

5. Parkhomenko E. H. Metodychni rekomendatsii dlia navchannia ditei doshkilnoho viku elementam hry u basketbol. URL: <https://vseosvita.ua/library/metodicni-rekomendacii-dla-navcanna-ditej-doshkilnogo-viku-elementam-gri-u-basketbol-288207.html> (data zvernennia: 13.05.2022).
6. Parkhomenko E. H. Prohrama hurtkovoї roboty z basketbolu dlia starshoi hrupy doshkilnykh navchalnykh zakladiv. URL: <https://vseosvita.ua/library/programa-gurtkovoї-roboti-z-basketbolu-dla-starsoi-grupi-doshkilnih-navchalnih-zakladiv-288178.html> (data zvernennia: 13.05.2022).
7. Telebei S. M., Prozar V. M. Pobudova i model provedennia zaniat z basketbolu z ditmy doshkilnoho viku. Visnyk Kamianets-Podilskoho natsionalnoho universytetu imeni Ivana Ohienka, 2011. URL: <file:///C:/Users/www/AppData/Local/Temp/30357-56446-1-SM-1.pdf> (data zvernennia: 13.05.2022).
8. Federatsiia Basketbolu Ukrainy. URL: <https://fbu.ua/news/vazhlivi-zmini-diti-zmozhut-pochinati-zaymatisya-basketbolom-u-dyussh-na-dva-roki-ranishe--z-6-rokiv> (data zvernennia: 13.05.2022).
9. Shepeliev O. O., Sotnyk O. V. Vykorystannia elementiv riznykh vydiv sportu pid chas provedennia zaniat z fizychnoho vykhovannia ditei doshkilnoho viku. Psykholoho-pedahohichni osnovy humanizatsii navchalno-vykhovnoho protsesu v shkoli ta VNZ: zbirnyk naukovykh prats. Rivne: RVTs MEHU im. akad. S Demianchuka, 2019. Vypusk № 2 (22). S. 247–256.
10. Iukhymchuk S. O. Rukhlyvi ihry z elementamy basketbolu. Cherkasy. 2015. 18 s.

DOI 10.31392/NPU-nc.series15.2022.5(150).22
УДК: 796.011.3

Тьорло О. І.

кандидат наук з фізичного виховання і спорту, доцент завідувач кафедри спеціальної фізичної підготовки Львівський державний університет внутрішніх справ

Червоношапка М. О.

кандидат наук з фізичного виховання і спорту, доцент кафедри спеціальної фізичної підготовки Львівський державний університет внутрішніх справ

Шутка Г. І.

кандидат педагогічних наук, доцент кафедри фізичного виховання, спорту і здоров'я Львівський національний університет ветеринарної медицини та біотехнологій імені С.З. Гжицького, Голубева О.Т.

старший викладач кафедри фізичного виховання, спорту і здоров'я

Львівський національний університет ветеринарної медицини та біотехнологій імені С.З. Гжицького, Сопіла Ю.М.

старший викладач кафедри фізичного виховання, спорту і здоров'я

Львівський національний університет ветеринарної медицини та біотехнологій імені С.З. Гжицького, Якимшин І.Д.

старший викладач кафедри фізичного виховання, спорту і здоров'я

Львівський національний університет ветеринарної медицини та біотехнологій імені С.З. Гжицького

КІКБОКСИНГ ЯК ЕФЕКТИВНИЙ ЗАСІБ РУХОВОЇ АКТИВНОСТІ КУРСАНТІВ-ЖІНОК ЗАКЛАДІВ ВИЩОЇ ОСВІТИ МВС УКРАЇНИ

Низка наукових досліджень спрямована на вдосконалення різних аспектів процесу підготовки здобувачів у закладах вищої освіти зі специфічними умовами навчання. В тому числі увага надається процесу загальної та спеціальної фізичної підготовки курсантів-жінок. Нами проведено дослідження показників підготовленості курсантів-жінок під впливом традиційної програми зі "Спеціальної фізичної підготовки" та тренувань у секції кікбоксингу протягом навчального року. Встановлено, що секційні заняття з кікбоксингу є ефективним позанавчальним засобом вдосконалення показників загальної фізичної підготовленості (силових та швидкісних якостей, витривалості та гнучкості). Також секційні заняття з кікбоксингу сприяють більш ефективному оволодінню здобувачками вищої освіти заходами фізичного впливу.

Ключові слова: *заклади вищої освіти, курсанти-жінки, фізична підготовленість, секційна робота, кікбоксинг.*

Torlo O., Chervonoshapka M., Shutka H., Holubeva O., Sopila Y., Yakymyshyn I. Kickboxing as an effective mean of motor activity of cadets-women of higher education institutions of the Ministry of Internal Affairs of Ukraine. *The activities of the law enforcement officers are characterized by significant psycho-emotional and physical stress. Therefore, a high level of the physical preparedness is an important component in the structure of the preparedness of the cadets (men and women) in the higher education institutions with specific training conditions that train police officers. In recent years a significant number of women want to study in the higher education institutions and work in the system of the Ministry of Internal Affairs of Ukraine. Research aimed at the finding of the effective ways of their preparation is relevant. We conducted a study of the indicators of the preparedness of the cadets-women who during the year of study were engaged in the program "Special Physical Training" without attending sectional classes. We compared their results with the results of the cadets who trained in the kickboxing section. The results show that the traditional curriculum of the discipline "Special Physical Training" effectively contributes to the improvement of the physical preparedness (strength and speed qualities, endurance, flexibility). Sectional martial arts (kickboxing) classes are an effective mean of the extracurricular activities of the cadets-women. They help to*

increase their physical fitness characteristics. They also help to increase the efficiency of the process of the learning of the special techniques and actions.

Key words: higher education institutions, female cadets, physical preparedness, section work, kickboxing.

Постановка проблеми. Високий рівень загальної та спеціальної фізичної підготовленості є важливою передумовою ефективної професійної діяльності правоохоронців (як чоловіків, так і жінок) [9, 10 та ін.]. Оволодіння заходами фізичного впливу, як і підвищення рівня фізичних здібностей, необхідних у службовій діяльності, у закладах вищої освіти МВС України відбувається у процесі практичних занять з навчальної дисципліни "Спеціальна фізична підготовка". Окрім цього, вдосконалення показників фізичної підготовленості реалізується у процесі секційної роботи зі здобувачами вищої освіти.

В останні роки спостерігається збільшення кількості жінок, які прагнуть навчатися у закладах вищої освіти зі специфічними умовами навчання та працювати в системі МВС України [9]. При цьому зростає актуальність пошуку шляхів підвищення ефективності процесу підготовки курсантів-жінок, в тому числі з використанням їхньої позанавчальної діяльності, зокрема, секційної роботи з різних видів спорту.

Аналіз літературних джерел. В результаті аналізу науково-методичних джерел виявлено низку праць, спрямованих на вдосконалення процесу фізичної підготовки майбутніх фахівців правоохоронної діяльності [2, 5, 6]. Одним з ефективних шляхів підвищення рівня підготовленості є організація різних позанавчальних форм рухової активності, наприклад, факультативні заняття з видів спорту, що відвідують здобувачі вищої освіти за вибором та власним бажанням (офіцерське триборство, рукопашний бій, дзюдо, самбо, гирьовий спорт та інші) [3]. Зокрема, встановлено, що у курсантів в результаті секційних занять ігровими видами спорту спостерігається покращення швидкості простих та складних реакцій [8]. Доведено, що застосування дзюдо є ефективним засобом спортивної підготовки (фізичної активності) співробітників спеціальних структур (офіцерів, працівників поліції, Національної гвардії, інших силових структур) [7]. Встановлено, що багаторічні тренувальні заняття гирьовим спортом сприяють значному підвищенню рівня функціональної та фізичної підготовленості курсантів-чоловіків, дозволяють значно зміцнити їх здоров'я, а також досягнути високих спортивних результатів [4].

Також проводилися дослідження проблематики фізичної підготовки курсантів-жінок закладів вищої освіти зі специфічними умовами навчання [9, 10]. Зокрема, автори [9] зазначають, що застосування засобів гирьового спорту в освітньому процесі майбутніх офіцерів-жінок ЗВО МВС сприятиме підвищенню рівня їх спеціальної підготовленості й покращенню виконання службових завдань. Актуальним є продовження досліджень у цьому напрямку та вивчення впливу секційних занять з різних видів спорту на показники підготовленості курсантів-жінок.

На наш погляд, в якості ефективного позанавчального засобу підвищення рівня фізичної підготовленості жінок у ЗВО зі специфічними умовами навчання можуть використовуватись секційні заняття з кікбоксингу. Характерним для цього різновиду єдиноборств є широкий арсенал техніко-тактичних дій в різних режимах роботи м'язів, що зумовлює його позитивний вплив на широкий спектр фізичних здібностей, важливих для жінок майбутніх офіцерів підрозділів Національної поліції.

Мета роботи – дослідити показники підготовленості курсантів-жінок у процесі занять "Спеціальною фізичною підготовкою" та секційних занять з кікбоксингу.

Для досягнення поставленої мети були застосовані такі методи дослідження: теоретичний аналіз та узагальнення даних науково-методичної літератури; педагогічні випробування (тестування); методи математичної статистики. У дослідженні розраховувалися наступні показники: середні значення (\bar{X}), стандартні відхилення σ , t-критерій Стьюдента.

Контингент досліджених складався з курсантів-жінок II року навчання, здобувачок освітнього ступеня "бакалавр". Учасники дослідження були розподілені на дві групи. Перша група у кількості 24 особи займалася за програмою навчальної дисципліни "Спеціальна фізична підготовка", не відвідуючи секційних занять. Друга група досліджених, у кількості 18 осіб, окрім занять "Спеціальною фізичною підготовкою", тренувалася у секції кікбоксингу. Тестування проводилось на початку та наприкінці навчального року. У процесі дослідження вивчалися показники фізичної підготовленості за тестами: біг на 100 м, біг на 1000 м, комплексна силова вправа, стрибок у довжину з місця, нахил тулуба вперед з положення сидячи. Також оцінювався рівень оволодіння заходами фізичного впливу (відповідно до "Положення про організацію службової підготовки працівників Національної поліції України" [1].)

Виклад основного матеріалу дослідження. Аналіз отриманих результатів дослідження показав, що у жінок обох досліджених груп протягом навчального року відбулися достовірні позитивні зміни ($p < 0,05$) у досліджених показниках фізичної підготовленості та рівні володіння заходами фізичного впливу (Таблиця 1). Натомість, у жінок 2-ої дослідженої групи (які, окрім занять "Спеціальною фізичною підготовкою", займалися в секції кікбоксингу) спостерігалось більш виражене покращення.

Таблиця 1. Показники підготовленості курсантів-жінок

№	Тест	Група	Початок навчального року		Закінчення навчального року		p
			\bar{X}	σ	\bar{X}	σ	
1.	Біг на 100 м (с)	1	15,3	0,5	15,2	0,4	$p < 0,05$
		2	15,2	0,4	14,9	0,3	$p < 0,05$
2.	Біг на 1000 м (хв., с)	1	4,17	0,11	4,12	0,10	$p < 0,05$
		2	4,15	0,11	4,07	0,11	$p < 0,05$
3.	Комплексна силова вправа (разів)	1	42,8	2,8	46,3	2,9	$p < 0,05$

	за 1 хв.)	2	43,0	3,0	49,0	1,5	p < 0,05
4.	Стрибок у довжину з місця (см)	1	188,0	5,8	189,9	6,0	p < 0,05
		2	188,7	5,1	194,3	5,7	p < 0,05
5.	Нахил тулуба вперед із положення сидячи (см)	1	13,0	1,5	13,7	1,4	p < 0,05
		2	13,1	1,7	16,3	0,8	p < 0,05
6.	Володіння заходами фізичного впливу (бали)	1	3,7	0,8	3,9	0,5	p < 0,05
		2	3,8	0,7	4,8	0,4	p < 0,05

Підвищення рівня загальної фізичної підготовленості є одним із завдань самостійної роботи курсантів. Організація позанавчальної діяльності (зокрема, секційної роботи) відіграє важливу роль у забезпеченні високої ефективності процесу підготовки здобувачів у закладах вищої освіти МВС України.

Висновки. Практичні заняття зі "Спеціальної фізичної підготовки" ефективно сприяють підвищенню рівня фізичної підготовленості курсантів-жінок. При цьому секційні заняття з кікбоксингу є ефективним позанавчальним засобом вдосконалення показників розвитку фізичних здібностей, важливих для фахівців правоохоронної діяльності. Також секційні заняття з кікбоксингу сприяють більш ефективному оволодінню заходами фізичного впливу.

Перспективи подальших досліджень у даному напрямі полягають у розробці та впровадженні в освітній процес науково-обґрунтованих методик вдосконалення показників підготовленості на основі засобів та методів кікбоксингу.

Література

1. Про затвердження Положення про організацію службової підготовки працівників Національної поліції України : наказ МВС України від 26 січня 2016 р. № 50. Режим доступу: <http://zakon.rada.gov.ua/laws/show/z0260-16>.
2. Вереньга Ю.В. Удосконалення фізичної підготовки працівників МВС України на етапі професійного становлення [Текст] : дис. ... канд. наук з фіз. виховання і спорту : 24.00.02 / Ю.В. Вереньга. – Л., 2015. – 262 с. Режим доступу: <http://repository.ldufk.edu.ua/handle/34606048/2626>
3. Долбишева Н.Г. Інноваційні підходи до вдосконалення фізичної та спеціальної підготовки майбутніх правоохоронців в системі ВНЗ МВС України / Н.Г. Долбишева, В.А. Ведерніков // Спортивний вісник Придніпров'я. – 2016. – № 1. – С. 170–176. Режим доступу: <http://infiz.dp.ua/misc-documents/2016-01/2016-01-29.pdf>
4. Забора А.В. Гирьовий спорт як ефективний засіб фізичної та функціональної підготовки курсантів ХНУВС / А.В. Забора, В.В. Сергієнко // Фізична культура, спорт та здоров'я : матеріали XVIII Міжнар. наук.-практ. конф. – Харків, 2018. – С. 14-16. Режим доступу: http://dspace.univd.edu.ua/xmlui/bitstream/handle/123456789/3600/Hyrovyi%20sport%20_Zabora_Serhiienko_2018.pdf?sequence=3
5. Забора А.В. Шляхи удосконалення спеціальної фізичної підготовки курсантів / А.В. Забора // Теорія та методика фізичного виховання. – 2009. – № 2. – С. 35–37. Режим доступу: <https://tmfv.com.ua/journal/article/download/497/489>
6. Лаврентьев О.М. Удосконалення професійно-прикладної підготовки оперативних працівників правоохоронних органів України (на прикладі податкової міліції) : автореф. дис. ... канд. наук з фіз. виховання і спорту : [спец.] 24.00.02 "Фіз. культура, фіз. виховання різних груп населення" / О.М. Лаврентьев; Харків. держ. акад. фіз. культури. – Харків, 2012. – 19 с. <http://repository.ldufk.edu.ua/handle/34606048/7927>
7. Михайлов Р.В. Роль дзюдо у фізичній підготовці співробітників спеціальних структур (на прикладі офіцерів оперативно-тактичної ланки управління) / Р.В. Михайлов // Науковий часопис Національного педагогічного університету ім. М.П. Драгоманова. Серія № 15, Науково-педагогічні проблеми фізичної культури (Фізична культура і спорт) : [зб. наук. пр.]. – К., 2021. – Вип. 10 (141). – С. 78-84. [https://doi.org/10.31392/NPU-nc.series15.2021.10\(141\).18](https://doi.org/10.31392/NPU-nc.series15.2021.10(141).18)
8. Тьорло О. Психофізіологічні характеристики здобувачів вищої освіти спеціальності "Правоохоронна діяльність" у процесі секційних занять ігровими видами спорту / О. Тьорло, М. Червоношапка, О. Чичкан, М. Костовський, М. Кмицяк, О. Флуд, Б. Музика, М. Голодівський // Науковий часопис Національного педагогічного університету ім. М.П. Драгоманова. Серія № 15, Науково-педагогічні проблеми фізичної культури (Фізична культура і спорт) : [зб. наук. пр.]. – К., 2021. – Вип. 10 (141). – С. 128-130. [https://doi.org/10.31392/NPU-nc.series15.2021.10\(141\).28](https://doi.org/10.31392/NPU-nc.series15.2021.10(141).28)
9. Тьорло О. І. Обґрунтування необхідності підвищення рівня спеціальної підготовленості майбутніх офіцерів-жінок підрозділів Національної поліції / О.І. Тьорло, М.М. Домінюк, М.Ф. Голодівський, М.В. Кмицяк, М.Г. Костовський, М.В. Підпригора // Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М.П. Драгоманова. Серія 15. Науково-педагогічні проблеми фізичної культури (фізична культура і спорт). – 2022. – Вип. (2(146)). – С. 132-135. [https://doi.org/10.31392/NPU-nc.series15.2022.2\(146\).28](https://doi.org/10.31392/NPU-nc.series15.2022.2(146).28)
10. Ярмошук О.А. Фізична підготовка жінок-курсантів у навчальних закладах МВС України / О.А. Ярмошук // Молода спортивна наука України. – Львів, 2001. – Вип. 5 (2001). – С. 280-284.

Reference

1. Pro zatverdzhennia Polozhennia pro orhanizatsiiu sluzhbovoi pidhotovky pratsivnykiv Natsionalnoi politsii Ukrainy: nakaz MVS Ukrainy vid 26.01.2016 № 50, available at: <http://zakon.rada.gov.ua/laws/show/z0260-16>.
2. Veren'ha, Yu.V. (2015), "Udoskonalennia fizychnoi pidhotovky pratsivnykiv MVS Ukrainy na etapi profesiinoho stanovlennia" : dys. ... kand. nauk z fiz. vykhovannia i sportu: 24.00.02; Lviv, 262 s., available at: <http://repository.ldufk.edu.ua/handle/34606048/2626>
3. Dolbysheva, N.H., Vedernikov, V.A (2016), "Innovatsiini pidkhody do vdoskonalennia fizychnoi ta spetsialnoi pidhotovky maibutnih pravookhorontsiv v systemi VNZ MVS Ukrainy", Sportyvnyi visnyk Prydniprovia, № 1, pp. 170–176, available at: <http://infiz.dp.ua/misc-documents/2016-01/2016-01-29.pdf>

4. Zabora, A.V., Serhienko, V.V. (2018), "Hyrovyi sport yak efektyvnyi zasib fizychnoi ta funktsionalnoi pidhotovky kursantiv KhNUVS", Fizychna kultura, sport ta zdorovia : materialy XVIII Mizhnar. nauk.-prakt. konf., Kharkiv, pp. 14-16, available at: http://dspace.univd.edu.ua/xmlui/bitstream/handle/123456789/3600/Hyrovyi%20sport%20_Zabora_Serhienko_2018.pdf?sequence=3
5. Zabora, A.V. (2009), "Shliakhy udoskonalennia spetsialnoi fizychnoi pidhotovky kursantiv", Teoriia ta metodyka fizychnoho vykhovannia, № 2, pp. 35–37, available at: <https://tmfv.com.ua/journal/article/download/497/489>
6. Lavrentiev, O.M. (2012), "Udoskonalennia profesiino-prykladnoi pidhotovky operatyvnykh pratsivnykiv pravookhoronnykh orhaniv Ukrainy (na prykladi podatkovoi militsii)": avtoref. dys. ... kand. nauk z fiz. vykhovannia i sportu : [spets.] 24.00.02 "Fiz. kultura, fiz. vykhovannia riznykh hrup naseleennia"; Kharkiv. derzh. akad. fiz. Kultury, 19 s., available at: <http://repository.ldufk.edu.ua/handle/34606048/7927>
7. Mykhailov, R.V. (2021), "Rol dziudo u fizychnii pidhotovtsi spivrobotnykiv spetsialnykh struktur (na prykladi ofitseriv operatyvno-taktychnoi lanky upravlinnia)", Naukovyi chasopys Natsionalnoho pedahohichnoho universytetu im. M.P. Drahomanova. Serii № 15, Naukovo-pedahohichni problemy fizychnoi kultury (Fizychna kultura i sport) : [zb. nauk. pr.], no. (10(141)), pp. 78-84, available at: [https://doi.org/10.31392/NPU-nc.series15.2021.10\(141\).18](https://doi.org/10.31392/NPU-nc.series15.2021.10(141).18)
8. Torlo, O., Chervonoshapka, M., Chychkan, O., Kostovskyi, M., Kmytsiak, M., Flud, O., Muzyka, B., & Holodivskiy, M. (2021), "Psykhofiziologichni kharakterystyky zdobuvachiv vyshchoi osvity spetsialnosti "Pravookhoronna diialnist" u protsesi sektsiinykh zaniat ihrovymy vydamy sportu", Naukovyi chasopys Natsionalnoho pedahohichnoho universytetu im. M.P. Drahomanova. Serii № 15, Naukovo-pedahohichni problemy fizychnoi kultury (Fizychna kultura i sport) : [zb. nauk. pr.], no. (10(141)), pp. 128-130, available at: [https://doi.org/10.31392/NPU-nc.series15.2021.10\(141\).28](https://doi.org/10.31392/NPU-nc.series15.2021.10(141).28)
9. Torlo, O., Dominiuk, M., Holodivskiy, M., Kmytsiak, M., Kostovskyi, M. & Pidopryhora, M. (2022), "Obgruntuvannia neobkhidnosti pidvyshchennia rivnia spetsialnoi pidhotovlenosti maibutnykh ofitseriv-zhinok pidrozdiliv Natsionalnoi politsii", Naukovyi chasopys Natsionalnoho pedahohichnoho universytetu im. M.P. Drahomanova. Serii № 15, Naukovo-pedahohichni problemy fizychnoi kultury (Fizychna kultura i sport) : [zb. nauk. pr.], no. (2(146)), pp. 132-135, available at: [https://doi.org/10.31392/NPU-nc.series15.2022.2\(146\).28](https://doi.org/10.31392/NPU-nc.series15.2022.2(146).28)
10. Yarmoshchuk, O.A. (2001), "Fizychna pidhotovka zhinok-kursantiv u navchalnykh zakladakh MVS Ukrainy", Moloda sportyvna nauka Ukrainy : [zb. nauk. pr.], Vyp. 5, pp. 280-284.

DOI 10.31392/NPU-nc.series15.2022.5(150).23
УДК 613.84:178.7]:378

Хомицька В.М.
доцент кафедри фізичного виховання
Національного університету харчових технологій
Підвальна О.В.
старший викладач кафедри спортивного вдосконалення
Національний технічний університет України
«Київського політехнічного інституту ім. Ігоря Сікорського»
Булейченко О.В.
старший викладач кафедри спортивного вдосконалення
Національний педагогічний університет ім. Драгоманова

СТАН ПРОБЛЕМИ ТЮТЮНОПАЛІННЯ СЕРЕД СТУДЕНТІВ ПЕРШИХ КУРСІВ ЗВО

Куріння у всіх його проявах (сигарети, сигари, біді, трубочний тютюн, кальян, нюхальний тютюн, снюс, бетель, квід), а також вплив продуктів його згоряння на тих, хто не палить (пасивне або вимушене паління), значно підвищують захворюваність і передчасну смертність, що спричиняються більш як 20 різними хворобами. Фізична та психологічна залежність від нікотину розвивається набагато швидше, ніж від алкоголю. Паління цигарок негайно впливає на організм людини та створює довгострокові ефекти. Негайний вплив є наслідком збільшення рівня адреналіну в крові та полягає у збільшенні частоти серцевих скорочень на 30%, артеріального тиску – на 5-10 мм рт. ст., уповільнення периферичного кровообігу, яке спричиняє зниження температури верхніх і нижніх кінцівок. Аналіз проведеного анкетування показав, що 100% опитаних розуміють щодо шкідливого впливу тютюнопаління на стан здоров'я. Серед опитаних 81,2 % респондентів палять або хоч раз спробували, та лише 18,2 % жодного разу не палили. Перша спроба палити у 57,6% опитаних відбулася за компанію, а у 42,4% заради цікавості. У 21,2 % респондентів, один з батьків палить, у 39,4 % - обидва батьки палять, та у 39,4 % респондентів, батьки не палять. На запитання, «Чи палите Ви регулярно?» 33,3 % відповіли -так, 66,7% - ні. При визначенні звички до тютюнопаління, 63,6% опитаних, відповіли, що мають психологічну залежність, 36,4% - фізичну, тобто більшість опитаних палить зважаючи на психологічний стан, коли відчувають стрес, для емоційного розвантаження. Тому, актуальність проблеми обумовлена значним поширенням тютюнопаління серед населення України, в тому числі, серед студентів університетів та безпосереднім впливом тютюнопаління на стан їх здоров'я та оточуючих.

Ключові слова: тютюнопаління, поширеність, студенти, профілактика.

Khomitska V., Pidvalna O., Buleychenko O. The state of the problem of smoking among first-year students of the ZVO. Smoking in all its manifestations (cigarettes, cigars, calamities, pipe tobacco, hookah, snuff, snus, betel, quid), as well