

функционального состояния тазобедренного сустава, уменьшению боли и повышению качества жизни пациентов.

Применение комплекса физической реабилитации в составе консервативного лечения позволяет пациентам отсрочить необходимость хирургического вмешательства, дольше сохранить работоспособность.

1. Adylov, Sh. K. The application of physiotherapeutic treatment methods in the early stages of avascular osteonecrosis of the femoral head / Sh. K. Adylov, S. A. Bazarova, Z. J. Isomiddinov // Spectrum Journal of Innovation, Reforms and Development. – 2022. – № 5. – P. 20–26. – Mode of access: <https://sjird.journalspark.org/index.php/sjird/article/view/192>.

2. Barney, J. Femoral Head Avascular Necrosis / J. Barney, N. S. Piuizzi, H. Akhondi // StatPearls. – Treasure Island (FL): StatPearls Publishing, 2022.

3. Sen, R. K. Management of avascular necrosis of femoral head at pre-collapse stage / R. K. Sen // Indian Journal of Orthopaedics. – 2009. – № 43 (1). – P. 6–16.

4. Avascular Necrosis Bone Complication after Active COVID-19 Infection: Preliminary Results / A. Sulewski [et al.] // Medicina (Kaunas). – 2021. – № 57 (12). – P. 1311.

5. Tripathy, S. K. Management of femoral head osteonecrosis: current concepts / S. K. Tripathy, T. Goyal, R. K. Sen // Indian Journal of Orthopaedics. – 2015. – № 49 (1). – P. 28–45.

6. Combination use of core decompression for osteonecrosis of the femoral head: A systematic review and meta-analysis using Forest and Funnel Plots / L. Wang [et al.] // Comput Math Methods Med. – 2021.

7. Beware of Steroid-Induced Avascular Necrosis of the Femoral Head in the Treatment of COVID-19-Experience and Lessons from the SARS Epidemic / S. Zhang [et al.] // Drug Des Devel Ther. – 2021. – Mar 4, № 15. – P. 983–995.

Аринчина Н.Г., канд. мед. наук, доцент,

Зборовский К.Э., канд. мед. наук, доцент,

Аниськова О.Е., канд. мед. наук, доцент

Белорусский государственный университет физической культуры,
Минск, Республика Беларусь

ДЕВИАНТНОЕ ПОВЕДЕНИЕ СРЕДИ СТУДЕНТОВ, ЗАНИМАЮЩИХСЯ В УЧРЕЖДЕНИИ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ СПОРТИВНОГО ПРОФИЛЯ

Аннотация. В статье выявлены особенности девиантного поведения студентов, занимающихся сложнокоординационными видами спорта, обучающихся в Белорусском государственном университете физической культуры. Установлено, что студенты на фоне значительных физических

тренировочных и соревновательных нагрузок, а также больших учебных нагрузок, испытывают более выраженную психологическую напряженность и более склонны к проявлению девиантного поведения по сравнению со студентами, имеющими преимущественно только учебные нагрузки. Выявленная негативная тенденция обращает внимание на необходимость динамического наблюдения за психологическим состоянием студентов, а также проведения регулярных профилактических мер.

Ключевые слова: студенты; девиантное поведение; аддиктивное поведение; делинквентное поведение; суицидальный риск.

Arinchina N., Ph.D., associate professor,
Zbarouski K., Ph.D., associate professor,
Aniskova O., Ph.D., associate professor
Belarusian State University of Physical Culture,
Minsk, Republic of Belarus

DEVIANT BEHAVIOR AMONG STUDENTS ENGAGED IN SPORTS AT A HIGHER EDUCATIONAL INSTITUTION

Abstract. The article reveals the features of deviant behavior of students engaged in complex sports, studying at the Belarusian State University of Physical Culture. It was found that students, against the background of significant physical training and competitive loads, as well as large academic loads, experience more pronounced psychological tension and are more prone to deviant behavior compared to students who have mainly only academic loads. The revealed negative trend draws attention to the need for dynamic monitoring of the psychological state of students, as well as the need for regular preventive measures.

Keywords: students; deviant behavior; addictive behavior; delinquent behavior; suicidal risk.

Введение. К сложнокоординационным видам спорта относят художественную и спортивную гимнастику, фигурное катание, акробатику, прыжки на батуте, синхронное плавание, фристайл и другие. Особенностью сложнокоординационных видов спорта является наличие постоянно усложняющихся технических действий. При относительно небольшой энергоёмкости тренировочных и соревновательных нагрузок при выполнении ациклических однократных упражнений в этих видах спорта отмечается большая доля статических усилий и относительно небольшая доля динамической работы, кратковременные интервалы нагрузки и большие интервалы отдыха. При отборе в эти виды спорта необходимо учитывать ряд факторов: морфофункциональные особенности, спортивно-техническое мастерство, общую и специальную физическую подготовленность, а также психологические особенности спортсмена [1].

Студенчество является динамичной, наиболее восприимчивой частью молодежи, которая быстро реагирует на все изменения, происходящие в обществе. Именно в этом возрасте происходит интенсивный поиск призвания, начало самостоятельной трудовой деятельности, создание семьи.

Девиантное поведение – это комплекс поступков, которые противостоят общепринятым поступкам в обществе. Это нарушение правовых, этических, эстетических норм. Наиболее часто в молодежной среде девиантное поведение проявляется в использовании нецензурных выражений и употреблении алкоголя. По данным литературы, в студенческой среде использование нецензурных выражений в своем окружении составляло 86 %, употребление алкоголя – 80 %, сталкивались с суицидом и употреблением психоактивных веществ – 6 % студентов, а также с физическим насилием и воровством. По мнению самих обследуемых студентов, самыми социально опасными видами девиантного поведения являются употребление алкоголя (86 %), физическое насилие (80 %), употребление психотропных препаратов (40 %), а наименее социально опасными считают употребление нецензурных выражений (20 %) и нестандартное поведение [2]. Основными причинами девиантного поведения, по мнению опрошенных студентов, является неблагоприятная окружающая среда: плохие условия проживания, негативный пример взрослых, неопределенность в жизни, одиночество, различные студенческие проблемы.

Девиантное поведение – это антидисциплинарное поведение. Проявлениями его являются агрессия, демонстрация, вызов, уклонение от трудовой и учебной деятельности, уход из дома, алкоголизм и пьянство, раннее употребление наркотиков, антисоциальные поступки, действия сексуального и антиобщественного характера, склонность к суициду [3–6].

В настоящее время одной из эффективных форм организации занятости молодежи являются физкультура и спорт. Эта форма занятости направлена на совершенствование физического и психофизиологического состояния организма, повышение уровня здоровья и формирование гармонично развитой личности. Эта форма занятости является также средством профилактики девиантного поведения. При этом, однако, необходимо учитывать, что занимаясь спортом профессионально, нередко молодые люди испытывают и традиционные для студентов проблемы: загруженность учебными занятиями, которые необходимо совмещать с тренировками и соревнованиями, сложную адаптацию к нагрузкам будущей профессии, волнения по поводу здоровья, различные проблемы психологического характера, возможные в студенческой среде. На этом фоне возможно появление девиаций в поведении: слабое состояние готовности к соревнованиям, неумение адекватно переживать спортивные победы и поражения, нарушение нормального взаимодействия с тренером и членами команды.

Значительную тревогу вызывает такое проявление девиантного поведения, как суицид. По данным ряда исследований, число самоубийств среди подростков и молодежи за последнее десятилетие значительно возросло.

В числе причин называют неуверенность в завтрашнем дне, крах жизненных ценностей, а также распространение в среде молодых людей своеобразной молодежной субкультуры (суицидальной). Немалую роль в этом играют широкодоступный интернет и некоторые социальные сети, убеждающие, что суицид – это удел сильных, творческих, независимых людей, что это проявление свободы воли человека [7].

Цель исследования – выявить особенности девиантного поведения студентов, занимающихся сложнокоординационными видами спорта.

Методика и организация исследования. Были обследованы 80 студентов третьих и четвертых курсов Белорусского государственного университета физической культуры: 40 студентов занимались сложнокоординационными видами спорта, тренировались и участвовали в соревнованиях на момент обследования (первая группа); возраст обследуемых составил $20,68 \pm 1,14$ года; стаж занятий спортом $9,60 \pm 0,62$ лет; без разряда – 15 %, III разряд – 3 %, II разряд – 7 %, I разряд – 15 %; КМС – 15 %; МС – 40 %; МСМК – 5 %; 40 студентов не занимались спортом, не тренировались и не участвовали в соревнованиях на момент обследования (вторая группа, контрольная). Возраст обследуемых этой группы составил $20,40 \pm 1,16$ года; стаж занятий спортом $4,10 \pm 1,03$ года; без разряда – 72 %; I разряд – 16 %; КМС – 4 %; МС – 8 %.

Критерии включения в исследование: студенты, обучающиеся в БГУФК, подписавшие информированное согласие на участие в исследовании (в соответствии с Хельсинской декларацией Всемирной медицинской Ассоциации «Этические принципы проведения медицинских исследований»), являющиеся жителями Республики Беларусь и постоянно проживающие на ее территории.

Был использован диагностический опросник для выявления склонности к различным формам девиантного поведения «ДАП-П» Е.В. Федосенко, 2006. Этот опросник состоит из следующих блоков: шкала «Аддиктивное поведение», шкала «Делинквентное поведение», шкала «Суицидальный риск» и интегральный показатель (выраженность девиантного поведения) [8].

Статистическая обработка данных проводилась с использованием программы Excel 2007, Statistica 6,0.

Результаты исследования и их обсуждение. Обе группы студентов были сопоставимы по возрасту, половому составу (мужчин – 40 %; женщин – 60 %). Студенты первой группы имели значительный стаж занятий спортом, продолжали спортивную деятельность и имели высокий уровень спортивного мастерства. Студенты второй (контрольной) группы имели небольшой стаж спортивных занятий, прекратили тренировки в среднем около двух лет назад, имели относительно невысокий спортивный разряд или не имели его. Результаты применения диагностического опросника для выявления склонности к девиантному поведению представлены в таблице.

Таблица – Показатели оценки склонности к различным формам девиантного поведения у студентов

Наименование шкал, стены	Обследуемые, n=80	
	1-я группа	2-я группа
Шкала «Аддиктивное поведение»	6,27 ±0,23	7,82±0,38*
Шкала «Делинквентное поведение»	6,82±0,18	7,82±0,34*
Шкала «Суицидальный риск»	8,54±0,11	9,09±0,11
Интегральная оценка «Девиантное поведение»	7,11±0,33	8,55±0,35*

Примечание: * – достоверность отличий, $p < 0,05$.

Показатели, соответствующие 1–2 стенам, говорят о высокой склонности к девиантному поведению; показатели, соответствующие 3–8 стенам – о значительной предрасположенности; показатели, соответствующие 9–10 стенам – о низкой склонности (или ее отсутствии) к девиантному поведению.

У студентов первой группы показатели по шкалам «Аддиктивное поведение», «Делинквентное поведение» и «Суицидальный риск» свидетельствуют о значительной предрасположенности к этим видам поведения.

У студентов второй группы по шкалам «Аддиктивное поведение» и «Делинквентное поведение» показатели свидетельствуют о значительной предрасположенности; по шкале «Суицидальный риск» – о низкой склонности к такому виду поведения.

При сопоставлении этих показателей были выявлены следующие достоверные отличия: студенты первой группы имели более выраженную склонность к аддиктивному поведению. Аддиктивное поведение – это один из типов девиантного поведения со стремлением к уходу от реальности путем искусственного изменения своего психического состояния посредством приема некоторых веществ или постоянной фиксации внимания на определенных видах деятельности с целью поддержания интенсивных эмоций. Студенты первой группы имели также более выраженную склонность к делинквентному поведению; делинквентное (противоправное, антиобщественное) поведение – действия личности, отклоняющиеся от установленных в данном обществе и в данное время законов, угрожающие благополучию других людей или социальному порядку.

Студенты первой группы достоверно не отличались по уровню склонности к суицидальному поведению от величины этого показателя у студентов второй (контрольной) группы.

Интегральный показатель, соответствующий среднему уровню девиантного поведения у студентов первой группы, достоверно отличался от интегрального показателя у студентов второй группы с низкой склонностью к девиантному поведению: он свидетельствовал о большей выраженности девиантного поведения у студентов первой группы.

Выводы. По результатам оценки выраженности склонности студентов к различным формам девиантного поведения было выявлено, что

студенты, занимающиеся сложнокоординационными видами спорта, на фоне значительных физических тренировочных и соревновательных нагрузок, а также больших учебных нагрузок, испытывают более выраженную психологическую напряженность и более склонны к проявлению девиантного поведения по сравнению со студентами контрольной группы, имеющими преимущественно только учебные нагрузки. Такая тревожная тенденция – склонность к девиантному поведению у студентов, сказывается на развитии студенческой молодежи и всего общества.

Выявленная негативная тенденция обращает внимание на необходимость динамического наблюдения за психологическим состоянием студентов, а также на необходимость проведения регулярных профилактических мер.

Чтобы предупредить девиантное поведение, в первую очередь необходимо нейтрализовать главный фактор – отрицательное влияние социальной среды, ограничить воздействие таких негативных социальных факторов, как влияние неблагополучной семьи, асоциальных групп, противоправного общения.

Сфера образования является также важным фактором. Отмечается интенсивное увеличение учебных нагрузок, возрастание количества психических расстройств и хронических заболеваний у студентов, поэтому многие учащиеся испытывают трудности в усвоении учебной программы. Коммерциализация большинства сфер, охватывающих сферу досуга и позволяющих молодежи развиваться, становится недоступной для многочисленной студенческой молодежи.

Таким образом, проблема профилактики девиантного поведения студентов является многофакторной проблемой, требующей комплексного решения. Это должна быть совместная разработка учебных, правоохранительных, воспитательных, общественных мероприятий.

1. Шакамалов, Г. М. Сложнокоординационные виды спорта: учеб.-метод. пособие / Г. М. Шакамалов. – Челябинск: Изд. центр «Уральская академия», 2020. – 91 с.

2. Адамова, Д. В. Девиантное поведение в студенческой среде [Электронный ресурс] / Д. В. Адамова, А. С. Краснова // Молодежь и наука: сб. материалов VIII Всерос. науч.-техн. конф. студентов, аспирантов и молодых ученых, посвящ. 155-летию со дня рождения К. Э. Циолковского. – Красноярск: Сибирский федеральный ун-т, 2012. – Режим доступа: <http://conf.sfu-kras.ru/sites/mn2012/section19.html>. – Дата доступа: 05.09.2023.

3. Профилактика аддиктивного поведения студентов: метод. рекомендации / сост.: К. Э. Зборовский [и др.]. – Минск: БГУФК, 2020. – 60 с.

4. Денисов, Б. П. Девиантное поведение: масштабы и география беды / Б. П. Денисов, В. И. Сакевич // Социологические исследования. – 2004. – № 1. – С. 46.

5. Реутов, Е. В. Учащаяся молодежь и наркотики: девиантное поведение / Е. В. Реутов // Социологические исследования. – 2004. – № 1. – С. 8–11.

6. Шнейдер, Л. Б. Девиантное поведение детей и подростков / Л. Б. Шнейдер. – М.: Наука, 2005. – С. 11–23.

7. Хаджимба, Л. О. Специфика проявления девиантного поведения среди несовершеннолетних в современном российском обществе / Л. О. Хаджимба // Вестник университета Российской академии образования. – 2006. – № 4. – С. 109–112.

8. Нечаев, М. П. Диагностические методики классного руководителя: метод. пособие / М. П. Нечаев, И. Э. Смирнова. – М.: Перспектива, 2008. – 96 с.

Асатова Г.Р., канд. ист. наук, профессор
Узбекский государственный университет физической культуры и спорта,
Чирчик, Республика Узбекистан

СПОРТИВНОЕ ПИТАНИЕ НА СЛУЖБЕ У ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ

Аннотация. На основе определенного круга источников представлен обзор видов специализированного спортивного питания и его использования в питании спортсменов. Также рассмотрены и биологически активные добавки, необходимые для снабжения организма адекватным количеством энергии и незаменимыми факторами питания. Описаны основные виды пищевых добавок, используемых в питании спортсменов, и рассмотрена их функциональная роль. Показана важность проведения исследований в области разработки продуктов спортивного питания. Отмечена роль биологически активных добавок, в особенности витаминов и минеральных веществ, в повышении эффективности работы во время тренировочного, соревновательного и восстановительного периодов. Подчеркивается, спортивное питание расширило потребительскую базу за счет любителей спорта и активных людей, которые заботятся о здоровье и благополучии.

Ключевые слова: здоровый образ жизни; здоровьесберегающие программы; спортивное питание; биологические активные добавки; специализированные продукты; правильно сбалансированная диета.

Asatova G., Candidate of Historical Sciences, Professor
Uzbek State University of Physical Culture and Sport,
Chirchik, Republic of Uzbekistan

SPORTS NUTRITION IN THE SERVICE OF A HEALTHY LIFESTYLE

Abstract. Based on a range of sources, an overview of the types of specialised sports nutrition and its use in the nutrition of athletes is presented. Also considered are the dietary supplements necessary for supplying the body with