

ОСНОВА БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ

Автор:

Хуснутдинова Алия Булатовна

ученица 11 класса

Лицей № 42

г. Уфа, Республика Башкортостан

Руководитель:

Мануйлова Гульшат Римовна

канд. мед. наук, доцент кафедры охраны здоровья и
безопасности жизнедеятельности

Башкирский государственный педагогический университет

им. М. Акмуллы

г. Уфа, Республика Башкортостан

НАИБОЛЕЕ АКТУАЛЬНЫЕ АСПЕКТЫ ПРОФИЛАКТИКИ АДДИКЦИЙ СРЕДИ УЧАЩИХСЯ СТАРШИХ КЛАССОВ

Аннотация: в статье поднимается проблема роста распространенности различных форм аддиктивного поведения среди детей и молодежи, приводятся результаты анкетирования учащихся 9–10 классов одного из лицеев г. Уфы.

Одной из серьезных проблем для современного российского общества являются непрекращающиеся тенденции роста распространенности различных форм аддиктивного поведения среди детей и молодежи, в том числе употребление никотина, алкоголя, наркотиков и различных токсических веществ, что является важнейшим показателем происходящей социальной и духовно–нравственной деформации в детско–молодежной среде.

Основой предупреждения употребления психоактивных веществ является первичная профилактика в образовательной среде с участием всех специалистов образовательного учреждения и родителей. Она должна быть направлена на формирование здорового образа жизни, на минимизацию уровня вовлеченности в употребление психоактивных веществ обучающихся [3].

В связи с актуальностью проблемы формирования ценности здоровья и безопасного образа жизни подрастающего поколения нами было проведено социально–гигиеническое исследование образа жизни современных школьников.

Исследование проводилось на базе одного из лицеев г. Уфы методом анонимного анкетирования 60 учащихся 9–10 классов, из них 44% – юноши, 56% – девушки.

Особенностью современных школьников является повышение распространенности среди них саморазрушительных видов поведения, таких как курение, употребление алкоголя, наркотиков, что существенно усугубляет негативные тенденции состояния здоровья, наблюдаемые в настоящий период [1]. Среди опрошенных нами школьников 60,7% юношей и 87,5% девушек ответили, что не курят. Но при этом каждый четвертый (25%) из всех опрошенных ответил, что изредка они «травят» свой организм курением (39,3% юношей и 12,5% девушек).

Еще одна не менее важная проблема в нашем обществе – высокая распространенность употребления спиртных напитков. 45,0% опрошенных нами учащихся утверждают, что употребляют водку, вино, пиво. Среди юношей, подобно ответивших было несколько больше, чем среди девушек (50% против 40,6%).

Мнение респондентов по вопросу «Представляет ли опасность употребление спиртных напитков для Вашего здоровья?» распределилось следующим образом: большинство школьников (61,6%) считают, что употребление спиртных напитков влияет на здоровье. Однако каждый третий–четвертый респондент (28,3%) отрицает подобное влияние, а каждый десятый (10,1%) ответил «не знаю».

Согласно официальным данным, от общего числа зарегистрированных наркоманов в России 20% – это школьники, 60% – молодежь в возрасте 16–30 лет и 20% – люди более старшего возраста [4]. Средний возраст приобщения к наркотикам составляет 15–17 лет, наблюдается тенденция роста численности детей в возрасте 9–13 лет, употребляющих наркотики. Зафиксированы случаи употребления наркотиков детьми 6–7 лет – к наркомании их приобщают родители–

наркоманы [4]. Нам было интересно узнать, насколько наши респонденты осведомлены по данной проблеме и с этой целью в анкете были сформулированы ряд вопросов. Из ответов на вопрос «Сталкивались ли вы с проблемами употребления наркотиков?» следует, что 10,5% школьников имели друга наркомана. По одному школьнику ответили (1,7%), что сами пробовали наркотик 1–2 раза или же есть потребитель наркотика в его собственной семье, или в семье знакомых. Большая часть (84,4%) опрошенных ответили, что они «К счастью, никогда не сталкивались с этой проблемой».

На вопрос «Употребляли ли Вы или Ваши друзья какие–нибудь таблетки или вещества одурманивающего действия?», как среди юношей, так и среди девушек, распределение ответов оказалось приблизительно одинаковым. В обеих группах ребят, давших положительный ответ на данный вопрос, было около 30%.

Важной составляющей ЗОЖ является физкультура и спорт. На вопрос «Насколько активно Вы занимаетесь физкультурой и спортом», 96,4% юношей ответило «постоянно» и 3,6% «от случая к случаю». Отрицательных ответов среди юношей не получено вовсе. В то же время среди девушек только 37,5% постоянно занимаются спортом, каждая вторая (53,1%) «от случая к случаю» и 9,4% не занимаются вовсе.

Понятие «здоровый образ жизни» наши респонденты связывают с правильным питанием (16,2% ответов), соблюдением личной гигиены (15,8%), отсутствием вредных привычек (15,0%), оптимальным двигательным режимом (14,2%), спортом и отсутствием стрессов (по 12,7%).

Работа по формированию здорового образа жизни в образовательных организациях должна осуществляться через специальный непрерывный учебный курс «Основы безопасности жизнедеятельности», интегрированные взаимосвязи с другими предметами, быть системной и комплексной, и подкрепленной внеклассными воспитательными мероприятиями [2].

Вопросы, касающиеся здоровья и здорового образа жизни, согласно ответам наших школьников, они обсуждают на уроках «биология» (64,1% из всех ответов), уроках «география» (16,4%), «математический анализ» (10,4%), «основы

безопасности жизнедеятельности» (2,9% ответов), а также на классных часах (2,9%).

Таким образом, проведенное нами исследование на базе одного из лицеев г. Уфы позволило выявить достаточно высокий (86,7%) уровень знаний современных школьников о факторах здорового образа жизни. Лицей обладает потенциалом для успешной реализации системы позитивной профилактики, направленной на воспитание психически здорового и личностно развитого человека, способного самостоятельно справляться с собственными психологическими затруднениями и жизненными проблемами, не нуждающегося в приеме психоактивных веществ, т. е. личности безопасного типа поведения.

Список литературы

1. Сыромятникова, Л.И. Актуальные проблемы формирования здоровья школьников [Текст] / Л. П. Макарова, А. В. Соловьёв, Л. И. Сыромятникова // Молодой ученый. – 2013. – №12. – С. 494–496.

2. Хуснутдинова, З.А. Медико–социальная и индивидуально–психологическая характеристика подростков наркоманов и их здоровых сибсов / З.А. Хуснутдинова, М.Д. Туляков // Бюллетень Восточно–Сибирского научного центра СО РАМН. – 2013. – № 3–1 (91). – С. 126–130.

3. Хуснутдинова, З.А. Современные проблемы первичной профилактики аддиктивного поведения подростков школьного возраста // Медицинский вестник Башкортостана. – 2011. – Т. 6. – № 6. – С. 16–19.

4. <http://ria.ru/spravka/20100422/225438645.html#13943903167934&message=resize&relto=login&action=removeClass&value=registration> (дата обращения: 10.03.2014).