

Министерство образования Республики Беларусь

Учреждение образования
«Белорусский государственный педагогический университет
имени Максима Танка»

**ЗДОРОВЬЕ
СТУДЕНЧЕСКОЙ МОЛОДЕЖИ:
достижения теории и практики
физической культуры
на современном
этапе**

*Материалы VI Международной
научно-практической конференции*

г. Минск, 30–31 октября 2008 г.

Минск 2008

УДК 796.0
ББК 75
3467

Печатается по решению редакционно-издательского совета БГПУ

Редколлегия:

кандидат педагогических наук, заведующий кафедрой теории и методики физической культуры, оздоровительно-профилактической работы БГПУ *В.Е. Васюк* (отв. ред.);

доктор философских наук, профессор, профессор кафедры теории и методики физической культуры, оздоровительно-профилактической работы БГПУ *В.А. Пономарчук*;

кандидат филологических наук, доцент, декан факультета народной культуры БГПУ *М.М. Круталевич*;

кандидат педагогических наук, доцент кафедры теории и методики физической культуры, оздоровительно-профилактической работы БГПУ *В.А. Винник*;

старший преподаватель кафедры теории и методики физической культуры, оздоровительно-профилактической работы БГПУ *Д.И. Барановская*

Здоровье студенческой молодежи: достижения теории и практики
3467 физической культуры на современном этапе : материалы VI Междунар. науч.-практ. конф., г. Минск, 30–31 окт. 2008 г. / Бел. гос. пед. ун-т им. М. Танка; редкол. В.Е. Васюк (отв. ред.), В.А. Пономарчук, М.М. Круталевич и др. – Минск : БГПУ, 2008. – 197 с.

ISBN 978-985-501-651-0.

В сборнике актуализируются вопросы здорового образа жизни (ЗОЖ), состояния здоровья, физического статуса студентов. Рассматриваются подходы, идеи и перспективы решения проблем оздоровления обучающихся средствами физической культуры, студенческого спорта в учебных заведениях. Предлагаются пути совершенствования двигательной деятельности, формирования потребностей и интересов студентов в сфере физической культуры и спорта. Раскрываются вопросы подготовки специалистов в области физической культуры, спорта и туризма.

Адресуется преподавателям, студентам, магистрантам и аспирантам вузов.

УДК 796.0
ББК 75

ISBN 978-985-501-651-0

©БГПУ, 2008

ПЛЕНАРНОЕ ЗАСЕДАНИЕ

ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА И ЗДОРОВЫЙ ОБРАЗ ЖИЗНИ

В.Е. Васюк (БГПУ, г. Минск)

В исследовании проблем физической культуры в педагогическом плане одно из ведущих мест следует отвести анализу понятия здорового образа жизни. Данный термин начал приобретать категориальный характер, а его содержание – превращаться в предмет теоретического анализа, главным образом в последнее время. Это связано, во-первых, с возрастанием роли здоровья и физической культуры в развитии и функционировании человеческого фактора в жизни социума, а во-вторых, с разработкой на общесоциологическом уровне категории образа жизни вообще и здорового образа жизни в частности. Именно в этих условиях возникли теоретически и практически значимые вопросы о месте физической культуры в образе жизни и о том, какими чертами сегодня характеризуется здоровый образ жизни людей, какие конкретные аспекты, стороны человеческой жизнедеятельности его составляют.

В настоящее время в литературе стало практически общепринятым понимать под образом жизни совокупность типичных видов жизнедеятельности индивида, социальной группы, общества в целом, которая берется в единстве с условиями жизни. Определяя эту категорию как систему действий, восприятия и мышления отдельных людей и общественной группы в разных областях жизни, а также как нормы, ценности и стереотипы поведения, которые стали элементом повседневной деятельности и человеческих переживаний, следует подчеркнуть, что они взаимосвязаны и представляют собой целостную систему, предполагающую взаимодействие ее элементов. Эта система обладает особыми свойствами, которые отсутствуют у составляющих ее частей, взятых в отдельности.

Процессы возрастания роли физической культуры и спорта в современном образе жизни, их растущее влияние на все структурные компоненты последнего – труд, быт, общественно-политическая и культурная деятельность – и в то же время повышение значения и ценности здоровья в функционировании и совершенствовании человеческого фактора находят отражение в том внимании, которое сейчас все больше уделяется теоретическим и практическим аспектам здорового образа жизни.

Иногда понятие здорового образа жизни рассматривается только как деятельность, направленная на сохранение и улучшение, укрепление здоровья людей. Такая постановка вопроса, на наш взгляд, не верна уже потому, что само понятие здоровье предполагает благополучие человека не только в «физическом», биологическом, но и в социальном плане.

спортивных арбитров должны стать особенностями развития современного спорта. В основу ее должны быть заложены концептуальные положения профессионального, дополнительного и непрерывного образования. Целесообразно при этом использовать идеи и конструкции модульной системы в подготовке слушателей. В данном случае под модулем следует понимать некий комплекс, включающий несколько связанных воедино элементов при формировании конкретных знаний, умений и навыков в конкретной профессиональной сфере, как-то: определенный уровень физической кондиции, обеспечивающий успешное выполнение функций футбольного арбитра, и индивидуальный стиль профессиональной деятельности на основе реализации теоретических знаний и практических приемов при ведении спортивного состязания.

При формировании технологии профессиональной подготовки спортивных арбитров необходимо предусмотреть решение следующих задач:

содействие укреплению и сохранению здоровья, физическому развитию и поддержанию высокого уровня работоспособности;

развитие специальных двигательных способностей;

расширение и углубление знаний в области теории и методики судейства в целом и конкретного вида спорта, в частности;

формирование мотивов, интереса к дальнейшему профессиональному совершенствованию.

Приоритетным моментом при реализации программы обучения должны стать мотивационно-личностные интересы слушателей.

ЭТАПЫ ФОРМИРОВАНИЯ У СТУДЕНТОВ ПРОФЕССИОНАЛЬНО-ПЕДАГОГИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ К ОСУЩЕСТВЛЕНИЮ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ УЧАЩИХСЯ

С.Я. Юранов, В.В. Соловцов, О.С. Грачёва (БГПУ, г. Минск)

Физическая культура на современном этапе выступает как неотъемлемая часть жизни, поскольку она представляет собой один из основных видов общечеловеческой культуры, обеспечивает средства и методы реализации государственной задачи формирования и становления гармоничной личности.

Физическая подготовленность учащихся характеризует такую степень их физического развития, двигательных умений и навыков, которая позволяет им наиболее полно раскрывать и реализовывать их творческие возможности. При этом следует отметить, что физическая культура пока не стала необходимым элементом здорового образа жизни для значительной части школьников, а учебно-воспитательный процесс не формирует устойчивой потребности в ней.

Педагогическая стратегия школы предполагает наряду с учебным процессом использовать различные формы и методы физкультурно-оздоровительной и культурно-массовой работы для привлечения учащихся к систематическим заня-

тиям физической культурой.

В школе всё начинается с учителя, а физическое воспитание учащихся во многом зависит от профессионально-педагогической подготовки учителя физической культуры. Учитывая опыт подготовки и продолжительность обучения, можно выделить четыре этапа формирования у студентов профессионально-педагогической подготовки к осуществлению физического воспитания учащихся.

1-й этап. Ознакомление с профессионально-педагогической деятельностью по физическому воспитанию учащихся. Задачами этапа являются: завершение профессиональной ориентации, адаптация к учебному процессу вуза; развитие и укрепление профессионально значимых потребностей, мотивов, интересов (физкультурных, познавательных, творческих и др.); выбор организационных занятий физической культурой (самостоятельные, спортсекция и др.)

2-й этап. Интенсивное приобщение к профессионально-педагогической деятельности по физическому воспитанию учащихся; формирование мотивов и потребностей на послевузовскую педагогическую деятельность; накопление собственно-двигательных умений; формирование системы физического самовоспитания.

3-й этап. Углубленное освоение профессионально-педагогической деятельности по физическому воспитанию учащихся и самостоятельное участие в этой деятельности. Основные цели и задачи данного этапа: укрепление сознания и профессиональной готовности к самостоятельному труду по физическому воспитанию учащихся; закрепление профессионально значимых потребностей, мотивов, ценностей и свойств личности; умений самостоятельного поиска содержания, средств, методов и форм осуществления педагогической деятельности; профессиональная адаптация к условиям и требованиям деятельности в школе; участие в различных формах организационно-оздоровительной работы по физической культуре (работа с учащимися в летних оздоровительных лагерях, туристических базах и др.).

4-й этап. Закрепление основ в профессиональной деятельности и достижениях уровня мастерства профессионала в осуществлении физического воспитания учащихся. На данном этапе решаются цели и задачи адаптации учителей к самостоятельной деятельности, совершенствование техники и технологии в процессе деятельности по физическому воспитанию учащихся, формирование мотивов, установок, потребностей на достижение высоких профессиональных результатов; внедрение средств физической культуры в быт учащихся, в их семью; совершенствование системы физического самовоспитания.

Формирование профессиональной активности в сфере физической культуры будущих учителей в значительной степени корректируется взаимодействием преподавателя и студентов в процессе обучения в вузе. Это взаимодействие может иметь различные виды и зависит от уровня готовности личности к учебному процессу и от решаемых задач.

Поликарпова Л.С. ЭФФЕКТИВНОСТЬ ВОДНОЙ СРЕДЫ КАК СРЕДСТВА
ОЗДОРОВЛЕНИЯ СТУДЕНТОВ СПЕЦИАЛЬНЫХ МЕДИЦИНСКИХ ГРУПП156

Поляков Г.В., Малахов С.В., Стебаков А.И. РЕАБИЛИТАТИВНЫЙ АСПЕКТ
САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ УПРАВЛЯЕМОЙ РАБОТЫ СТУДЕНТА ПО ПРЕДМЕТУ
«ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА»158

Разницын А.В., Хонякова Т.В. ФИЗИЧЕСКОЕ ВОСПИТАНИЕ СТУДЕНТОВ
СПЕЦИАЛЬНОГО МЕДИЦИНСКОГО ОТДЕЛЕНИЯ С ДИАГНОЗОМ ПРОЛАПС
МИТРАЛЬНОГО КЛАПАНА159

Сетько Е.В. МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБОСНОВАНИЕ ЗАНЯТИЙ АКВААЭРОБИКОЙ СО
СТУДЕНТКАМИ СПЕЦИАЛЬНОГО МЕДИЦИНСКОГО ОТДЕЛЕНИЯ161

Соколов В.А., Шиманович Н.И. ОСОБЕННОСТИ ОРГАНИЗАЦИИ И ПРОВЕДЕНИЯ
ЗАНЯТИЙ ПРИ НАРУШЕНИЯХ ОСАНКИ163

Трущенко В.В. ВЛИЯНИЕ БЕГА НА ЗДОРОВЬЕ ЧЕЛОВЕКА165

Юранов С.Я., Соловцов В.В., Грачева О.С. ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ ТЕХНОЛОГИИ
ИСПОЛЬЗОВАНИЯ СРЕДСТВ ЛЕЧЕБНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ ПРИ РАБОТЕ
СО СТУДЕНТАМИ СПЕЦИАЛЬНОГО УЧЕБНОГО ОТДЕЛЕНИЯ167

Шамак А.А. ФИЗИЧНА КУЛЬТУРА ЯК СРОДАК РЕКРЕАЦІЇ ВУЧНЕЇСЬКАЙ
МОЛАДЗІ: ДА ГІСТОРІЇ ПИТАННЯ169

СЕКЦИЯ 6. ПРОБЛЕМЫ ПОДГОТОВКИ СПЕЦИАЛИСТОВ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ, СПОРТА И ТУРИЗМА171

Амелько Е.Г. ЗНАЧЕНИЕ И ХАРАКТЕРИСТИКА ЛИЧНОСТНО-
ДЕЯТЕЛЬНОСТНОГО ПОДХОДА ПРИ ПОДГОТОВКЕ СПЕЦИАЛИСТОВ
ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА171

Амелько Е.Г., Курлович Н.В., Огородников С.С. СФОРМИРОВАННОСТЬ
КУЛЬТУРЫ ОБЩЕНИЯ У СТУДЕНТОВ ФАКУЛЬТЕТА НАРОДНОЙ КУЛЬТУРЫ173

Барановская Д.И., Данилевич Н.В., Коптев С.А. ИСПОЛЬЗОВАНИЕ
ИННОВАЦИОННЫХ ТЕХНОЛОГИЙ В СИСТЕМЕ ПОДГОТОВКИ
СПЕЦИАЛИСТОВ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ175

Ботух В.А. ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ ПРОБЛЕМЫ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО
ТУРИСТСКОГО ОБРАЗОВАНИЯ177

Косяченко Г.П. АКТУАЛЬНЫЕ ПРОБЛЕМЫ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЯ ПОДГОТОВКИ
КАДРОВ В СИСТЕМЕ ВЫСШЕГО ФИЗКУЛЬТУРНОГО ОБРАЗОВАНИЯ180

Приступа Н.И., Голенко А.С., Кузьмина Л.И. К ВОПРОСУ О РАЗРАБОТКЕ
ТИПОВОГО УЧЕБНОГО ПЛАНА ПО СПЕЦИАЛЬНОСТИ «ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА»182

Середин А.А. НЕКОТОРЫЕ ПОДХОДЫ К ОПТИМИЗАЦИИ УЧЕБНОГО ПРОЦЕССА С
ПРИМЕНЕНИЕМ ЭЛЕМЕНТОВ КРЕДИТНО-РЕЙТИНГОВОЙ СИСТЕМЫ184

Сингина Н.Ф. ПОДГОТОВКА СУДЕЙ КАК ФАКТОР РАЗВИТИЯ СОВРЕМЕННОГО
СПОРТА186

Юранов С.Я., Соловцов В.В., Грачева О.С. ЭТАПЫ ФОРМИРОВАНИЯ
У СТУДЕНТОВ ПРОФЕССИОНАЛЬНО-ПЕДАГОГИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ К
ОСУЩЕСТВЛЕНИЮ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ УЧАЩИХСЯ188