

правовое воспитание в семье; хорошо оценивают свое правовое воспитание и правовые знания, приобретённые в школе; имеют страх наказания за правонарушения и преступления. Большинство опрошенных считают, что не соблюдение правовых норм поведение может отрицательно повлиять на профессиональную карьеру. Обучающиеся отметили, что не следует законодательно снижать возраст наступления уголовной ответственности. 60% несовершеннолетних испытывают страх осуждения со стороны значимых лиц, 40% – не испытывают. Это может свидетельствовать о сниженном чувстве порицания со стороны других лиц за совершение противоправных поступков. 60% респондентов считают, что социальные сети могут побуждать несовершеннолетних совершать правонарушения, 40% – не могут. Большинство учащихся показали высокий уровень правовой грамотности, что является положительным результатом профилактической, правовой работы школы и семьи. Однако социально-педагогическую профилактику делинквентного поведения среди несовершеннолетних необходимо совершенствовать и развивать, поскольку это инвестиция в будущее нашей страны, нашего поколения.

Список использованных источников

1. Менделевич, В.Д. Психология девиантного поведения / В.Д. Менделевич. – Санкт-Петербург: Речь, 2005. – 445 с.
2. Змановская, Е.В. Девиантология: (Психология отклоняющегося поведения): Учеб. пособие для студ. высш. учеб. заведений. – 2-е изд., испр. / Е.В. Змановская. – М.: Издательский центр «Академия», 2004. – 288 с.
3. Интернет-портал судов общей юрисдикции Республики Беларусь. – URL: https://court.gov.by/ru/justice_rb/statistics/children/ (дата обращения: 31.03.2024).
4. Верховный Суд Республики Беларусь. – URL: https://court.gov.by/ru/justice_rb/statistics/ (дата обращения: 31.03.2024).

УДК 796.378-053.81

ФОРМИРОВАНИЕ НАВЫКОВ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ ПОДРОСТКОВ

Н.Ю. Андрущенко, А.А. Мирошниченко
Витебск, ВГУ имени П.М. Машерова
(e-mail: andru-natalya@yandex.by)

В настоящее время важнейшей задачей общества является улучшение состояния здоровья подрастающего поколения. В комплексном решении данной задачи должны быть задействованы все заинтересованные организации и учреждения. Педагоги совместно с медработниками, психологами, родителями должны пропагандировать здоровый образ жизни и способствовать формированию у детей навыков здорового образа жизни.

На здоровье человека оказывают влияние не только наследственность, факторы окружающей среды, качество жизни (степень удовлетворенности потребности), но и образ жизни (отношение к своему здоровью). Доля

влияния образа жизни на состояние здоровья составляет 50%. В связи с этим возрастает роль системы образования в формировании здорового образа жизни школьников [1]. Следует отметить, что у обучающихся одной из причин отставания в учебе может являться неудовлетворительное состояние здоровья (какое-либо заболевание).

В целом подростковый возраст – это одна из важнейших стадий формирования личности, для которой характерны эмоциональная неустойчивость, неуверенность в себе. Для подростков свойственны неспособность справляться с собственными чувствами, желание быть взрослым. В связи с этим они уязвимы для алкоголя, табака, наркотических и токсических веществ [2].

Цель исследования – выявить отношение подростков к здоровому образу жизни.

Материал и методы. В исследовании приняли участие 87 подростков 8-11 классов в возрасте 13-17 лет, из них 42 мальчика и 45 девочек.

Были использованы теоретические (анализ и синтез изучаемой информации по теме исследования, конкретизация, обобщение, сравнение, классификация); эмпирические (анкетный опрос «Здоровый образ жизни») методы и методы математической обработки данных.

Результаты и их обсуждение. Выявлено, что 8% опрошенных подростков имеют высокий уровень информированности о здоровье, здоровом образе жизни. Их суждения о принципах и сущности здоровьесбережения точны и приведены в систему.

42% школьников хорошо ориентируются в вопросах сферы здравоохранения, их знания достаточно полные, осознанные и систематизированные.

Средний уровень информированности о здоровье и здоровый образ жизни выявлен у 50% респондентов. Их знания о здоровье и здоровом образе жизни фрагментарны, ответы недостаточно осознанные и полные, система знаний отсутствует.

6% учащихся имеют низкий уровень, который указывает на слабую ориентировку в вопросах сохранения и поддержания здоровья, знания отрывочные и бессистемные.

Следовательно, 50% опрошенных подростков имеют недостаточный уровень знаний о здоровье и здоровом образе жизни.

Для большинства учащихся главным в жизни является взаимоотношения в семье (70%) и здоровье (30%). Также важными в жизни подростков являются друзья (44%), учеба (32%), любовь (12%) и материальное благополучие (12%).

Большинство опрошенных оценивают свое здоровье как хорошее (60%), остальные как удовлетворительное (22%) и плохое (14%).

Согласно анкетному опросу для юношей и девушек основными занятиями в свободное время являются следующие (у респондентов была возможность выбора нескольких вариантов ответа): прослушивание музыки (51%); прогулки по улицам с друзьями (41%); спорт (35%); чтение книг, газет, журналов (21%); просмотр телевизора или видео (20%); посещение дискотек (20%);

игра в компьютерные игры (18%). Компьютерные игры для многих подростков не являются основным способом времяпрепровождения. Исходя из этого, можно сделать вывод, что учащиеся достаточно активны, подвижны, что должно положительно отражаться на состоянии их здоровья (рис. 1).

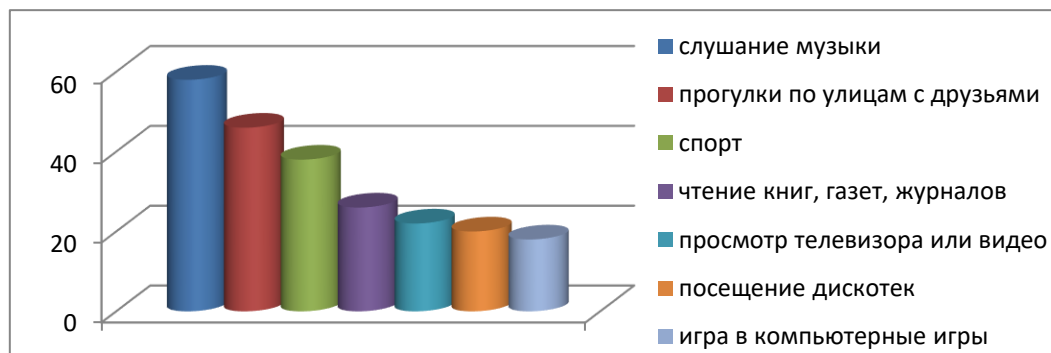


Рисунок 1 – Свободное времяпровождение подростков

На вопросы, касающиеся проблемы табакокурения, употребления алкогольных напитков и психотропных веществ, были получены следующие результаты: 6% опрошенных признались, что курят; 10% подростков изредка курят; до 10 сигарет в день курят 6% респондентов. Данный факт может говорить о том, что 6% школьников уже имеют никотиновую зависимость.

6% респондентов пробовали алкоголь один или два раза; иногда, по праздникам пробуют 6% опрошенных; 1-2 раза в неделю употребляют 2% школьников. Не употребляют алкоголь 76% опрошенных учащихся. В целом, 24% подростков пробовали алкоголь, а 14% из них уже могут иметь проблемы с злоупотреблением алкоголя (рис. 2).

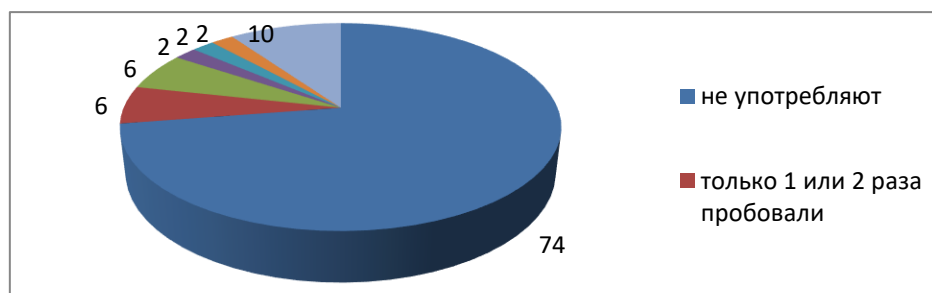


Рисунок 2 – Осведомленность респондентов о проблеме алкоголизма

С проблемой наркомании среди молодежи знакомы в полной мере и в некоторой степени 28% и 36% опрошенных подростков соответственно. 8% участников исследования совсем не знакомы с данной проблемой, а 32% школьников никогда не интересовались наркотиками.

По мнению учащихся, больше всего здоровью вредит употребление наркотических веществ (70%) и алкогольных напитков (66%), курение (68%), нарушение питания (переедание, недоедание, нерегулярность приема пищи, питание всухомятку) (42%), малоподвижный образ жизни (32%),

несоблюдение личной гигиены (20%), а также нарушение режима труда и отдыха (18%). Отвечая на данный вопрос, респонденты могли выбрать несколько вариантов ответа.

В результате анкетирования было выявлено, что 68% школьников, помимо уроков физической культуры, дополнительно занимаются спортом (легкая атлетика, тайский бокс, бассейн, фехтование, баскетбол, лыжи, фитнес, танцы, футбол, спортивное ориентирование, хоккей).

Таким образом, по мнению учащихся, здоровый образ жизни – это отказ от вредных привычек, соблюдение личной гигиены, оптимальный двигательный режим, закаливание, занятия физической культурой и спортом. Юноши и девушки больше всего интересуются вопросами рационального питания, занятия физической культурой, профилактики алкоголизма и табакокурения. Информацию о здоровом образе жизни опрошенные хотели бы получать на школьных уроках в форме лекций и бесед, из СМИ и от родителей.

Результаты анкетирования показали, что 50% респондентов имеют недостаточный уровень знаний о здоровье и здоровом образе жизни. 22% учащихся курят, а 14% – употребляют алкогольные напитки. 64% школьников знакомы в той или иной степени с проблемой наркомании среди молодежи. В свободное от учебы время 32% опрошенных не занимаются спортом или физической культурой.

Заключение. Необходимо проводить профилактическую работу с целью просвещения подростков о вреде алкоголя, табака и наркотиков. Кроме того, у молодежи надо формировать навыки здорового образа жизни, приучать их к занятиям физической культурой и спортом, рациональному питанию.

Список использованных источников

1. Давлетова, М. Измерение ценностного отношения молодёжи к здоровому образу жизни / М. Давлетова // СОЦИС. – 2009. – № 2. – С. 76–85.
2. Малыгина, О.А. Моделирование процесса формирования здорового образа жизни у подростков / О.А. Малыгина. – Ярославль, 2021. – 392 с.

УДК 37.017.78:316.624

ПРОФИЛАКТИКА ВЕЙПИНГА СРЕДИ ПОДРОСТКОВ

Н.Ю. Андрущенко, В.В. Шаршнёва

Витебск, ВГУ имени П.М. Машерова

(e-mail: andru-natalya@yandex.by)

Вейпинг происходит от английского слова «vaping», что буквально означает «парение», а содержательно – процесс курения электронных сигарет (ЭС), испарителей и иных устройств подобного рода. В этом контексте вейпинг также нередко трактуется как новое направление, течение