

Министерство образования Республики Беларусь

Учреждение образования
«Белорусский государственный педагогический университет
имени Максима Танка»

**ТРАДИЦИОННАЯ
ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА БЕЛОРУСОВ:
ИСТОРИЯ, ТЕОРИЯ, ПРАКТИКА**

*Материалы IV Республиканской конференции
по проблемам физической культуры белорусов
20 ноября 2002 года*

Минск 2002

УДК 37.037.1(476)
ББК 74.200.55(4Бел)
Т65

Печатается по решению редакционно-издательского совета БГПУ

Редакционная коллегия: М. М. Круталевич (ответственный редактор), В. А. Соколов, В. В. Тимошенко, О. А. Михневич

Т55 Традиционная физическая культура белорусов: история, теория, практика: Материалы IV Респ. конф. по пробл. физ. культ., Минск, 19—20 нояб. 2002 г. — Мн.: БГПУ, 2002. — 90 с.

ISBN 985-435-494-6

Материалы IV Республиканской конференции «Традиционная физическая культура белорусов: история, теория, практика» посвящены проблемам практического применения национальной физкультуры белорусов на уроках, секциях и военной подготовке студентов. Даны разработки игр, занятий для использования в семейном воспитании. Обращено внимание на нетрадиционные виды физического воспитания и развитие туризма в Беларуси.

Адресовано студентам, преподавателям, ученым-исследователям, историкам и специалистам в области культуры.

УДК 37.037.1(476)
ББК 74.200.55(4Бел)

ISBN 985-435-494-6

© Коллектив составителей, 2002
© УИЦ БГПУ, 2002

ПЛЕНАРНОЕ ЗАСЕДАНИЕ

В. А. Соколов, А. Ф. Лукьянчик

ФОРМИРОВАНИЕ МОТИВОВ К АКТИВНЫМ ЗАНЯТИЯМ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРОЙ И СПОРТОМ У СТУДЕНТОВ И ШКОЛЬНИКОВ БЕЛАРУСИ

Человек живет в социальной среде, поэтому он должен быть готов к любому виду (научной, спортивной и т. д.) деятельности и приносить пользу тому обществу, в котором проживает. Только здоровый и всесторонне развитый человек может удовлетворить его потребности в высокопроизводительном труде, воспроизводстве и воспитании нового, физически крепкого поколения людей. Физическая культура — одна из составляющих в формировании такого человека.

Научные исследования свидетельствуют о том, что регулярные занятия физической культурой и спортом учащимися школ, средних специальных учреждений и студентов прекращаются после того, когда характер этих занятий перестает быть обязательным (В. А. Соколов, Д. Р. Таубер, П. К. Дуркин и др.).

В настоящее время работа образовательных учреждений по физическому воспитанию ориентирована на повышение физической подготовленности. Однако происходит выпадение таких значимых компонентов, как формирование мотивационно-потребностной сферы учащегося, учет оптимального уровня развития и его возможностей. Урок физической культуры, лишенный интеллектуальной привлекательности, воспринимается как воспроизведение технических элементов базовых видов спорта. Это не только не формирует мотивацию занятий, а несколько понижает уже существующий интерес к физической культуре и спорту.

Увеличение информационной и интеллектуальной емкости предмета физической культуры, например, анатомо-физиологическими и спортивно-видовыми знаниями будет способствовать эффективному формированию грамотного отношения к себе как личности, своему телу, осознанию необходимости укрепления своего здоровья и ведения здорового образа жизни, а также физического совершенствования.

Изучение мотивов физкультурной и спортивной деятельности школьников, факторов и методов, поможет выработать новые или дополнить старые механизмы их формирования, что должно оказать по-

ОСОБЕННОСТИ РАЗВИТИЯ ОЛИМПИЙСКИХ ВИДОВ СПОРТА В РЕСПУБЛИКЕ БЕЛАРУСЬ

Олимпийское движение, ставящее своей целью « повсеместное становление спорта на службу гармоничного развития человека с тем, чтобы способствовать созданию мирного общества », является одним из наиболее распространенных мировых социальных явлений.

Квинтэссенцией Олимпийского движения являются олимпийские игры, проводящиеся раз в четыре года с целью определения лучших спортсменов со всего мира в видах спорта, признанных Международным Олимпийским Комитетом. В большинстве видов спорта олимпийские награды являются как для отдельных спортсменов, так и для стран, которые они представляют, наиболее престижными и почетными.

Достигнутые успехи позволяют в целом судить о состоянии развития физической культуры и спорта, определенной оценкой экономического, политического и культурного развития любой страны.

Физической культуре и спорту в Республики Беларусь уделяется внимание на самом высоком государственном уровне. Олимпийское движение и развитие олимпийских видов спорта являются приоритетными задачами в этой сфере. Президент Национального Олимпийского Комитета — Президент Республики Беларусь А. Г. Лукашенко.

В Беларуси сложилась определенная система отдельных видов спорта, имеющая свои национальные традиции. Так в конце XIX — начале XX в. созданы и функционировали спортивные кружки, в том числе борцовские и по поднятию тяжестей. Среди атлетов выделялись Александрович, Соколовский, Солоневич и другие, которые были чемпионами и призерами соревнований бывшей Российской Империи. В 20—30-х гг. XX столетия многие белорусские спортсмены становились чемпионами и призерами чемпионатов СССР: Синицкий, Шатов, Лапидус, Милев (тяжелая атлетика); Шевченко (легкая атлетика); Мамат (плавание); Большаков (велоспорт) и т. д. В послевоенные годы физическая культура и спорт в Беларуси поднялись на более высокий уровень. Это показали выступления белорусских спортсменов на международной арене, в том числе на Олимпийских играх, когда в 1956 г. М. Кривонос завоевал первую медаль для белорусского спорта. В 1960 году становятся первыми белорусскими олимпийскими чемпионами Л. Гейштор и С. Макаренко (гребля на каноэ), О. Кираваев (классическая борьба), Т. Самусенко (фехтование). Дальнейшие выступления наших спортсменов показали

что наметилась определенная тенденция международных достижений в некоторых видах спорта.

В мировой практике отмечено, что для успешного выступления спортсменов на международной арене необходимы определенные условия, совокупность которых позволяет той или иной стране добиваться успехов в доминирующем в республике виде спорта. Их можно сформулировать так:

- благоприятные климатические и ландшафтные условия для;
- местные традиции, определяющие характер физических упражнений;
- наличие современной материально-технической базы для развития (доминирующего) вида спорта и подготовки спортсменов (спортивные сооружения, инвентарь, оборудование и т. д.);
- наличие высококвалифицированных тренерских кадров и системы их подготовки и переподготовки;
- использование новейших достижений науки, позволяющих совершенствовать методику подготовки спортсменов;
- развитие системы подготовки спортивных резервов (детско-юношеские спортивные школы, клубы, школьный спорт и т. д.);
- достаточно высокая спортивная конкуренция в данном виде спорта внутри страны;
- эффективная система управления в сфере физической культуры и спорта и в отдельных их видах;
- материальное обеспечение и материальное стимулирование спортсменов;
- эффективная, научнообоснованная система селекционного отбора в отдельных видах спорта;
- общий высокий уровень развития физической культуры и спорта в стране и здоровье нации.

Перечисленные условия (в сочетании) влияют на развитие того или иного вида спорта и позволяют ее спортсменам добиваться определенных успехов на международной спортивной арене.

Огромное значение в достижении отдельным спортсменом или командой высоких результатов имеют такие понятия как патриотизм, талант спортсмена, тренера и другое: спортивное везение, судейство, акклиматизация, психологическое воздействие болельщиков и т. д.

В Республике Беларусь имеются определенные особенности в развитии отдельных олимпийских видов спорта. По итогам участия в соревнованиях белорусские спортсмены добивались наибольших успехов: борьба (О. Караваев, А. Медведь, И. Каныгин, А. Медведев, А. Павлов, С. Липтван и др.); тяжелая атлетика (В. Шарий, Л. Тараненко, А. Курлович и др.); спортивная гимнастика (Л. Петрик, О. Корбут, Н. Ким,

Т. Лазакович, В. Щербо, С. Богинская, А. Кошель и др.); стрельба (А. Газов, В. Пархимович, А. Кедяров, И. Шилова, К. Лукашик, И. Басинский и др.); фехтование (Т. Самусенко, В. Сидяк, Е. Белова, Н. Алехин, И. Ушакова и др.); легкая атлетика (М. Кривоносов, Р. Клим, Э. Зверева, Я. Корольчик, И. Астапович и др.); гребля (Л. Гейштор, С. Макаренко, В. Парфенкович, Е. Ходотович и др.). Существенных успехов на олимпийских играх добивались наши спортсмены в боксе, велоспорте, гандболе, баскетболе, художественной гимнастике, прыжках в воду, биатлоне, фристайле и других видах спорта. Отдельные спортсмены одерживали победы в конькобежном спорте (И. Железовский); теннисе (Н. Зверева); настольном теннисе (В. Самсонов) и т. д.

Существующая система приоритетного развития определенного вида спорта в Республике Беларусь направлена на преимущественное создание необходимых условий для ее развития. Для этого необходима концентрация организационных, финансовых, кадровых и научных ресурсов на тех видах спорта, которые традиционно у нас сильнее развиты и позволяют прогнозировать успех на международной арене и на олимпийских играх.

Г. Э. Адамович

ТРАДИЦИОННАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА: К ПОСТАНОВКЕ ПРОБЛЕМЫ

Физическая культура — неотъемлемая часть общей народной культуры. Многообразие видов спорта, систем физической реабилитации и оздоровления обусловили следующие факторы ее формирования:

- необходимость определенного уровня физического развития для жизни и обеспечения личности и общества в целом;
- требования к защитнику семьи, рода, племени (мужчины);
- поддержание физиологических возможностей для вынашивания и воспитания детей (женщины).

Каждый народ имеет и пользуется только им разработанной оригинальной системой физической культуры, которая является неизменной на протяжении веков, поэтому ее можно назвать традиционной. Развитие и сохранение традиционной физической культуры (ТФК) обусловлено:

- генетическими особенностями, характерными для различных народов [1];
- природно-климатическими условиями в местах проживания;
- доминирующим укладом в хозяйственной деятельности этноса;
- различиями в мировоззрении.

Следовательно, основная цель ТФК — воспитание психических и физических качеств у подрастающего поколения, необходимых для вступления во взрослую жизнь.

ТФК как система включает следующие элементы:

- народные игры и танцы, в которых прослеживаются ритуальные действия;
- подготовка воина-охотника, тайная часть — воинская магия;
- системы народной магии — основной источник традиционного психотренинга.

Эти элементы традиционной физической культуры определяют многообразие имеющихся упражнений. Однако можно говорить и об определенных повторяющихся элементах, являющихся, по мнению автора, фундаментом для существования основных видов ТФК.

Базисом для выделения основных видов ТФК может служить наличие хорошо разработанной системы, обосновывающей психофизические и физиологические процессы, протекающие в организме человека и указывающие на связь между физическими упражнениями и здоровьем человека.

В настоящее время функционируют три системы медицины. Это — европейская, самая молодая, но и наиболее разработанная; индийская (аюрведа), наиболее древняя и дальневосточная, переходная между европейской и индийской.

Опираясь на выше указанные школы медицины, автор различает следующие основные виды ТФК, наиболее сохранившиеся и влияющие на формирование физической культуры в современном обществе:

- европейский;
- индийский;
- дальневосточный.

Европейский — доминирующий в настоящее время и основанный на культе соревнований и красоте тела, определивший возникновение Олимпийских игр в древности и их аналогов в современном спорте. Наиболее ярким представителем данного вида является «античная гимнастика», состоящая из трех основных частей: из подвижных игр, обучению палестрике и орхестрике.

Упражнения в детских играх, проводившихся в рамках физического воспитания: упражнения с мячом, обручем, бег, метание копья, диска и другие упражнения, развивающие ловкость.

Элементы физического воспитания, взятого в более узком смысле слова, включала в себя палестра (палестра — зал для борьбы).

СОДЕРЖАНИЕ

Научное издание

ПЛЕНАРНОЕ ЗАСЕДАНИЕ 3

Соколов В. А., Лукьянчик А. Ф. ФОРМИРОВАНИЕ МОТИВОВ К АКТИВНЫМ
ЗАНЯТИЯМ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРОЙ И СПОРТОМ У СТУДЕНТОВ
И ШКОЛЬНИКОВ БЕЛАРУСИ 3

Михневич О. А., Япринцев В. Г. ПРОБЛЕМЫ ФОРМИРОВАНИЯ НАЦИОНАЛЬНОГО
САМОСОЗНАНИЯ БУДУЩИХ СПЕЦИАЛИСТОВ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ 5

Лозка Алесь. КЛАСІФІКАЦЫЯ БЕЛАРУСКІХ НАРОДНЫХ ГУЛЬНЯЎ 7

V Середын А. А. ОСОБЕННОСТИ РАЗВИТИЯ ОЛИМПИЙСКИХ ВИДОВ СПОРТА
В РЕСПУБЛИКЕ БЕЛАРУСЬ 10

Адамович Г. Э. ТРАДИЦИОННАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА: К ПОСТАНОВКЕ
ПРОБЛЕМЫ 12

СТЕНДОВЫЕ ДОКЛАДЫ 18

Адамович Г. Э., Соколов В. А. ИСПОЛЬЗОВАНИЕ НАЦИОНАЛЬНЫХ ТРАДИЦИЙ
ПРИ ПРОВЕДЕНИИ ВОСПИТАТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ СО СТУДЕНТАМИ
(на примере факультета народной культуры БГПУ) 18

Буцько А. В. ТРАДЫЦЫЙНАЯ ФІЗІЧНАЯ КУЛЬТУРА БЕЛАРУСАЎ НА ПРЫКЛАДЗЕ
ГУЛЬНЯЎ ДЗЯЦЕЙ І МОЛАДЗІ ВАЎКАВЫСКАГА РАЁНА 23

Добровольская С. В. АЭРОБИКА — ФОРМА ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ
И ОЗДОРОВЛЕНИЯ СТУДЕНТОВ 28

Змачинский А. А. НАЦИОНАЛЬНЫЕ ИГРЫ БЕЛОРУСОВ 35

Касцюкевич С. У. ПОГЛЯДЫ НА ГУЛЬНЮ І ЦАЦКУ ў РОЗНЫХ КУЛЬТУРАЛАГІЧНЫХ
ШКОЛАХ 36

Костюкевич Н. А. НАРОДНЫЕ И НЕТРАДИЦИОННЫЕ ИГРЫ В ФИЗИЧЕСКОМ
ВОСПИТАНИИ 41

Лухвич В. В., Лухвич В. М., Сергеев А. В. КЛАССИФИКАЦИЯ ДВИЖЕНИЙ В СИСТЕМЕ
САМОЗАЩИТЫ 47

Лухвич В. В., Лухвич В. М., Сергеев А. В. БОЕВОЕ ИСКУССТВО КАК ФОРМА
ФИЗИЧЕСКОГО И КУЛЬТУРНОГО ВОСПИТАНИЯ 49

Михайловская Т. К. АДАПТИВНАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА
Во ВСПОМОГАТЕЛЬНЫХ ШКОЛАХ 50

Михневич О. А., Япринцев В. Г., Милкевич Э. А. ЭТНОС И НАЦИЯ 56

Михневич О. А., Япринцев В. Г., Милкевич Э. А. СОСТАВ И СТРУКТУРА
НАЦИОНАЛЬНОГО САМОСОЗНАНИЯ СТУДЕНТОВ-СПОРТСМЕНОВ 61

Метель А. И. ЛИЦЕЙ БЕЛГОСУНИВЕРСИТЕТА: ОСОБЕННОСТИ ФИЗИЧЕСКОГО
ВОСПИТАНИЯ 65

Огородников С. С., Курлович Н. В. ФИЗИЧЕСКОЕ ВОСПИТАНИЕ В СЕМЬЕ В РБ
И НЕКОТОРЫХ СТРАНАХ ПОСТСОВЕТСКОГО ПРОСТРАНСТВА 67

Пархомчик В. И. ФАКТОРЫ, ВЛИЯЮЩИЕ НА РАЗВИТИЕ МОТИВАЦИИ,
В ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ СТУДЕНЧЕСКОЙ МОЛОДЕЖИ 74

Сапун В. Ф., Сапун А. В. АРМРЕСЛИНГ — ИСТОКИ И РАЗВИТИЕ В БЕЛАРУСИ 78

Соколов В. А., Фархад Х. РОЛЬ И МЕСТО ОЗДОРОВИТЕЛЬНОГО ТУРИЗМА
В НАЦИОНАЛЬНОЙ СИСТЕМЕ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ 81

Слободчиков И. М. СЛАВЯНСКАЯ ГИМНАСТИКА «СОРОК СИЛ» КАК СРЕДСТВО
ПСИХОФИЗИОЛОГИЧЕСКОЙ АДАПТАЦИИ 82

Суценок В. Н., Коптев С. А., Суценок Г. Н., Ушакова И. В. ФЕХТОВАНИЕ В БЕЛАРУСИ
В 1952—1960 гг. 86

ТРАДИЦИОННАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА БЕЛОРУСОВ: ИСТОРИЯ, ТЕОРИЯ, ПРАКТИКА

Материалы IV Республиканской конференции
по проблемам физической культуры белорусов
19—20 ноября 2002 года

Редактор Л. М. Кореневская

Подписано в печать 16.11.02. Формат 60×84 1/16. Бумага офсетная.
Гарнитура школьная. Печать офсетная. Усл. печ. л. 5,2. Уч.-изд. л. 5,9.
Тираж 100 экз. Заказ 536.

Учреждение образования
«Белорусский государственный педагогический университет имени Максима Танка».
Лицензия ЛВ № 196 от 04.02.98. 220050, Минск, Советская, 18.

Издатель и полиграфическое исполнение: Учебно-издательский центр БГПУ.
Лицензия ЛП № 486 от 02.04.02. 220007, Минск, Могилевская, 37.