

Стан та напрями використання фізичної культури й спорту в боротьбі зі шкідливими звичками серед молоді

Луцький національний технічний університет (м. Луцьк)

Постановка наукової проблеми та її значення. Розглядаючи перспективи розвитку країни, багато вчених, державних та громадських діячів боротьбу проти шкідливих звичок визначають як проблему державної безпеки, яка сьогодні актуальна. У сучасних умовах, незважаючи на труднощі в соціально-економічній сфері, для зменшення кількості молоді, яка має шкідливі звички, є соціально небезпечною для суспільства, потрібно використати всі можливості, у тому числі й потенціал фізичної культури та спорту (ФКіС). Зрозуміло, що спорт, фізична культура й активний відпочинок – не панацея від усіх бід, але їхні можливості – величезні [1].

Аналіз досліджень цієї проблеми. Аналіз наукової літератури з проблеми дослідження засвідчує, що вивчення питання шкідливих звичок здійснювалося за такими напрямками: соціальні аспекти шкідливих звичок підлітків досліджували О. Балакірева, Л. Гриценюк, О. Яременко та ін.; медичні особливості негативних звичок – В. Белюмов, Б. Братусь, С. Гарницький, П. Копит, П. Сидоров, Ф. Углов й ін.; психологічне позбавлення – Д. Белюхін, Н. Дементьєва, Д. Колесов, Н. Максимова та ін.; педагогічне позбавлення цього явища – Л. Анісімова, І. Лисенко, О. Маюров, В. Оржеховська, О. Пилипенко, М. Фіцула; профілактика шкідливих звичок засобами фізичного виховання – І. Шеремет, А. Щелкунов, О. Радченко.

Завдання дослідження – визначення стану та напрямів використання фізичної культури й спорту в боротьбі зі шкідливими звичками серед молоді.

Методи й організація дослідження. Для виявлення стану й перспектив розв'язання завдань використання ФКіС у боротьбі зі шкідливими звичками нами у 2014 р. опитано педагогів курсів підвищення кваліфікації вчителів загальноосвітніх шкіл Волинської області (26 осіб), керівників і тренерів дитячо-юнацьких спортивних шкіл (34 особи) та викладачів вищих навчальних закладів – 40 осіб. Усього опитано 100 осіб. Респонденти представляли різні вікові групи населення: до 30 років і від 30 до 40 років – приблизно по 20 %, від 40 до 50 років, а також старші за 50 років – по 30 %. Близько 65 % опитаних – жіноча частина аудиторії та близько 35 % – чоловічу.

Виклад основного матеріалу й обґрунтування отриманих результатів дослідження. Стратегічна мета розвитку фізичної культури та спорту – підвищення рівня здоров'я населення, ефективне використання засобів ФКіС із попередження захворювань, підтримки високої працездатності, профілактики правопорушень, позбавлення від наркоманії, алкоголізму, інших шкідливих звичок, підготовки до захисту Батьківщини тощо [3].

Першочергове завданням – те, щоб жоден учень, підліток не залишився в стороні від ФКіС. Проте ФКіС повинні розглядатися, насамперед, як необхідні складники розвитку підлітка, а тільки потім – як засоби, які сприяють розв'язанню проблем з уживання алкоголю, наркотиків і тютюнопаління [2].

Опитані фахівці не лише безпосередньо пов'язані з розв'язанням проблеми шкідливих звичок, але й із різними аспектами ставлення до цієї проблеми: з формуванням особистості з використанням різних засобів, вибором напрямку та способів розв'язання проблеми (у тому числі з позицій різного життєвого досвіду) тощо. І це дуже важливо, оскільки саме різноманіття аспектів, підходів до будь-якого завдання дає змогу отримати об'єктивнішу й повну картину цього явища.

Можна відзначити, що респонденти – фахівці, котрі представляють освітню та управлінську галузь спортивної діяльності, а також педагоги-викладачі повинні брати активну участь у вихованні молоді й у боротьбі з її асоціальною поведінкою. На думку опитаних, спортивна діяльність на сьогодні залишається невикористаним засобом для боротьби зі шкідливими звичками. Майже всі (90 %) фахівців не задоволені тим, як можливості ФКіС використовуються для позбавлення негативних звичок серед молоді.

У відповідях респондентів за останній час виявлено тенденцію до недостатнього використання системи фізичного виховання та потенціалу ФКіС для боротьби з алкоголізмом, наркоманією тощо.

Близько 40 % відзначають, що спортивна діяльність незадовільно використовується для розв'язання цієї проблеми, ще 50 % вважають, що ситуація погіршується. І тільки 10 % вказують, що можливості ФКіС за останній час покращується, а це свідчить про те, що все ж таки є, хоча поки й рідкісні випадки, де спортивна діяльність використовується для боротьби з алкоголізмом, наприклад за рахунок зусиль окремих ентузіастів, громадських і державних організацій.

Можна констатувати, що на сьогодні можливості ФКіС для боротьби зі шкідливими пристрастями серед молоді вкрай низькі. 75 % респондентів не знайомі з позитивним досвідом застосування можливостей ФКіС для позбавлення від негативних звичок.

Виникає питання: «Чи не є фізкультурно-спортивна діяльність малоефективною й тому практично не використовується для боротьби проти загрози збільшення цього явища та пов'язаних із ним негативних наслідків?»

Результати опитування засвідчили, що фахівці так не вважають. Крім того, близько 40 % оцінюють спортивну діяльність як засіб профілактики асоціальної поведінки найбільш ефективний, порівняно з будь-якою іншою діяльністю. Третина опитаних стверджує, що ефективність спортивної діяльності така ж, як і в інших видів діяльності (художня самодіяльність, мистецтво, музика тощо), а ще чверть (найобережніша частина опитаних) вважає, що все залежить від того, як використовується та або інша діяльність. Приємний той факт, що ніхто не вважає, що проти шкідливих звичок є ефективніші види діяльності, ніж спортивна.

Слід назвати головні причини, які стримують застосування можливостей ФКіС, запропонованих у процесі опитування. Важливий чинник, який стримує використання ФКіС як потужного засобу боротьби з негативними проявами, – відсутність належного фінансування (близько 80 % відповідей). Фінансування, без якого неможлива серйозна робота, саме по собі є необхідною передумовою всього спектра робіт із застосування ФКіС проти шкідливих звичок.

У переліку наступних за значимістю причин опитані назвали гостру нестачу спортивних споруд і відсутність державних програм із використанням ФКіС як засобу проти негативних звичок (близько 35 %). Третя група причин, на думку експертів (25 % відповідей), – недооцінка можливостей спортивної діяльності з боку державних органів управління поза галуззю ФКіС, неефективне використання ФКіС у системі освіти й недостатній розвиток ФКіС у цілому серед молоді, недостатня пропаганда здорового способу життя та недостатність фахівців. Тут варто виокремити два моменти: по-перше, у відповідях респондентів спостерігаємо необхідність у кращій координації та підтримці розвитку й використання ФКіС зі сторони інших (неспортивних) державних управлінських організацій; по-друге, боротьбу зі шкідливими звичками засобами ФКіС слід розвивати, передусім, у системі освіти, де вже є організована державна система фізичного виховання.

Понад 70 % респондентів вважають, що засоби масової інформації (ЗМІ) не сприяють залученню молоді до здорового способу життя, до спортивно-оздоровчої діяльності. При цьому потенціал уже наявної системи організації й проведення занять із фізичного виховання фахівцями оцінюється високо. На думку 90 % опитаних, якщо сьогодні вирішити фінансові питання, то можна відразу покращити використання існуючої системи фізичного виховання як засобу боротьби з негативними звичками.

На підставі вищевикладеного постає питання про координацію й необхідність спільних зусиль усіх зацікавлених державних і громадських організацій. Проте реального «складання сил» для використання можливостей ФКіС як засобу боротьби від шкідливих звичок поки не спостерігається, про що свідчать невтішні результатні дані. Що ж до реальної допомоги в застосуванні можливостей ФКіС зі сторони різних організацій, то тут картина, судячи з відповідей опитуваних, неоднозначна.

Як відзначає третина респондентів, а це люди, безпосередня робота яких пов'язана з вихованням молоді, їм у цьому напрямі ніхто не допомагає. Немає підтримки у використанні ФКіС як засобу боротьби проти негативних явищ із боку профспілкових, громадських союзів, спортивних федерацій, керівництва підприємств, різних фондів і засобів масової інформації, депутатського корпусу та політичних організацій. На середньому рівні (від 10 до 15 % відповідей) реальну допомогу в застосуванні можливостей ФКіС надають молодіжні організації, спортклуби, силові структури, виконавчі органи влади, регіональні органи ФКіС.

Як видно, координації всіх зацікавлених громадських і державних організацій недостатньо, а відповідно й «потужність» підтримки роботи з використання ФКіС проти негативних проявів невелика. До речі, серед тих організацій, які фактично не проявляють активності в застосуванні спорту проти алкоголізму, наркотиків (наприклад профспілки, ЗМІ, депутатський корпус, політичні організації), багато хто міг би зробити значно більший внесок у використання спорту, ніж освітні установи.

На яких проблемах застосування ФКіС для боротьби зі шкідливими звичками потрібно зосередити увагу й зусилля на найближчу перспективу? Це питання було відкритим, респонденти самі формулювали відповіді у вільній формі. Усього отримано близько 20 різних відповідей, які ми об'єднали за характерними ознаками. На основі отриманих даних можна виділити три найбільш актуальні, великі та взаємозв'язані проблеми.

Першою та найважливішою з них респонденти вважають необхідність збільшення кількості молоді й залучення її до занять ФКіС. Саме молодіжна масовість, на думку опитаних, є необхідною умовою перетворення ФКіС в ефективний засіб боротьби зі шкідливими звичками (зловживанням спиртних напоїв, наркотиків і тютюнопаління).

Із першої проблеми хотілося б відзначити два моменти: *перший* – об'єктивні передумови збільшення кількості молоді до спортивної діяльності. Майже 3/4 опитаних вважають, що на сьогоднішній день попит зі сторони молоді до занять фізичними вправами вищий за відповідні пропозиції (протилежної думки щодо пропозиції, яка вища за попит, дотримується менше 5 % респондентів). Власне, схожі результати отримано під час опитування різних експертів; *другий* полягає в тому, що боротьба за збільшення масовості залучення молоді до занять ФКіС завжди була й залишається актуальною. Але тепер масовість, урахувавши й необхідність покращення матеріальної бази для проведення занять, слід розглядати не лише з погляду оздоровчого ефекту та виховання взагалі, але й для розв'язання важливої державної проблеми – боротьби з негативними явищами. Проте масовість, яку виділили респонденти як першочергову проблему, не є єдиною актуальною на найближчу перспективу.

Друга – це проблема організації занять ФКіС відповідно до інтересів молоді. Одна справа домагатися, як це практикувалося раніше, збільшення кількості молоді за рахунок будь-яких обов'язкових умов (передусім, висунених державними органами управління), наприклад для отримання заліку у вищих навчальних закладах та ін., і зовсім інша – побудова занять на основі добровільної й зацікавленої участі молоді, що стає особливо актуальним у зв'язку зі зміною способу життя підрастаючого покоління.

Проте перехід до занять зі спортивною спрямованістю за інтересами потребує певних змін усієї системи фізичного виховання населення, починаючи з формулювання основних цілей (наприклад актуалізації формування позитивного ставлення до занять ФКіС як основи для занять руховою активністю впродовж усього подальшого життя) і закінчуючи диверсифікацією спортивно-оздоровчих послуг, оскільки без значного розширення їх різноманітності не можна розраховувати на залучення до занять молоді з різними інтересами, життєвими установками.

При цьому варто відзначити, що побудова занять відповідно до різних потреб та інтересів молоді допоможе, по-перше, не лише збільшити кількість молоді, яка вже пред'являє попит на спортивну діяльність, але й, по-друге, створити кращі умови для формування особистості в цілому, оскільки без захопленої, зацікавленої участі в будь-якій діяльності не може бути й ефективно налагодженого виховного процесу.

Чому ми розглядаємо в одній зв'язці наявність шкідливих звичок у молоді та фізичну культуру й спорт? Тому що між ними існує органічний зв'язок, але зв'язок зворотний. Там, де володарюють фізична культура та спорт, шкідливим пристрастям привитися не так легко. Такі звички формуються не лише через недостатнє морально-етичне виховання молоді, але дуже часто і як наслідок занедбаності фізкультурно-оздоровчої роботи – одного з основних компонентів здорового способу життя.

Специфіка фізичної культури й спорту – комплексна дія на особистість, яка включає зміну поведінки (великі фізичні навантаження істотно змінюють психоемоційну сферу), задоволення природних потреб у самоутвердженні, самореалізації. На відміну від усіх інших форм дозвільної діяльності, спорт, крім інтелектуальної та психоемоційної, має й фізичний складник і тим самим є сильнішим засобом дії на молодий організм. Фізичні навантаження, які чинять формувальну дію на різні системи організму, задовольняють і природну потребу молоді людини в русі. У цьому плані спортивна діяльність може розглядатися як альтернатива тютюнопаління, зловживання алкогольними напоями, уживання наркотичних і токсичних речовин, яка пропонує, замість ілюзорного зв'язання проблем особистого становлення, реальний шлях формування сильної та здорової особистості.

Висновки. Багатий досвід і яскраві зразки фізкультурно-оздоровчої й спортивно-масової діяльності свідчать про широкі можливості виховання таких психологічних якостей та особливостей підлітків і молоді, які спроможні забезпечити стійке негативне ставлення до асоціальної поведінки. Різноманітність видів спорту, форм організації занять, спектра фізкультурних інтересів дає змогу розв'язувати не лише специфічні завдання фізичного виховання, а й завдання соціалізації особистості, що особливо важливо під час формування надійних і стійких позицій стосовно нетипової поведінки.

Отримані під час дослідження дані, поза сумнівом, прояснили наявні уявлення про стан і напрями використання можливостей ФКіС для розв'язання важливого завдання – боротьби з негативними звичками серед молоді.

Перспективи подальших пошуків полягають у тому, щоб розробити комплексну програму профілактики та позбавлення шкідливих звичок у молодіжному середовищі засобами ФКіС.

Джерела та література

1. Голов В. А. Физическая культура и спорт как профилактическое средство предупреждения правонарушений молодежью Республики Коми / В. А. Голов // Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. – 2006. – № 4 – С. 11–14.
2. Евсеев С. П. Опыт внедрения системы профилактики наркозависимости подростков и молодежи / С. П. Евсеев // Адаптивная физическая культура. – 2008. – № 1. – С. 33–36.
3. Жуков В. Н. Физическая культура и спорт в профилактике наркомании и преступности среди молодежи / В. Н. Жуков // Материалы Всероссийской научно.-практической конференции. – М., 2000. – С. 92–101.

Анотації

У статті висвітлено стан та напрями використання фізичної культури й спорту серед молоді в боротьбі зі шкідливими звичками. При розгляді перспектив розвитку країни багато вчених, державних і громадських діячів проблему боротьби проти шкідливих звичок визначають як проблему державної безпеки, яка сьогодні актуальна. Потрібно використати всі можливості, у тому числі й потенціал фізичної культури та спорту (ФКіС). Завдання дослідження полягають у визначенні стану й напрямів застосування фізичної культури та спорту в боротьбі зі шкідливими звичками серед молоді. Організація дослідження полягала в проведенні анкетування серед педагогів загальноосвітніх шкіл Волинської області, керівників і тренерів дитячо-юнацьких спортивних шкіл та викладачів вищих навчальних закладів. Указується, що на сьогодні використання можливостей фізичної культури й спорту для боротьби зі згубними пристрастями вкрай низьке. У результаті можна констатувати, що отримані в ході дослідження дані, поза сумнівом, прояснили уявлення про стан і напрями використання можливостей ФКіС для розв'язання важливого завдання – боротьби з негативними звичками серед молоді.

Ключові слова: фізична культура, спорт, шкідливі звички, молодь, позбавлення.

Игорь Бакико, Олег Гребик, Владимир Ковальчук. Состояние и направление использования физической культуры и спорта в борьбе с вредными привычками среди молодежи. В статье освещены состояние и направления использования физической культуры и спорта среди молодежи в борьбе с вредными привычками. При рассмотрении перспектив развития страны многие ученые, государственных и общественных деятелей проблему борьбы против вредных привычек определяют как проблему государственной безопасности, которая сегодня актуальна. Необходимо использовать все возможности, в том числе и потенциал физической культуры и спорта (ФКиС). Задачи исследования заключаются в определении состояния и направлений использования физической культуры и спорта в борьбе с вредными привычками среди молодежи. Организация исследования заключалась в проведении анкетирования среди педагогов общеобразовательных школ Волынской области, руководителей и тренеров детско-юношеских спортивных школ и преподавателей высших учебных заведений. Указывается, что на сегодняшний день использование возможностей физической культуры и спорта для борьбы с пагубными страстями крайне низкое. В результате можно констатировать, что полученные в ходе исследования данные, несомненно, прояснили имеющиеся представления о состоянии и направлениях использования возможностей ФКиС для решения важной задачи – борьбы с негативными привычками среди молодежи.

Ключевые слова: физическая культура, спорт, вредные привычки, молодежь, лишения.

Ihor Bakiko, Oleh Grebyk, Volodymyr Kovalchuk. State and Vector of Usage of Physical Culture and Sport Instruggle Against Pernicious Habits Among Young People. In the article it was highlighted the state and vector of the using of physical culture and sport among young people in struggle against pernicious habits.

Many scientists, state and public figures at the consideration of prospects of the country's development investigate the problem of fight against pernicious habits determine as a problem of state security which is topical now. It is necessary to use all possibilities, including potential of physical culture and sports. Research tasks consist in the determination of the state and directions of the using of physical culture and sport in fight against pernicious habits among young people. Organization of the research consisted of realization of questionnaire among the teachers of secondary schools of Volyn region, leaders and trainers of child-youth sport schools and teachers of higher educational establishments. Today using of physical culture and sports possibilities for fight against pernicious habits is extremely low. As a result we may come to the conclusion that data that was received during the studies have shown condition and directions of usage of possibilities of physical culture and sports for solving of the important task — fight against pernicious habits among the youth.

Key words: physical culture, sport, pernicious habits, young people, deprivations.