

воспринимают начало половой жизни недостаточно серьезно. Как показывает опрос, многие студенты начинают раннюю половую жизнь, чтобы казаться взрослее и самостоятельнее, не зная о возможных неприятных или даже опасных последствиях. Некоторые по той же причине сознательно закрывают на это глаза. В первую очередь начало половой жизни несет за собой ответственность не только за своё здоровье, но и за здоровье партнера. Недостаток опыта не даёт возможности оценить эту ответственность в полной мере.

На вопрос о конкретном периоде возможного вступления в половую жизнь часть студентов, а именно 32%, отметили ответ «с совершеннолетия», 59% составил ответ «при появлении любимого человека», 6% ответили «в период полового созревания (11-14 лет)» и 3% – «только в браке». Итак, приоритетным для начала сексуальной жизни среди студентов считается появление любимого человека, независимо от возраста.

На данный момент в нашей стране половое воспитание практически отсутствует и со стороны образовательных программ, и, что самое главное, со стороны родителей. И молодым людям приходится получать эту недостающую информацию из других доступных источников. На вопрос анкетирования об источнике получения информации о сексуальных отношениях ответы распределились следующим образом: 46% студентов ответили, что получают информацию из интернета, 38% от друзей, 5% по телевидению, 8% из газет и 3% от родителей. Понятно, что информация, почерпнутая из таких источников как интернет, а потом передаваемая друг другу, не принесет никакой пользы, а может и навредить.

Подойдя к вопросу о браке, мнения студентов начали колебаться, возможно, по причине того, что на данный момент среди студентов еще немного готовых зарегистрировать отношения и создать свою собственную семью. Так на вопрос «Удачная половая жизнь – это...» ответы анкетированных распределились следующим образом: 54% выбрали ответ «наличие постоянного партнера без регистрации брака», 30% ответов – «нечастая смена партнеров», 16% – «семейная сексуальная жизнь». Положительным моментом здесь является достаточно моногамное отношение молодых людей к половой жизни. Стремление же к наличию постоянного партнера, но без регистрации брака, легко объясняется возрастом молодых людей. Чтобы более конкретно понять какой период жизни студенты считают более приемлемым для вступления в брак, был задан следующий вопрос: «Когда по твоему мнению нужно вступать в брак?». Результаты распределились следующим образом: подавляющее большинство респондентов (67%) ответили, что «сначала нужно реализоваться в жизни», 12% – «при рождении ребенка», 17% – «после 18 лет», 4% – «чем позже, тем лучше».

Возникающие у молодых людей сексуальные потребности потенциально выливаются в ранние, не-

безопасные половые контакты, заболевания, беременность и незапланированное воспроизводство, влекущие за собой последствия, оказывающие неблагоприятное влияние на дальнейшую репродуктивную функцию и здоровье человека. Чтобы понять, насколько серьезно современные студенты осознают важность безопасного и защищенного полового акта, как от нежелательной беременности, так и от половых заболеваний, был задан следующий вопрос: «Считаешь ли ты нужным предохраняться от нежелательной беременности и различных половых заболеваний». На этот вопрос в подавляющем большинстве – 83% студентов дали ответ «да», это очень важно», 9% – «нет, они снижают чувствительность», 8% – «надеюсь на партнера». Очень важно отметить, что никто из молодых людей не выбрал вариант «не задумывался над этим». Это говорит в первую очередь о том, что студенты все-таки сознательно подходят к средствам защиты и вполне могут самостоятельно их обеспечить.

По данным проведенного исследования можно сделать следующее заключение. Вопросы полового воспитания были и остаются актуальными для современного человека, особенно мужского контингента, недостаточно серьезно относящегося к сексуальным отношениям, но понимающего его необходимость. Это, в первую очередь, связано со здоровьем молодых людей, составляющих фундамент населения страны.

Приоритетным для вступления в половые отношения для молодых людей остается «появление любимого человека», но тенденция «взросления», а именно, достижения «совершеннолетия» достигает достаточно высокого уровня.

Источниками информирования, прежде всего, являются интернет и друзья, что вызывает опасения, т.к. нерецензируемая информация зачастую оказывает негативное влияние на нравственные межполовые отношения.

На современном этапе семейная сексуальная жизнь не является лидирующей. Молодые люди предпочитают наличие постоянного партнера без регистрации брака, но без частой смены партнеров. К вступлению в брак молодые люди относятся достаточно ответственно, считая, что сначала нужно реализоваться в жизни.

Уровень осведомленности студентов о контрацепции и осознание важности безопасного секса достаточно высок, что говорит о заботе о своем здоровье и жизни в целом.

Таким образом, молодые люди нуждаются в половом воспитании, в любых формах его проявления, как на образовательном уровне, так и в домашних условиях под влиянием родителей, начиная с подросткового возраста. Домашнее половое воспитание, простой родительский совет, а также нравственная достоверная подача информации через средства массовой информации могут оградить молодых людей от серьезных ошибок, влекущих за собой опасные последствия для здоровья и жизни в целом.

**Секция «Физкультура и спорт: актуальные аспекты науки и практики»,  
научный руководитель – Мустафина Д.А., канд. пед. наук, советник РАН**

**ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА КАК СРЕДСТВО  
ПРОФИЛАКТИКИ СОЦИАЛЬНО-НЕГАТИВНОГО  
ПОВЕДЕНИЯ В СТУДЕНЧЕСКОЙ СРЕДЕ**

Абсатарова Э.Н., Дижонова Л.Б., Хаирова Т.Н.,  
Слепова Л.Н.

*Волжский политехнический институт, филиал  
Волгоградского государственного технического  
университета, Волжский, e-mail: 001elmira@mail.ru.*

В настоящее время одной из важнейших проблем развития российского общества является преодоление

социально-экономического и духовного кризиса, обеспечение высокого качества жизни народа и национальной безопасности. Основной причиной возникновения и роста асоциальных форм поведения в детско-молодежной среде является разрушение государственной инфраструктуры общественного воспитания без формирования новой эффективной структуры социализации и досуга в условиях рыночных отношений.

На современном этапе развития общества, в свете проблем профилактики социально-негативного по-

ведения подростков и формирования личности особое значение приобретает физическая культура – как один из видов культуры, в которой просматриваются элементы системы организации и развития человеческой жизнедеятельности, взаимодействие с природой, межличностное общение и духовное творчество. Физическая культура как учебный предмет имеет сложное строение. Она включает в себя воздействие на физиологические системы организма занимающихся, совершенствование физических и морально-волевых качеств, психологической устойчивости на нервно-эмоциональную, умственную сферу студентов [1]. На сегодняшний день скорейшего решения требует реализация проблемы сохранения и укрепления здоровья подрастающего поколения путем активного привлечения учащейся молодежи и студенчества к регулярным, систематическим занятиям физической культурой и спортом, но для этого необходим системный, комплексный подход к решению этой актуальной и злободневной проблемы. Необходимо создание в школах и вузах оптимальных условий для формирования ценностного отношения у детей и подростков, у студенческой молодежи к своему здоровью, к физической культуре за счет расширения индивидуальных знаний по сбалансированному питанию, гигиене тела и психики человека, освоению понятий о тренировочных нагрузках и эффективном тренировочном процессе. Физическое воспитание, являясь важнейшим элементом в системе воспитания молодежи, представляет собой образовательно-воспитательный процесс и характеризуется принципами, присущими педагогическому процессу [2]. Физическая культура – это и есть та учебная дисциплина, которая включает в себя все эти знания, столь необходимые российской молодежи.

Согласно Стратегии развития физической культуры и спорта в Российской Федерации на период до 2020 г., одним из приоритетных направлений в физическом воспитании учащихся должно стать: создание в образовательных учреждениях условий, содействующих укреплению физического и психического здоровья учащихся, профилактике социально-негативных явлений средствами физической культуры и спорта; поиск новых привлекательных форм, методов и средств организации физкультурно-спортивных занятий, призванных обеспечить укрепление здоровья и повышение физической подготовленности. Физическая культура, в контексте рассматриваемой проблемы, приобретает все большее разнообразие и не сводится лишь к развитию двигательных способностей человека, а охватывает и духовное творчество личности. В связи с этим особый интерес представляет разработка соответствующей педагогической системы физкультурной деятельности, направленной на поэтапное решение поставленных теоретических задач. Программно-содержательное и методическое обеспечение профилактики девиантного поведения молодежи с использованием физической культуры и спорта должно строиться с учетом следующих положений: 1) оздоровительно-профилактическая направленность физической культуры и спорта, способствующей формированию устойчивого интереса к систематическим занятиям физическими упражнениями; 2) адекватность средств и методов физической культуры и спорта личностным особенностям молодежи, их интересам и потребностям, с использованием педагогических приемов, направленных на снижение уровня тревожности и агрессивности, повышение самооценки личности, развитие физических и нравственно-этических качеств, повышение мотиваций к учебной и физкультурно-оздоровительной деятельности.

#### Список литературы

1. Слепова Л.Н. Личностно-центрированная модель образования в физическом воспитании / Л.Н. Слепова, Л.Б. Дижонова, Т.Н. Хаирова, С.П. Липовцев // Известия ВолгГТУ, серия Новые образовательные системы и технологии обучения в вузе. – Выпуск 6. – 2009. – № 10(58). – С. 155 – 157.
2. Хаирова Т.Н. Педагогические условия формирования нравственных качеств студентов на занятиях физической культурой и спортом / Л.Б. Дижонова, Л.Н. Слепова, С.П. Липовцев // Известия ВолгГТУ, серия Новые образовательные системы и технологии обучения в вузе. – Выпуск 9. – 2012. – № 11(98). – С. 158–160.

#### РОЛЬ ФИЗКУЛЬТУРЫ В ПОВСЕДНЕВНОЙ ЖИЗНИ ЧЕЛОВЕКА

Амиралиева Е.А., Шлемова М.В., Чернышева И.В., Егорычева Е.В.

*Волжский политехнический институт, филиал Волгоградского государственного технического университета, Волжский, e-mail: perekis.93@mail.ru*

В наше время, научно-технической и промышленной революции за человека почти все делают машины, лишая его двигательной активности. Основная доля физических нагрузок приходится на спорт и физическую культуру. На которые у нас как всегда нет возможности, времени, сил, желания и т.д. Отсюда и слабое здоровье, и вялость, и болезни, и ожирение и остальные недуги. Формирование здорового образа жизни зависит только от нас самих, наших предпочтений, убеждений и мировоззрений [2].

Израильский ученый Моше Фельденкрайз однажды сказал: «Движение – это жизнь. Жизнь – это процесс. Усовершенствуйте качество процесса, и вы усовершенствуете саму жизнь». Ведь без движения жить не просто сложно, а практически невозможно. Занимаются спортом все: дети и взрослые, мужчины и женщины, банкиры и простые рабочие, ведь на сегодняшний день он является неотъемлемой частью нашей жизни.

Здоровье – величайшая ценность общества и каждого человека, основа экономического процветания страны, материального благополучия каждого, сопротивляемости, устойчивости и надёжности организма человека, его нормальной жизни и долголетия. Внимание к собственному здоровью, способность обеспечить индивидуальную профилактику его нарушений, сознательная ориентация на здоровье различных форм жизнедеятельности – всё это показатели общей культуры человека.

Целостность человеческой личности проявляется во взаимосвязи и взаимодействии психических и физических сил организма. Гармония психофизических сил организма повышает резервы здоровья и создаёт условия для творческого самовыражения в различных областях жизни [1].

Чтобы быть здоровым, чувствовать себя уверенно, и, как следствие, жить долго и счастливо, не мучаясь от многих болезней, человек должен уделять большое внимание себе и своему здоровью. Правильное питание и спорт – вот основа красоты, силы, здоровья и долголетия. Регулярные тренировки улучшают обмен веществ, отлаживают работу сердечно-сосудистой системы. Человек становится более выносливым и сильным. Также научно доказано, что спорт способствует повышению уровня интеллекта. Это объясняется тем, что во время тренировок улучшается кровоснабжение мозга, что в свою очередь и стимулирует умственную деятельность.

Потребности в физической культуре – главная побудительная, направляющая и регулирующая сила поведения личности. Они имеют широкий спектр: потребность в движениях и физических нагрузках;