

УА «Брэсцкі дзяржаўны ўніверсітэт імя А.С. Пушкіна»
Факультэт фізічнага выхавання
Кафедра спартыўных дысцыплін
Брэсцкі абласны выканаўчы камітэт
Упраўленне фізічнай культуры, спорту і турызму
Брэсцкі гарадскі выканаўчы камітэт
Аддзел фізічнай культуры, спорту і турызму

ГУЛЬНІ І ЗАБАВЫ Ў КУЛЬТУРЫ ПРАВЯДЗЕННЯ ВОЛЬНАГА ЧАСУ ДЗЯЦЕЙ І МОЛАДЗІ Ў ГОРАДЗЕ І НА СЯЛЕ: ТРАДЫЦЫІ І НАВАЦЫІ



УА «Брэсцкі дзяржаўны ўніверсітэт імя А.С. Пушкіна»
Факультэт фізічнага выхавання
Кафедра спартыўных дысцыплінаў
Брэсцкі абласны выканаўчы камітэт
Упраўленне па фізічнай культуры, спорту і турызму
Брэсцкі гарадскі выканаўчы камітэт
Аддзел фізічнай культуры, спорту і турызму

ГУЛЬНІ І ЗАБАВЫ
Ў КУЛЬТУРЫ ПРАВЯДЗЕННЯ
ВОЛЬНАГА ЧАСУ ДЗЯЦЕЙ І МОЛАДЗІ
Ў ГОРАДЗЕ І НА СЯЛЕ:
ТРАДЫЦЫІ І НАВАЦЫІ

Зборнік назуковых прац

УДК 37.015.31:796.035(082)

ББК 74.200.58я43

Г91

Выданне зборніка навуковых прац ажыццёўлена пры падтрымцы
Абласнога вучэбна-метадычнага цэнтра
фізічнага выхавання насельніцтва

Рэкамендавана да публікацыі кафедрай спартыўных дысцыплінаў
Брэсцкага дзяржаўнага ўніверсітэта імя А.С. Пушкіна
(пратакол № 8 ад 06 сакавіка 2013 года)

Рэдакцыйная калегія:

Ул.П. Люкевіч (старшыня, Брэст), К.І. Белы (Брэст), П. Мазур (Хэлм),
І.І. Лосева (Мінск), С. Нікіцін (Седльцэ)

Рэцэнзент:

доктар філасофскіх навук А.С. Лапцёнак

Гульні і забавы ў культуры правядзення вольнага часу дзяцей і моладзі
Г91 ў горадзе і на сяле: традыцыі і навацыі : зб. навук. прац / Брэсц. дзярж.
ун-т імя А.С. Пушкіна [і інш.] ; рэдкал.: Ул.П. Люкевіч [і інш.]. – Брэст :
Альтэрнатыва, 2013. – 120 с.

ISBN 978-985-521-406-0.

У зборніку змешчаны артыкулы навукоўцаў Беларусі, Польшчы і Украіны, дзе
разглядаюцца праблемы культуры правядзення вольнага часу дзяцей і моладзі
ў горадзе і на сяле.

Матэрыялы, якія надрукаваны ў зборніку, можна выкарыстоўваць у працэсе
выкладання гуманітарных дысцыплінаў, фармавання здаровага ладу жыцця, а
таксама ў іншых формах працы па выхаванню дзяцей і моладзі.

Аўтары надрукаваных матэрыялаў нясуць адказнасць за граматычную
правільнасць, падбор і дакладнасць прыведзеных фактаў, лічбаў, цытат,
уласных назваў, прозвішчаў, імёнаў і іншай інфармацыі.

УДК 37.015.31:796.035(082)

ББК 74.200.58я43

ISBN 978-985-521-406-0

© УА «Брэсцкі дзяржаўны ўніверсітэт
імя А.С. Пушкіна», 2013

© Афармленне. ПВГУП «Издательство
"Альтернатива"», 2013

физического здоровья на занятиях в школе «Мир движений» с элементами гимнастики и акробатики.

Special features of organization and content of physical culture lessons in the additional occupations by physical exercises in the work with the preschool children. Formation of physical health at the lessons in the school «Mir of motions» with the elements of gymnastics and acrobatics

УДК 3798.095.3-053.7

ПАВЛЮЧИК В.В., РОДИН С.В.

Беларусь, Брест, УО «Брестский государственный университет имени А.С. Пушкина»

КУЛЬТУРА ПРОВЕДЕНИЯ СВОБОДНОГО ВРЕМЕНИ МОЛОДЁЖИ: СИНДРОМ АЛКОГОЛЬНОЙ ЗАВИСИМОСТИ

Профилактика девиантного поведения молодёжи во все времена представлялась серьёзной проблемой для общества. Не менее актуальна она и для сегодняшнего дня. В перечне разнообразных вариантов проведения свободного времени молодое поколение использует как организованные, так и неорганизованные формы проведения досуга. Одной из таких распространённых форм, к сожалению, является алкоголизм. Место, которое занимает это явление в структуре социальных отношений, не может не вызывать серьёзного беспокойства ни у родителей, ни у воспитателей, ни у руководства страны. Количество употребления алкогольных напитков в Беларуси имеет устойчивую тенденцию к увеличению, в том числе и в молодёжной среде [3, 6, 7].

В процессе распространении алкоголизма среди молодёжной аудитории важное значение имели и имеют так называемые «питейные традиции». Уже в раннем детстве спиртные напитки использовались, например, для укрепления здоровья, для аппетита, для улучшения роста, для облегчения прорезывания зубов, для согревания, для утоления голода, для успокоения и т.д. Как отмечается на сайте «Брестского областного центра гигиены, эпидемиологии и общественного здоровья», распространению алкоголизации молодёжи способствуют самые разнообразные факторы, среди которых называются такие, как: экономические условия, питейные обычаи, неправильное воспитание, стремление подражать старшим, дурные примеры, анатомо-физиологические особенности детского и юношеского организма [1].

Согласно статистическим данным, на протяжении последнего времени население Беларуси активно покупает водку. Это позволяет сделать вывод, что даже в период экономического кризиса употреблять алкоголь белорусы меньше не стали. Особенно поразительно стремительное увеличение объёмов продажи пива. По инфляции Белстата, только в январе-мае 2011 года было продано 13 млн. 169,2 тыс. доз этого напитка, что на 23,9% больше аналогичного прошлогоднего показателя. Доля пива в общем объёме потребления алкоголя составила 12,5% (за такой же период 2010 года — 11,4%). Реализация водки возросла на 10,3% по сравнению с таким же прошлогодним периодом. Продано 4 млн. 664,8 тыс. дал водки, её доля в общем объёме потребления алкоголя составила 44,3% [2].

Сам по себе ранний (или подростковый) алкоголизм формируется в возрасте от 13 до 18 лет и подразумевает развитие хотя бы первой стадии заболевания. Диагностика раннего алкоголизма (I стадия) ставится на основании следующих критериев

1) появление индивидуальной психической зависимости (алкоголизация становится главным интересом в жизни, начинают пить 2-3 раза в неделю, нередко в одиночку); 2) повышение толерантности к спиртному; 3) утрата рвотного рефлекса; 4) утренняя анорексия (отсутствие аппетита); 5) палимсессы (частичная утрата памяти) опьянения. Как подчёркивает А.Ю.Егоров, молодёжному алкоголизму предшествует подростковая заинтересованность спиртными напитками, что далее приводит к так называемой «ранней алкоголизации», т.е. знакомству со спиртным до 16 лет и регулярное его употребление в старшем подростковом возрасте. Ранняя алкоголизация может рассматриваться как нарушение поведения, что требует скорее психолого-педагогической, а не медицинской коррекции. Этот процесс в большинстве случаев завершается формированием алкоголизма к возрасту 20-22 лет [4].

Одной из задач данного исследовательского материала является выяснение корреляции в культуре проведения свободного времени молодёжи между занятиями спортом и алкогольной зависимостью.

Следует заметить, что одни учёные относят алкоголь к составляющим элементам питания, другие – к наркотикам, третьи – к средствам допинга. Наиболее спорной является третья точка зрения, потому что сомнительно, чтобы алкоголь мог выступать в качестве допинга, тем более, что многочисленные исследования показали его деструктивный и отягочающий эффект, который не производит возбуждающее влияние на организм атлета. Алкоголь не является эффективным средством для моторных характеристик атлета, таких как сила, скорость и выносливость. Утверждается, что наличие алкоголя в крови уменьшает степень концентрации внимания, делает замедленной реакцию, снижает остроту зрения и сужает поле видимости. Несмотря на это спортсмены всё же употребляют алкоголь. И первое, что может быть сформулировано в качестве ответа на вопрос об употреблении ими спиртных напитков, – это то, что не все они имеют достаточное количество информации на предмет функционирования организма даже при приёме спиртного в небольших объёмах [10].

По большому счёту, спорт и алкоголь – вещи несовместимые. Однако в профессиональном спорте нередко случаются различного рода исключения, когда знаменитые спортсмены попадают в зависимость от спиртного. Обычно это связывают с желанием снять психологическое напряжение, волнение и стресс. А так как ответственность соревнований и матчей на протяжении сезона имеется довольно значительное количество, то, соответственно, увеличивается частота использования алкоголя в этих целях. К тому же следует учитывать, что спортсмены – это по преимуществу молодые люди, получающие высокие гонорары, которыми они могут распорядиться как угодно, пускай и не всегда правильно с точки зрения обыкновенного обывателя.

Во времена Советского союза грандиозную популярность среди болельщиков футбола имели Валерий Воронин и Эдуард Стрельцов. Однако первый после страшного авиакатастрофы так и не смог больше найти себя на футбольном поле, в результате чего стал алкоголиком. Второй после банальной пьянки с друзьями в возрасте 31 года в самый расцвет своей спортивной угодил в сибирские лагеря, где и провёл пять лет из первоначальных двенадцати по приговору суда.

Обобщённо футбол, в частности, британский, держит своеобразное первенство по количеству знаменитых футболистов, которые в разное время попадали в зависимость от алкоголя. Североирландский форвард Джордж Бест, бывшая звезда «Манчестер Юнайтед», забил за свою спортивную карьеру 180 голов и мог бы забить намного больше, если бы не преждевременное завершение славной спортивной

деятельности из-за приверженности к беспорядочному пьянству и азартным играм. Кроме того, в этот список можно включить таких футболистов, как Уэйн Руни, Пол Гаскойн, Найджел Уинтерберн, Мартин Киоун, Джон Терри, которых частенько выносили из ночных клубов. Например, Пол Гаскойн, или просто «Газа», только за свою профессиональную карьеру попадал на полицейский участок около 60 раз. Несколько раз он пробовал лечиться от алкоголизма. Капитан лондонского «Арсенала» Тони Адамс мог ходить по барам круглыми сутками, а на следующий день готовиться к важному и ответственному матчу. Его несколько раз арестовывали, но, несмотря на все, Адамс или «Мистер Арсенал» – самый любимый среди болельщиков футболист клуба всех времен. В начале XXI века он и несколько состоятельных бизнесменов открыли специальный реабилитационный центр для футболистов, страдающих алкоголизмом. Ещё один представитель «Арсенала» Пол Мерсон, гениальный полузащитник, имел репутацию отчаянного разгильдяя. Двукратный чемпион Англии, обладатель Кубка Англии, Суперкубка Англии и Кубка Лиги в составе своей команды умудрился за несколько лет во время своих попок оставить в различных казино мира от 5 до 10 млн долларов. [9].

Нет сомнения в том, что употребление алкоголя влияет на здоровье индивида и, естественно, на занятия спортивной деятельностью. Кратко можно перечислить несколько негативных аспектов относительно употребления алкоголя для атлета, который априори является здоровым человеком. Итак, при употреблении любой дозы спиртного наблюдаются следующие симптомы: а) снижение скорости реакции и ухудшение координации движений: часто от реакции и координации движений зависит здоровье и даже жизнь спортсмена, особенно это касается велоспорта, альпинизма, ряда игровых видов спорта и т.д.; б) снижение выносливости: это резко уменьшает возможность достижения высокого результата, когда алкоголь, находящийся в крови, препятствует синтезу и использованию гликогена, своеобразного резервного топлива организма, используемого в мышцах при физических нагрузках, и в итоге не достигается тот предел, когда организм начинает адаптироваться к новым нагрузкам и становится более выносливым; в) обезвоживание: уменьшение запасов жидкости в организме крайне негативно влияет на все без исключения органы и системы: кровь начинает сгущаться, а сердце работать в режиме повышенной нагрузки, что в 40 лет может привести к хронической сердечной недостаточности; г) замедление мышечного роста: употребление алкоголя до или после тренировки резко ухудшает спортивные результаты спортсмена, так как затрудняется работа печени, что, в свою очередь, уменьшает выработку особых аминокислот, которые используются при синтезе белков для роста мышечной массы [8].

Численность молодежи на Беларуси определяется в границах около 2.345 тыс. человек, в том числе юношей насчитывается в пределах 1.199 тыс., девушек – 1 146 тыс. Из них регулярно занимаются физической культурой и спортом – 28,7%, от случая к случаю – 46,4%, не занимаются – 24,9% [5]. Приведенные данные свидетельствуют о том, что физическая культура и спорт имеют значительный потенциал для распространения в молодёжной среде и формирования здорового образа жизни. Это тем более важно, что в обществе актуальной становится проблема культуры проведения свободного времени молодого поколения. В условиях процессов демократизации, либерализации, гуманизации и эмансипации социальных связей и отношений в соответствии с тенденциями глобализации и регионализации данная демографическая группа населения испытывает повышенное давление в самых разных направлениях. Социальные риски, отсутствие оптимизма и уверенности в позитивных изменениях

в будущем часто принуждает молодёжь мучительно искать оптимальный выход из создавшейся ситуации. К сожалению, альтернативой и наиболее простым решением вопроса являются добровольный уход в виртуальное пространство, употребление алкоголя и наркотиков.

Таким образом, следует констатировать следующее:

- проблема алкоголизации молодёжи в культуре проведения свободного времени является актуальной;
- общество в целом и государство в частности не выработало по-настоящему действенной программы противостояния алкоголизации населения;
- физическая культура и спорт в современном их состоянии не являются достаточно серьёзной альтернативой в борьбе с данной девиацией;
- знаменитые спортсмены нередко являются приверженцами алкоголизма;
- синдром алкоголизма в значительной мере снижает привлекательный образ спорта.

Авторы в данной статье анализируют проблематику культуры проведения свободного времени современной молодёжью. В частности они обращают внимание на распространение алкоголизма в молодёжной среде, в том числе среди знаменитых спортсменов.

Authors in given article analyze a problematics of culture of carrying out of a free time modern youth. In particular they pay attention to alcoholism distribution to the youth environment, including among the well-known sportsmen.

- 1 Алкоголь и подростки [Электронный ресурс]. – Режим доступа : // <http://ocgie.brest.by/?mode=articles&c=statji&b=1&a=37>, – Дата доступа : 23.03.2013.
- 2 Белорусская молодёжь спивается под гивко [Электронный ресурс]. – Режим доступа : // http://naviny.by/rubrics/society/2011/07/01/ic_articles_116_174235/, – Дата доступа : 23.03.2013.
- 3 Государство спаивает белорусов [Электронный ресурс]. – Режим доступа : <http://news.tut.by/economics/322357.html>, – Дата доступа : 21.27.11.2012.
- 4 Горюв, А.Ю. Алкоголизация и алкоголизм в молодёжной среде: проблемы и перспективы [Электронный ресурс]. – Режим доступа : // <http://www.medline.ru/public/art/tom2/art51.phml>, – Дата доступа : 23.03.2013.
- 5 Молодёжь Беларуси: цифры и факты [Электронный ресурс]. – Режим доступа : // http://www.bnlta.by/ru/infographic/i_1104.html, – Дата доступа : 23.03.2013.
- 6 Продажи алкоголя в Беларуси растут, а его производство по-прежнему является высокоприбыльным бизнесом [Электронный ресурс]. – Режим доступа : http://vilavi.ucoz.ru/news/prodazhi_alkogolja_v_belarusi_rastut_a_ego_proizvodstvo_po_prezhnemu_javljaetsja_vysokopribylnym_biznesom/2012-05-15-98, – Дата доступа : 16.01.2013.
- 7 Сколько еще смогут выпить белорусы? [Электронный ресурс]. – Режим доступа : <http://news.tut.by/society/316488.html>, – Дата доступа : 21.10.2012.
- 8 Спорт и алкоголь [Электронный ресурс]. – Режим доступа : // http://www.alco-pravda.info/anal_alcohol.html, – Дата доступа : – 23.03.2013.
- 9 Спортсмены алкоголики [Электронный ресурс]. – Режим доступа : // <http://arsenal-london.com/news/2011-01-31-326>, – Дата доступа : 23.03.2012.
- 10 Спортсмены алкоголики [Электронный ресурс]. – Режим доступа : // <http://psyalko.ru/novosti/2010-12-10-21-03-45-060.html>, Дата доступа : – 23.03.2013.
- 11 Bączek, J. B. Problem siegania po alkohol przez sportowców [Электронный ресурс]. – Режим доступа : // <http://www.psychologia.net.pl/artykul.php?level=300>, Дата доступа : – 23.03.2013.