшим або авторитетним одноліткам, спроба нейтралізувати негативні емоції, аномальні риси особистості, цікавість, підпорядкування тиску і загрозам.

Шляхи профілактики наркоманії повинні складатися з трьох взаємопов'язаних блоків: психолого-педагогічної діагностики особливостей

особистості; засобів і методів формування інтересу до систематичних занять ФКС; диференційованого застосування ФКС для корекції психоемоційного стану, підвищення рівня рухових здібностей і функціонального стану організму.

Вивчення особистісних особливостей вимагає підбору методик, що дозволяють не тільки вивчити особистісні особливості індивіда, але й встановити причини девіантної, асоціальної поведінки. Підбір діагностичних методик повинен передбачати вивчення: особливостей поведінки підлітків, їх здібностей, самопочуття, ставлення до навчання, стосунків у сім'ї, потреб та інтересів (в тому числі і негативних), фізичного розвитку і фізичної підготовленості, ставлення до фізкультурно-спортивної діяльності і пріоритетним видам цього роду занять.

Методика фізичного виховання з педагогічно запусченими підлітками і схильними до вживання психоактивних речовин має свої специфічні особливості, так як, поряд із завданнями оздоровлення організму і підвищення моторного потенціалу, вирішуються завдання корекції психоемоційного стану та моральної сфери особистості [61, с. 9, с. 14].

Важливим етапом профілактичної роботи слід вважати залучення дітей і підлітків до занять спортом, враховуючи мотиви початку занять в секції, ведучі та лімітуючі ланки в структурі різних сторін підготовленості [63].

В ході навчально-виховного та навчально-тренувального процесів підбір засобів і методів тренувань необхідно здійснювати виходячи з інтересів і потреб підлітків, застосовуючи диференційований підхід при формуванні групи дітей, які займаються: навчальний матеріал повинен бути зрозумілий і доступний підліткам, але засвоювати його вони повинні з певним зусиллям, оскільки в іншому випадку процес навчання втрачає свою привабливість; ускладнення вправ, збільшення навантаження здійснюються поступово, у міру формування інтересу до занять і підвищення рівня підготовленості; своєчасно застосовувати методи примусу, покарання, заохочення; в процесі занять необхідно здійснювати контроль за виконанням завдань тренера, стежити за дисципліною, зовнішнім виглядом, відвідуваністю уроків.

Важливе значення в навчально-виховному і навчально-тренувальному процесі, спрямованому на профілактику прийому наркотичних речовин, відводиться корекції психоемоційного стану дітей і підлітків, при використанні наступних методичних прийомів: створення педагогічних умов, в яких важкі підлітки могли б діяти впевнено, без зайвого напруження і страху (полегшені умови виконання вправ); при невпевненості учня мати кілька варіантів виконання завдання, заохочуючи їх за працьовитість, самостійність і т.п.; надання агресивним підліткам провідних ролей при проведенні естафет, здачі нормативів, показі вправи, тестуванні; здобуття максимальної користі з невдалого виконання вправи агресивними підлітками; проведення групових бесід, які акцентують увагу на позитивних сторонах діяльності учнів; підтримувати ініціативу, самостійність і взаємодопомогу при освоєнні нових рухових навичок.

Основними засобами залучення дітей і підлітків в фізкультурно-спортивну діяльність є: на початковому (спонукальному) етапі – бесіди, переконання, перегляд відеофільмів, змагань, ознайомлення з особливостями і характеристиками видів спорту; на етапі формування стійкого інтересу до ФКС – бесіди, переконання, контроль за відвідуванням занять, успішністю в школі, дисципліною, виконанням доручень тренера-вчителя, участь в змаганнях і їх суддівстві; на етапі інтересу, який стійко сформувався до занять фізичною культурою або виду спорту – контроль тренера і педагогів за діяльністю підлітків, заохочення, нагородження, участь в змаганнях, клопотання про зняття з обліку в органах поліції.

Будь-які завдання профілактики наркоманії засобами ФКС вирішуються тренером-педагогом спільно з психологами, вчителями, працівниками соціальних служб і правоохоронних органів, керівництвом установ. Шляхи профілактики наркоманії серед молоді засобами ФКС повинні спиратися на Державну концепцію розвитку фізичної культури і спорту, що передбачає шляхи, засоби і методи «формування у населення стійкого інтересу і потреби в

регулярних заняттях фізичної культури і спортом, навичок здорового способу життя, моди на спорт, особливо серед підростаючого покоління».

Серед першочергових завдань профілактики наркоманії засобами фізичної культури і спорту слід розглядати: підвищення відповідальності батьків за здоров'я дітей і рівня їх освіти в галузі ФКС; наділення належним статусом системи фізичного виховання в дитячих садах і яслах; фізична культура як освітня галузь і навчальний предмет має бути включена в план усіх освітніх установ; обсяг рухової активності на всіх вікових етапах повинен становити не менше 6 – 8 годин на тиждень.

Механізм реалізації фізичного виховання і спорту повинен здійснюватися через: визначені форми занять в освітніх установах, починаючи з ясел і закінчуючи вузами; додаткові, позаурочні форми занять в сім'ї, секціях, спортивних клубах; спортивно-масові та фізкультурно-оздоровчі заходи (туризм, спартакіади школярів).

Слід розвивати систему пропаганди ФКС через засоби масової інформації, і особливо телебачення, оскільки для більшості дітей і підлітків саме телебачення є основним джерелом інформації. Доцільно збільшити час, що відводиться на демонстрацію уроків з розвитку сили, витривалості, спритності, які повинні проводити відомі спортсмени та тренери.

Проведене нами дослідження підтверджує та доповнює численні результати [58, с. 9, с. 11, с. 18] спеціальної літератури. Чому ми розглядаємо в одній зв'язці наркоманію та фізичну культуру і спорт? Тому що між ними є органічний зв'язок, але зв'язок зворотний. Там, де володарюють фізична культура і спорт, наркоманії привитися не так легко. Наркоманія формується не тільки через недостатнє морально-етичне виховання, але дуже часто і як наслідок занедбаності фізкультурно-оздоровчої роботи, однієї з основних складових здорового способу життя [61, с. 12].

Наші результати підтверджують дані інших досліджень [69, с. 16]: специфіка фізичної культури й спорту – комплексна дія на особистість, яка включає зміну поведінки (великі фізичні навантаження істотно змінюють

психоемоційну сферу), задоволення природних потреб в самоутвердженні, самореалізації. На відміну від всіх інших форм дозвільної діяльності, спорт, крім інтелектуальної і психоемоційної, має і фізичну складову і тим самим є більш сильним засобом дії на молодий організм. Фізичні навантаження, які надають формуючу дію на різні системи організму, задовольняють і природну потребу молодої людини в русі. В цьому відношенні спортивна діяльність може розглядатися як альтернатива наркоманії, яка пропонує замість ілюзорного вирішення проблем особистого становлення реальний шлях формування сильної і здорової особистості.

Узагальнення результатів дослідження підтвердило [64], що багатий досвід і яскраві зразки фізкультурно-оздоровчої та спортивно-масової діяльності свідчать про широкі можливості виховання таких психологічних якостей і особливостей підлітків і молоді, які здатні забезпечити стійке негативне відношення до асоціальної поведінки. Різноманітність видів спорту, форм організації занять, спектру фізкультурних інтересів дозволяє вирішувати не тільки специфічні задачі фізичного виховання, але й задачі соціалізації особистості, що особливо важливо при формуванні надійних і стійких позицій у відношенні до нетипової поведінки [70].

Таким чином, впровадження основних шляхів попередження наркоманії в навчально-виховний та тренувальний процеси повинен сприяти значному збільшенню кількості дітей, підлітків та молоді, регулярно займаються фізичною культурою і спортом, як ефективними засобами запобігання подальшого зростання наркоманії серед даної категорії населення.