УЧРЕЖДЕНИЕ ОБРАЗОВАНИЯ ФЕДЕРАЦИИ ПРОФСОЮЗОВ БЕЛАРУСИ МЕЖДУНАРОДНЫЙ ИНСТИТУТ ТРУДОВЫХ И СОЦИАЛЬНЫХ ОТНОШЕНИЙ

**СОВРЕМЕННЫЕ ПРОБЛЕМЫ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ**

**СТУДЕНЧЕСКОЙ МОЛОДЕЖИ**

**И ФОРМИРОВАНИЯ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ**

*Материалы Республиканской научно-практической конференции*

*12 ноября 2004 г.*

МИНСК 2005

УДК WK

ББК 74.58 я 73

Рекомендовано к печати

Редакционно-издательским советом МИТСО

Под редакцией И.М. **Дюмина,** кандидата педагогических наук, доцента

**Рецензенты:**

( С.'.Д. Бойченко, доктор педагогических наук, профессор A.M. Шахлай, доктор педагогических наук, профессор

**Современные проблемы физического воспитания студен-С 56 ческой молодежи и формирования здорового образа жизни:**

Материалы Республиканской научно-практической конференции, 12 ноября 2004 г. / Под ред. Дюмина И.М. - Мн.: МИТСО, 2005. -168 с.

ISBN 985-6464-99-4

Материалы конференции содержат наиболее актуальные вопросы означенной проблемы: инновационные технологии в области физической культуры и спорта, современные методы обучения и формы организации учебного процесса, физическое воспитание как основа здорового образа

жизни и др.

ББК 74. 58 я 73

ISBN 985-6464-99-4

© Международный институт трудовых и социальных отношений, 2005.

С**ОДЕРЖ АНИЕ**

■

**СЕКЦИЯ № 1. Инновационные технологии в области физической культуры и спорта**

**Колос В.М., Петров Н.Я., Боярышев В.Н.** Автоматизированная система в учебном 7

процессе по физической культуре

**Лебедев В.М., Нигреева И.Г.** Инновационные технологии в физическом воспита- 9

нии студентов специальных медицинских групп

**Савко Э.И.** Программирование физических упражнений как проблема их преемст- 11

венности

**Сущенко Г.Н., Дорошевич В.Л., Сущенко В.Н.** Рейтинговая система оценки дея- 13

тельности студентов по предмету «Физическая культура»

**Хамазюк Ю.А., Кукель А.А., Хинчина Т.В.** Возможности аквааэробики как средства 14

физического воспитания студентов

**Шацкий Г.Б., Ситкевич Г.Н., Прокопов О.В.** Выбор схемы тела для прикладного 16

биомеханического анализа

**Шацкий Г.Б.** Электромиографическое исследование упражнений локального воз- 17

действия

**Ярмолинский В.И.** Новый прибор для контроля здоровья при занятиях физической 19

культурой

**СЕКЦИЯ № 2. Современные методы обучения и формы организации учебного процесса на кафедре физического воспитания в вузе**

**Асипчик В.К., Ткачук В.А.** Направленность изучения программного материала в 21

группах специализации «волейбол»

**Астрейко Н.Н., Бессмертная Е.А.** Индивидуализация подбора нагрузки на заняти- 23

ях аэробикой

**Беспутчик В.Г.** Нетрадиционные оздоровительные виды аэробики в практике фи- 24

зического воспитания студенческой молодежи

**Бондарь А.И., Шутенкова Е.В.** Стретчинг как элемент занятий по физическому 26

воспитанию в вузах

**Волчек А.Л., Филипенко Л.П.** Влияние курса «Основы единоборств и самозащи- 30

ты» на физическую подготовленность студентов

**Гулидин П.К., Казаков С.А., Федоров В.В.** Развитие наглядно-образного мышле- 31

ния у студентов, занимающихся в секции спортивного ориентирования

**Жолудева Г.С.** Плавание в программах по физическому воспитанию студентов 33

**Кротов В.Я., Хожепмо СВ., Шонина Т.А.** Общие закономерности развития равно- 34

весия в процессе становления спортивного мастерства баскетболиста ■

**Кульков В.Н., Кабанов Ю.М., Трущенко В.В.** Стрелковая подготовка молодежи 36

допризывного возраста

**Кучерова А.В.** Организация учебного процесса по теории и методике физического 38

воспитания

**Лисовский СБ.** Атлетическая гимнастика как спецкурс в программе по физической 40

культуре в высших учебных заведениях

**Григорович Е.С., Трофименко А.М.** Физическое воспитание, биологическая об- 86

ратная связь и метод сравнения как действенные факторы укрепления здоровья

студентов

**Злотников А.А.** Влияние изменений в сфере спорта на формирование здорового 88

образа жизни молодежи

**Кабанов Ю.М., Трущенко В.В., Ольшанко И.М., Передриенко СВ.** Характеристи- 90

ка типологических особенностей нервной системы у студентов ВГУ

**Корзенко В.Н., Головкова И.В., Малашенко С.А., Лицоев М.В.** Оздоровительная 94

направленность физической культуры в учреждениях образования

**Кривицкий В.В., Игнатович Д.А., Пауков Ю.Н.** Морфофункциональная характери- 97

стка физического развития студентов первокурсников

**Ломакин В.В., Янович Ю.А., Юдо В.В.** Влияние плавания на организм занимаю- 99

щихся студентов

**Манулик В.А., Борис О.В., Лавриненко В.А.** Психологическое здоровье студентов 100

**Осипенко Е.В.** Влияние стресса на здоровье студенческой молодежи 102

**Прищепа И.М., Сурганова С.Ф., Романенко Т.Т.** Совершенствование физического 105

воспитания в системе специального коррекционного воспитания

**Савко Э.И.** Современный подход к здоровью студентов специальных медицинских 109

групп на занятиях по физической культуры

**Семкин А.А., Жилко Н.В.** Адаптивные реакции студентов при занятиях различными 111

видами спорта и показателями их физического здоровья

**Титиевская Р.Л.** Адаптивные возможности сердечно-сосудистой системы у студен- 113

тов, специализирующих в лыжных гонках

**Щедрова О.В., Марченко Ю.Н.** Сравнительная оценка уровня физического здоро- 115

вья у спортсменов различных специализаций

**СЕКЦИЯ № 5. Мотивационные аспекты занятий спортом в студенческой среде**

**Антипенко О.Е., Лосев В.А., Скнарь Ж.А.** Мотивационные аспекты занятий аэро- 117

бикой с элементами единоборств студентов вуза

**Григоревич И.В., Калюнов Б.Н., Мелешко И.А., Вашкевич А.А., Саликова Н.Н.** 119

Рейтинг как показатель физической и технико-тактической подготовленности студен-

тов-ориентировщиков

**Малахов СВ., Игнатович ДА, Треско С.А., Хорошилова Т.В.** Детерминанты мо- 122

тивационно-смысловой сферы личности студентов отделения спортивного совер-

­шенствования

**Морозевич Т.Д.** Уровни и значимость мотивации занятий спортом акробатов высокой

Квалификации 124

**Овсянкин В.А., Бахмутова ТА** Мотивация к занятиям физической культурой и 126

спортом студентов БГПУ

**Сущенко В.Н., Дорошевич В.Л., Сущенко Г.Н.** Формирование мотивации у студентов

к занятиям физической культурой и спортом 127

**Федоров В.В., Гулидин П.К.** Исследование потребностей студентов в самостояте-

льных занятиях физическим воспитанием в режиме труда и отдыха 129

**Федорович Б.Ч., Колосовская ЛА** Мотивация, воспитание интереса и 132

физкультурные предпочтения студентов медвуза

Проанализировав результаты опроса, можно сказать, что в процессе занятий аэробикой студентам стало намного интересней жить и учиться в университете. Занятия способствуют приобретению новых друзей, фор­мированию чувства группового и спортивного взаимодействия, овладе­нию мастерством, творческому пробуждению, эмоциональному здоро­вью. Сегодня можно сказать, что как бы ни строились занятия по физиче­ской подготовке, главным в воспитательном процессе остается личность преподавателя, способность находить новую информацию и внедрять ее в практическую жизнь, привлекая студентов. Социальную активность сту­дентов может повысить целостный характер и доступность физкультур-но-спортивной работы, а также поддержка студентов руководством уни­верситета.

**РЕЙТИНГ КАК ПОКАЗАТЕЛЬ ФИЗИЧЕСКОЙ И ТЕХНИКО-ТАКТИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ СТУДЕНТОВ-ОРИЕНТИРОВЩИКОВ**

*Григоревич И.В., канд. лед. наук, доцент, Калюнов Б.Н., Мелешко И.А., Вашкевич А.А., Саликова Н.Н.*

*Белорусский государственный педагогический университет им. М. Танка*

Для определения и оценки уровня подготовленности спортсмена су­ществует множество методик. Одной из них может быть рейтинговая сис­тема. Рейтинг можно рассматривать как индикатор физической и техни­ко-тактической подготовленности спортсмена и, в частности, ориенти-ровщика. Он позволяет определять место спортсмена в течение года, ко­торое выводится из суммы очков, набранных им в зачетных стартах.

В представленной работе мы попытались проанализировать уровень подготовленности студентов-ориентировщиков исходя из их рейтинга.

За последние пять лет на финальные соревнования по спортивному ориентированию в программе Республиканских студенческих игр приез­жало от 13 до 16 команд и в среднем 97 участников. С каждым годом ко­личество участников увеличивалось, конкуренция возрастала, борьба на дистанциях и за общекомандные места велась упорная. В 2003 году ко­манды, занявшие 4 и 5 места, уступили только одно очко третьему призе­ру, а места между ними определялись по дополнительным показателям. Такую же бескомпромиссную борьбу студенты-ориентировщики ведут и на рейтинговых соревнованиях, что видно из таблиц 1 и 2.

Таблица 1 Рейтинг ведущих студентов-ориентировщиков\*

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Ф.И. | Средний рейтинг | | | | | | | | | 2002 | 2003 | 2004 | |
| 2002 | | | 2003 | | | 2004 | | |
| СО | КС | м | со | КС | M | CO | КС | M |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 12 |
| Лабчевский А | 2525 | 3 | 25 | 4976 | 10 | 2 | 4894 | 11 | 3 | 841 | 905 | 979 |
| Балабанов П. | 4331 | **со** | **г—** | 4368 | **со** | LO | 4658 | **сэ** | CO | **со со** | 874 | 932 |
|  |
| Писарчик С. | 3953 | СП | **со** | 4287 | СП | CD | 3289 | **h~** | **о**  CM | **сэ**  СП | LO | 658 |
| Лукашов И. | 2905 | **ш** | CM CM | **со о**  ОО  **со** | Г-- | £ | 3566 | СП | CD | **со ю** | **см со** | 713 |
| Злобин Д. | 3163 | **со** | **со** | 3442 | CD | LO | 4544 | **-** | 1-- | 632 | ОО  to | СП  **сэ**  СП |
| Кушнир А. | 1695 | **•ч** | 5 | 3159 | CD |  | 2819 | **Й-** | **го** |  | 632 | 564 |
| Мелешко Е. | СО | **-** | CD СП | 3063 | i\*. | CM | 3647 | CD | St | § | **со со** | 729 |
| Аникин А. | 3094 | **со** | СП | CD СО ОО | LO | CM | 426 | CM | СП СП | СП | 573 | **см** |
| Лобановский | 2499 | **-** | CM | СО  **см** | LO | CM | CO  **о** | CM | CM | § | 556 | 352 |
| Козуля А. | СО  СМ | **со** | **со**  LO | 2700 | **\*** | CD CM | 1313 | CO | **сэ** in | 427 | fe | **со го**  ■ч |
| Евсиков А. | 2274 | to | **сэ** | 2379 | CD | ■4-  **co** | 2870 |  | **го** | 455 | 476 | 574 |
| Мелешко В. | 2153 | LO | VI- | 2176 | CO | CD  CO | 1416 | CO | CD  vt- | **со**  **■rf** | LO СМ | ■ч- |
| Краливко Д. | СО | CSI | СО СО | 2078 | LO | CO | 3323 | CO | СП | **см**  **•ч-см** | СО | 665 |
| Шумович Ю. | **со** | - | СП CD | 1857 I *......* | CD | СП  **го** | CO | CM | **о**  **г-** | **о**  ОО | **Го** |  |

СО - сумма очков, КС - количество стартов, М - место

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 12 |
| Алдошин А. | **631** | 2 | 73 | **1686** | 4 | 41 | 1602 | 6 | 43 | 315 | 422 | **320** |
| ДавыдовичД. | **со**  ОО  со | **со** | **-** | ■ч **со см со** | **о** | t | **со** | CD | **ю см** | ОО СО со | **с—** in  CD | СП  **см со** |

Таблица 2 Рейтинг ведущих студенток-ориентировщиц

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Ф.И. | Средний рейтинг | | | | | | | | | 2002 | 2003 | 2004 |
| 2002 | | | 2003 | | | 2004 | | |
| СО | КС | м | со | КС | м | со | КС | м |
| Миронова Н. | 1917 | 2 | 25 | 4776 | 6 | 4 | 4514 | 7 | 7 | 958 | 955 | 903 |
| Василевская | 4729 | **-** | ■<\*■ | 4302 | **"-** | **-** | **со со** | **-** | СП | CD  ■ч | **о**  CD | 832 |
| Г 1иронен А. | **4152** | **о>** | **со** | 4054 | СП | СП | 3726 | **сэ** | **ю** | **о**  ГО ОО | 810 | 745 |
| Соколова Ан. | 3280 | Ю | **см** | 3712 | LO | **\*** | СП ОО СО | **сэ** | ГО | 656 | 724 | CD |
| Васлевская Т. | 3359 | **г-** | **-** | 3264 | **ю** | ГО | 3607 | **г—** | t | CD | 652 | CM |
| Пошелюк Ир. | 1936 | **со** | **см** | 3217 | **-** | LO | 3753 | СП | 2 | LO  **-ч-**  CD | CO  **-=t-co** | 751 |
| Вашетькова Н | **1271** | **-** | **со**  СО | 2521 | Г-- | СП | 2303 | **"\*** | **см** | 254 | ■4-**cr>** in | 576 |
| Красько Нат. | **2719** | LO | D: | 1267 | **см** | СО |  |  | **•** | LO | ■4-**co**  CO | ■ |
| Титова Инна | СО  **сэ** | LO | СП  **см** | 2457 | **-^** | ***о***  **см** | 3240 | CD | **сэ** | CM  **co** | 614 | CO |
| Занина Ирина | СП  **г\*** | **см** | **•ч-** | СО  СП | **см** | CD ГО | 1567 | ■ч | CD | со CD  CO | CO  CO "4- | 392 |
| Грекова Ан. | со  СП ОО | **хэ-** | **см** | **со** | **см** | **сэ**  **ч-** | 525 | **см** | **ю** | 474 | 410 | CO CO CM |
| Евменчикова | 140 | **см** | **со**  ***со*** | **со**  LO | **-** | **оо** VI- |  |  |  | СЭ | LO | ■ |
| Габриельчик | **vr** | **см** | *(г\**  LO | 147 | **-** | СП | CD CD | **-** | **со** | 132 | 147 | CO CO |
| Жлобич Нат. | **•** |  |  | 1038 | **•ч** | **со** | 338 | **см** | **см**  CD | I | 260 | CD CO |
| Мурзенок Ир. | ***•*** | **•** | ***•*** | **о**  ОО  СО | СМ | СП  со | 1247 | **-=t** | **vr** | ■ | **о**  **-4-ч-** | CO |

Анализ рейтинга студентов-ориентировщиков показывает, что изме­нения происходят в сторону улучшения. Увеличивается с каждым годом количество студентов, участвующих в рейтинговых стартах. Многие се­мимильными шагами передвигаются вверх по таблице. Это относится к

Лабчевскому Алексею и Мироновой Наталье, которые с 25 места в 2002 г. переместились на 2 и 4 соответственно в 2003 г. Большой про­гресс у Мелешко Евгения - с 90 места на 21. В 2004 г. наибольшего про­гресса достигли Злобин Денис и Крапивко Дмитрий. Необходимо отме­тить, что изменение рейтинга шло как за счет улучшения физической и технико-тактической подготовки, так и за счет количества стартов. Рост спортивного мастерства студентов позволяет им бороться на дистанциях за высокие места и рейтинговые очки. Поэтому располагаются они в рей­тинг-листе равномерно, начиная с верхних строчек. Молодые спортсмены составляют достойную конкуренцию опытным ориентировщикам. Обост­рившаяся конкуренция оказывает влияние на общий уровень мастерства всех ориентировщиков.

Обобщая материал можно сказать, что уровень всех компонентов подготовленности студентов-ориентировщиков заметно вырос. Еще од­ним подтверждением этого являются результаты выступления на Чем­пионате Мира среди студентов и на юниорском Чемпионате Европы (2 место у Рыжкова С). А по изменению позиции в рейтинге можно де­лать выводы об уровне физической, технической и тактической подго­товленности конкретного спортсмена.

**ДЕТЕРМИНАНТЫ МОТИВАЦИОННО-СМЫСЛОВОЙ СФЕРЫ ЛИЧНОСТИ СТУДЕНТОВ ОТДЕЛЕНИЯ СПОРТИВНОГО СОВЕРШЕНСТВОВАНИЯ**

*Малахов СВ., Игнатович Д.А., Треско С.А., Хорошилова Т.В. Белорусский государственный педагогический университет им. М. Танка*

Достижение наивысшего спортивного результата в соревнованиях -основная цель спортивной тренировки. Реализации этой цели подчинена логика всего долгосрочного тренировочного процесса. В условиях про­фессионального спорта такое положение представляется абсолютно оп­равданным, тем более что тренировочный процесс обеспечивается соот­ветствующими способами контроля за функциональным, психическим, эмоциональным и интеллектуальным состоянием спортсменов. Студенче­ский спорт, в отличие от профессионального, в настоящее время не имеет возможности обеспечить полноценный, разносторонний контроль той части современной молодежи, которая предпочитает времяпрепровожде­нию в компьютерных клубах и ночных дискотеках напряженный ритм ежедневных тренировок, нередко испытывая в соревнованиях эмоцио­нальный и физический стресс побед и поражений. В то же время каждый студент-спортсмен обязан овладевать знаниями в соответствии с требо­ваниями учебных программ, подтверждая свой статус успешными ре­зультатами прохождения экзаменационных сессий. В обозначенных выше

122

Научное издание

**Современные проблемы физического воспитания студенческой молодежи и формирования здорового образа жизни**

Материалы Республиканской научно-практической конференции,

12 ноября 2004 г.

Редактор Т.Е. Лемешева

Оригинал-макет М.В. Горуновой

Подписано в печать 12.01.2005. Формат 60x84 1/16. Бумага офсетная. Пе­чать офсетная. Гарнитура Times. Усл. печ. л. 9,8. Уч.-изд. л. 9,3. Тираж 100 экз. Заказ 64

Учреждение образования Федерации профсоюзов Беларуси «Международный институт трудовых и социальных отношений» г. Минск, ул. Казинца, 21-3. Лицензия ЛВ № 437 от 14.10.2004 г.

Отпечатано в типографии Республиканского унитарного предприятия «Информационно-вычислительный центр Министерства финансов Республики Беларусь» 220004, г. Минск, ул. Кальварийская, 17. Лицензия ЛП № 02330/0056683 от 29.03.2004 г.

Григоревич, И.В.,Рейтинг как показатель физической и технико-тактической подготовленности студентов-ориентировщиков / И.В. Григоревич., Б.Н. Калюнов., И.А. Мелешко. **//**Современные проблемы физического воспитания студенческой молодежи и формирования здорового образа **жизни:** Материалы Республиканской научно-практической конференции, 12 ноября 2004 г. / Под ред. Дюмина И.М. - Мн.: МИТСО, 2005. С. 119-122.