

Министерство образования Республики Беларусь

Учреждение образования
«Белорусский государственный педагогический университет
имени Максима Танка»

**ЗДОРОВЬЕ СТУДЕНЧЕСКОЙ МОЛОДЕЖИ:
ДОСТИЖЕНИЯ ТЕОРИИ И ПРАКТИКИ
ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ**

Сборник статей

(IV Международная научно-практическая конференция,
г. Минск, 16—17 декабря 2004 г.)

Минск 2004

УДК 378:796
ББК 74.58:75
3467

Печатается по решению редакционно-издательского совета БГПУ

Редакционная коллегия: доктора педагогических наук,
профессоры В. А. Соколов, С. Д. Бойченко;
доктор биологических наук, профессор Я. Ящанин;
кандидат филологических наук, доцент М. М. Круталевич;
кандидат педагогических наук П. Г. Сыманович (отв. ред.)

3467 **Здоровье** студенческой молодежи: достижения теории и практики физической культуры: Сб. ст. (IV Междунар. науч.-практ. конф., г. Минск, 16—18 дек. 2004 г.) / Отв. ред. П. Г. Сыманович.— Мн.: БГПУ, 2004.— 243 с.

ISBN 985-435-913-1

В сборнике рассматриваются вопросы формирования здорового образа жизни. Раскрываются биологические и медицинские проблемы физического воспитания студенческой молодежи. Освещаются аспекты научно-исследовательской работы по вышеобозначенным направлениям.

Адресован научным сотрудникам, преподавателям вузов, тренерам, учителям школ, гимназий и колледжей, всем интересующимся вопросами ЗОЖ.

УДК 378:796
ББК 74.58:75

ISBN 985-435-913-1

© Коллектив авторов, 2004
© УИЦ БГПУ, 2004

ОСОБЕННОСТИ ФОРМИРОВАНИЯ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ УЧАЩЕЙСЯ МОЛОДЕЖИ

Многие специалисты (А. В. Чоговадзе, Б. И. Новиков, М. Я. Вилский и др.) считают реальный образ жизни студентов нездоровым.

Исследования показывают, что, несмотря на удручающую статистику (уже около 50 % студентов-первокурсников отнесены к спецмедгруппе и подготовительному отделению, а почти 75 % выпускников имеют хронические заболевания), студенты вполне удовлетворены своим состоянием здоровья. Следовательно, они не ориентированы на укрепление здоровья.

В подростковом и молодежном возрасте складываются субкультурные ценности деструктивного характера. Курение, употребление алкоголя и наркотических веществ воспринимаются молодежью как демонстрация независимости, свободы, взрослости.

Анализируя образ жизни студентов, приходится констатировать, что при постановке задач формирования здорового образа жизни студентов руководящие органы исходят из упрощенного представления об этом понятии. Тип реального образа жизни определяется с одной стороны экономическими, экологическими, культурными изменениями, т. е. изменениями, касающимися условий, в которых функционируют индивиды и общество, а с другой — изменениями, связанными с индивидуальным и общественным сознанием — изменением оценок, норм, признаваемых ценностей. Поэтому попытки формирования здорового образа жизни только через деятельность кафедры физической культуры несостоятельны. Эта задача требует комплексного подхода, создания соответствующих условий и базы.

В решении стоящих задач роль физической культуры не следует сводить только к медико-биологическим аспектам (повышение уровня физического развития и подготовленности студентов). Занятия физической культурой и массовым спортом способствуют снятию нервного напряжения и приносят положительные эмоции, могут стать эффективной альтернативой девиантному поведению и пустому времени проведению.

ОЗДОРОВИТЕЛЬНАЯ НАПРАВЛЕННОСТЬ ЗАНЯТИЙ ПО БИЛЬЯРДНОМУ СПОРТУ СО СТУДЕНТАМИ НА НАЧАЛЬНОМ ЭТАПЕ ОБУЧЕНИЯ

В. А. Соколов, А. В. Тисецкий, БГПУ

В последние годы все большей популярностью в среде студенческой молодежи пользуется бильярдный спорт. Это детерминировано в социальном отношении высокой эмоциональностью, популярностью бильярда, получившего признание во многих высокоразвитых странах. В литературных источниках современного периода [3; 5; 8], много говорится об организации и технике бильярдного спорта, однако недостаточно, на наш взгляд, освещены вопросы, связанные с методикой обучения, организации и культивирования его в учебных заведениях, в том числе в вузах. И уж совсем мало приводится данных о его воспитательном, образовательном и оздоровительном значении. Так И. В. Балин акцентирует внимание на психологическом значении игры на бильярде, он пишет, что она, с первого взгляда, вроде бы бесполезна, но на самом деле представляет собой «сложный психологический процесс и является жизненно необходимой». При этом он ссылается на мнение многих знаменитых мыслителей-педагогов, психологов, философов — Шиллера, Т. Спенсера, К. Брюлера, З. Фрейда, Л. Выготского. В ряду теорий, значений бильярдной игры, как в игровых видах спорта вообще — удовлетворяется потребность нервной системы в игровом азарте, т. е. в состоянии, при котором забываются, отходят на задний план повседневные заботы. В соревнованиях, в борьбе за победу мобилируются все силы человека.

Нами был проведен пилотажный опрос занимающихся бильярдным спортом первокурсников. Всего в опросе приняло участие 50 человек. На вопрос «нравится ли вам бильярдный спорт», 100 % ответили положительно, а «чем нравится» — большинство (96 %) ответили: своей эмоциональностью, интересом, потребностью к самосовершенствованию как в физическом, так и психологическом направлении. На вопрос «чтобы вы альтернативно предпочли бильярдному спорту» 56 % опрошенных ответили — боевые искусства и такие игровые виды спорта как футбол, волейбол, гандбол и плавание. Таким образом, на современном этапе развития физиче-

ской культуры и спорта в РБ, доминируют среди учащейся молодежи прикладные виды спорта и сопряженные с ними коммерческие, в которых преследуется цель добиться наивысших результатов. Мотивация явно носит эгоцентрический характер (А. Ц. Пугачев, П. А. Рудик, И. Т. Кемишев, О. А. Черникова и др.). Широко социальные мотивы игровой деятельности учащейся молодежи кроются в развитии физических кондиций, в форме высокого физического развития и физической подготовленности. Вот почему в Англии на бильярде играет каждый десятый, в Японии им занимается 80 % девушек и женщин и, что призовые фонды даже теннисистов и шахматистов не идут ни в какое сравнение с бильярдными (в 1987 г. в Бельгии такой фонд составил 44 млн. \$). Массовость бильярдного спорта в развитых странах напрямую сопряжена с оздоровительной направленностью этой игры. Этим можно объяснить высокую продолжительность жизни в этих странах (в Японии средний показатель продолжительности жизни составляет 76 лет для мужчин и 78 лет для женщин, «Комсомольская правда» 2003. № 78). В статистике среди бильярдистов самое большое количество любителей, о чем свидетельствует и возраст участников соревнований, который колеблется от 16 до 80 лет. Лозунг «Играйте все, играйте все вместе» стал крылатым у многочисленных поклонников этой оздоровительно-спортивной игры.

Таким образом, необходима настойчивая пропаганда бильярдного спорта среди молодежи. Следует ввести этот вид спорта в учебные планы соответствующих учебных заведений и создать соответствующие условия.

Литература

1. Гофмейстер В. И. Бильярдный спорт. М., 2001.
2. Пошаков А. П. Азбука бильярда. М., 2001.
3. Балин И. В. В мире бильярда. М., 1997.
4. Кондрашов М. А. Американский бильярд. М., 2001.
5. Мисуна Г. Я. Бильярд. М., 2002.
6. Бирн Р. Бильярдные фокусы и трюки. М., 2000.
7. Капралов В. А. Спортивный бильярд. М., 2002.
8. Калашников Е. А. Мастер бильярда. М., 2001.

ФОРМИРОВАНИЕ ИНТЕРЕСОВ, МОТИВОВ У УЧАЩИХСЯ К ЗАНЯТИЯМ В ИГРОВЫХ ВИДАХ СПОРТА (на примере бильярдного спорта)

В. А. Соколов, А. В. Тисецкий, БГПУ

Привлечение учащейся молодежи к занятиям спортом имеют большое воспитательное значение в плане их оздоровления, физического и психического развития. Спортивные и подвижные игры доступны для лиц любого возраста, способствуют гармоническому развитию личности, формируют коллективистские начала, коммунистическую активность и высокие показатели в физическом развитии и подготовленности [2; 7]. Кроме того игры удобны для культивирования, наличием упрощенных спортивных площадок, спортивных залов и наличием спортивного инвентаря и оборудования. Следовательно, к занятиям футболом, волейболом, ручным мячом и др., можно привлечь широкий круг учащихся, а это значит, что повышается массовость в занятиях игровыми видами спорта, что позволяет решать воспитательные, оздоровительные и образовательные задачи. От массовости во многом зависит и мастерство, подготовка к спортивным соревнованиям различного масштаба.

Наряду со строительством и благоустройством спортивных объектов и сооружений, важным представляется формирование и воспитание мотивации к активной спортивной деятельности. Необходимо искать новые формы, средства и методы в организации по подвижным играм. Одним из таких игровых видов спорта, благодаря эмоциональности и доступности, в последнее время стал бильярдный спорт. На этот счет, нами было проведено анкетирование студентов первого курса БГПУ, в количестве 100 человек. 80 % ответили, что хотели бы заниматься волейболом, футболом, баскетболом. На вопрос, нравится ли вам бильярдный спорт, 78 % ответили положительно. Занимаетесь ли вы им в настоящее время, ответили только 5 %. Чем бы вы хотели заниматься, если бы были условия, ответы разделились следующим образом: волейболом — 90 %, волейболом — 75 %, баскетболом — 83 %, бильярдом хотели бы заниматься — 94 %. Однако занимается мало молодых людей, поскольку нет условий и дорогие платные услуги. В этом выявилась следующая картина — называемые интересы и

ОСОБЕННОСТИ ФОРМИРОВАНИЯ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ УЧАЩЕЙСЯ МОЛОДЕЖИ	3
ФОРМИРОВАНИЕ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ У СТУДЕНЧЕСКОЙ МОЛОДЕЖИ (Аринович И. С.)	4
ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА В ОБРАЗЕ ЖИЗНИ СТУДЕНТОВ БРЕСТСКОГО РЕГИОНА (Беспутчик В. Г.)	6
СВОБОДНОЕ ВРЕМЯ И ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНАЯ АКТИВНОСТЬ СТУДЕНЧЕСКОЙ МОЛОДЕЖИ (Врублевская В. И.)	8
МЕТОДОЛОГИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ ТЕОРИИ И ПРАКТИКИ ЗДОРОВЬЯ (Глазырин А. А.)	12
УРОВЕНЬ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ СТУДЕНТОВ МЕДИЦИНСКОГО ВУЗА (Горбун С. В., Медведев В. А.)	14
ТЕОРЕТИКО-МЕТОДИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ ПЕДАГОГИЧЕСКОЙ ДИАГНОСТИКИ, КОНТРОЛЯ И ПРОГНОЗИРОВАНИЯ ФИЗИЧЕСКОГО СОСТОЯНИЯ СТУДЕНТОВ (Загrevский В. И.)	16
ОСОБЕННОСТИ ФИЗИЧЕСКОГО РАЗВИТИЯ СТУДЕНТОВ ФАКУЛЬТЕТА ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ (Зиновчик А. Л., Скиндер Л. А., Герасевич А. Н.)	19
ОПТИМИЗАЦИЯ УЧЕБНОГО ПРОЦЕССА УЧАЩЕЙСЯ МОЛОДЕЖИ С ИСПОЛЬЗОВАНИЕМ ПОДВИЖНЫХ ИГР (Костюкевич Н. А., Сасс В. Н.)	21
ФИЗИЧЕСКОЕ РАЗВИТИЕ И ФУНКЦИОНАЛЬНОЕ СОСТОЯНИЕ СТУДЕНТОВ I—II КУРСОВ БГПУ (Кривonosова Е. М.)	23
ВЛИЯНИЕ ФИЗКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫХ ПРОГРАММ НА ФИЗИЧЕСКУЮ ПОДГОТОВЛЕННОСТЬ СТУДЕНТОК СПЕЦИАЛЬНОГО ОТДЕЛЕНИЯ (Маркевич О. П., Медведев В. А.)	25
ФИЗИЧЕСКАЯ РАБОТОСПОСОБНОСТЬ СТУДЕНТОК I КУРСА СПЕЦИАЛЬНОГО ОТДЕЛЕНИЯ ГОМЕЛЬСКОГО МЕДИЦИНСКОГО УНИВЕРСИТЕТА (Сергейчик Н. А., Ивановская Н. И.)	27
ФИЗКУЛЬТУРНАЯ ПОТРЕБНОСТЬ КАК ОБЯЗАТЕЛЬНЫЙ ЭЛЕМЕНТ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ СТУДЕНЧЕСКОЙ МОЛОДЕЖИ (Соколов В. А., Врублевская В. И.)	28
ФИЗИЧЕСКОЕ СОСТОЯНИЕ СТУДЕНТОВ IV КУРСА ОСНОВНОГО ОТДЕЛЕНИЯ ФАКУЛЬТЕТА ПСИХОЛОГИ БГПУ (Сущенко Г. Н., Дорошевич В. Л., Сущенко В. Н., Солтан П. Г.)	31
УРОВЕНЬ ФИЗИЧЕСКИХ КОНДИЦИЙ СТУДЕНТОВ ФАКУЛЬТЕТА ПРИРОДНЫХ РЕСУРСОВ И ЭКОЛОГИИ (Сыманович П. Г., Сизикова Н. М., Ермилов В. В., Усаченок О. А., Смирнова Т. Е., Костюкович В. Е.)	33
ПРИОРИТЕТНЫЕ СРЕДСТВА И МЕТОДЫ ПРИОБЩЕНИЯ СТУДЕНТОВ К ЗДОРОВОМУ ОБРАЗУ ЖИЗНИ (Сыманович П. Г., Сизикова И. М., Усов Л. А., Федорович В. К., Жамойдик С. Е., Усаченок О. А., Ермилов В. В.)	35

ФОРМИРОВАНИЕ ПОТРЕБНОСТЕЙ У СТУДЕНТОВ К ЗАНЯТИЯМ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРОЙ (Филиппов Н. Н.)	37
СРАВНИТЕЛЬНАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА ОТНОШЕНИЯ СТУДЕНТОВ К ЗАНЯТИЯМ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРОЙ (Филиппов Н. Н.)	40
ФИЗИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВЛЕННОСТЬ СТУДЕНТОВ СПЕЦИАЛЬНОГО МЕДИЦИНСКОГО ОТДЕЛЕНИЯ (Чеченева А. А., Торшина Л. А., Казакова Л. В., Шелелкин П. А.)	42
РИТУАЛЬНЫЕ ГИМНАСТИКИ — СОСТАВНАЯ ЧАСТЬ ТРАДИЦИОННОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ БЕЛАРУСОВ (Адамович Г. Э.)	44
ВЛИЯНИЕ СРЕДСТВ ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ НА ЗДОРОВЬЕ ДЕВУШЕК-СТУДЕНТОК (Богдан Т. Г.)	50
СИСТЕМНЫЙ ПОДХОД В ФИЗИЧЕСКОМ ВОСПИТАНИИ БЕЛОРУСОК (Богдан Т. Г.)	53
ОСОБЕННОСТИ ФОРМИРОВАНИЯ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ В УСЛОВИЯХ ВУЗА (Е. К. Кулинкович)	55
ОЗДОРОВИТЕЛЬНАЯ НАПРАВЛЕННОСТЬ ЗАНЯТИЙ ПО БИЛЬЯРДНОМУ СПОРТУ СО СТУДЕНТАМИ НА НАЧАЛЬНОМ ЭТАПЕ ОБУЧЕНИЯ (Соколов В. А., Тисецкий А. В.)	57
ФОРМИРОВАНИЕ ИНТЕРЕСОВ, МОТИВОВ У УЧАЩИХСЯ К ЗАНЯТИЯМ В ИГРОВЫХ ВИДАХ СПОРТА (на примере бильярдного спорта) (Соколов В. А., Тисецкий А. В.)	59
ВАЛЕОЛОГИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА СТУДЕНТОВ ПЕДАГОГИЧЕСКИХ ВУЗОВ РЕСПУБЛИКИ БЕЛАРУСЬ (Калюнов В. Н., Романов Б. К.)	61
СРАВНИТЕЛЬНЫЕ ДАННЫЕ ФИЗКУЛЬТУРНОЙ ИНФОРМИРОВАННОСТИ СТУДЕНТОВ РАЗЛИЧНЫХ ВУЗОВ (Огородников С. С., Курлович Н. В.)	64
ФОРМИРОВАНИЕ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ СОВРЕМЕННОГО СТУДЕНЧЕСТВА (Голенко А. С., Кузьмина Л. И.)	67
ОТНОШЕНИЕ СТУДЕНТОК К ЗДОРОВЬЮ И ЗДОРОВОМУ ОБРАЗУ ЖИЗНИ (Огородников С. С., Патрубейко Е. Г.)	70
ФОРМИРОВАНИЕ ЦЕННОСТНОГО ОТНОШЕНИЯ СТУДЕНТОВ К ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ С ЛИЦАМИ, ИМЕЮЩИМИ ДЕФЕКТЫ ОПОРНО-ДВИГАТЕЛЬНОГО АППАРАТА (Синютин А. А.)	73
ПРАКТИЧЕСКАЯ ОРГАНИЗАЦИЯ МОНИТОРИНГА ЗДОРОВЬЯ СТУДЕНТОВ В БГУ (Макаревич С. В., Коледа В. А., Ярмолинский В. И., Лебедев В. М.)	75
РАЗЛИЧНЫЕ АСПЕКТЫ УКРЕПЛЕНИЯ ЗДОРОВЬЯ И ФОРМИРОВАНИЯ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ СТУДЕНТОВ (Тихонова В. И.)	78