

Рекомендовано  
советом факультета физического воспитания  
УО «Белорусский государственный педагогический  
университет имени Максима Танка»  
(протокол № 6 от 25 февраля 2015 г.)

**Редакционная коллегия:**

кандидат педагогических наук, доцент *А. Р. Борисевич* (отв. ред.);  
кандидат филологических наук, доцент *М. М. Круталевич*;  
кандидат биологических наук, доцент *Н. Г. Соловьева*;  
кандидат педагогических наук (Россия) *Н. В. Сизова*

3 46

**Здоровье студенческой молодежи: достижения теории  
и практики физической культуры, спорта и туризма на  
современном этапе : сб. науч. ст. Вып. 2 / редкол.:**  
*А. Р. Борисевич* (отв. ред.) [и др.]. – Минск : РИВШ, 2015. –  
314 с.

ISBN 978-985-500-839-3.

В сборнике представлены статьи по актуальным проблемам и наиболее значимым вопросам физического воспитания, спорта и туризма. Рассматриваются принципы, подходы, технологические аспекты, стратегии и перспективы решения проблем здоровья обучающихся средствами физической культуры, студенческого спорта в учреждениях образования. Широко представлено значение олимпийского образования для развития личности. Предложены пути совершенствования двигательной активности, формирования мотивации и интересов студентов в сфере физической культуры и спорта. Раскрываются основные направления подготовки специалистов в области физической культуры, спорта и туризма.

Предназначен для научных и педагогических работников, аспирантов, магистрантов и студентов высших учебных заведений.

УДК 613:796  
ББК 51.204:75

ISBN 978-985-500-839-3

© Оформление. ГУО «Республиканский  
институт высшей школы», 2015

## РОЛЬ СПОРТА В ПОВЫШЕНИИ СОЦИАЛЬНОЙ МОБИЛЬНОСТИ СТУДЕНЧЕСКОЙ МОЛОДЕЖИ

*Глазырина Л.Д.*  
*г. Минск, Беларусь*

*The article presents sport to increase social mobility students, emphasize the universality of this phenomenon.*

На современном этапе идеологическое воспитание студентов осуществляется в условиях плюрализма – множественности мнений, взглядов и т.д., которые дают право на свободный выбор ими ценностных ориентации. В этой связи роль спорта в повышении социальной мобильности студенческой молодежи имеет важное значение, так как спорт – один из социальных институтов, тесно связанных с общими тенденциями развития социальной структуры общества. Основанием для рассмотрения данной проблемы может быть функционализм – один из основных методологических подходов в культурологии, социальной антропологии, заключающийся в рассмотрении общества как системы, состоящей из структурных элементов, функционально связанных друг с другом и выполняющих определенные функции по отношению к обществу в целом. Различные социальные феномены (действия, отношения, институты и т.д.), согласно этому подходу, должны объясняться через функции, выполняемые ими в социокультурной системе вообще или в тех либо иных социальных и культурных общностях, в которых они имеют место. По определению Л.П. Матвеева (1984), «функции физической культуры – это объективно присущие ей свойства воздействовать на человека и человеческое отношение, удовлетворять и развивать определенные потребности личности и общества» [1]. Реализуются функции в процессе физкультурной деятельности, в них раскрывается истинное содержание физической культуры и спорта. Являясь отражением ее сущности, функции раскрывают не только двигательную сферу человека, но и все уровни его организации – анатомо-физиологический, психологический, социально-мировоззренческий, личностный (Н.И. Пономорев, 1974, 1996), Ю.М. Николаев, 1976, 1998; Б.В. Евстафьев, 1980; И.И. Сулейманов, 1981; В.М. Выдрин, 1984, 2001; В.И. Столяров, 1988 и др.

Функция (от лат. *functio* исполняю, совершаю) – центральное понятие в методологии функционального и структурно-функционального анализа. Активно используется в социальных науках со второй половины XIX века.

К.Л. Стивенсоном и Д.Е. Никсоном (1979 г.) разработана временная квазипарадигма, с помощью которой объясняется спорт как социальный и культурный феномен, включающий пять основных социальных функций: социомоциональную, функцию социализации, интегративную функцию, политическую, функцию социальной мобильности [2]. Одной из важных функций является функция социальной мобильности. Ее составляющие представлены: *перемещением индивида или социальной группы в социальном пространстве; способностью адаптироваться к изменяющимся условиям социальной среды; изменением положения в социальной структуре (т.е. изменением социальных ролей и статусов).*

Указанные составляющие социальной мобильности могут быть рассмотрены через призму любого вида спорта. Мы рассматриваем в спортивно-оздоровительном туризме, который в настоящее время получил особое признание среди студенческой молодежи. Так, *перемещение в пространстве* определяется особенностями протекания физиологических и психических процессов в организме. Физиологические процессы проявляются в скорости реакции (в медленном, среднем, быстром темпе); мгновенном реагировании на неожиданные стимулы; быстрой противодействии ожидаемому или неожиданному вызову окружающей среды и др. Психические процессы проявляются в чувстве свободы движений, определяемых внутренним самоощущением индивида в определенных условиях; в избираемой модели преодоления внутренних и внешних трудностей; в мысленном построении алгоритма

действия в определенных ситуациях: в возможности построения оптимального диалога с субъектами, с которыми происходит взаимодействие и др.; адаптироваться к изменяющимся условиям социальной среды.

Участие в спортивно-оздоровительных туристских походах расширяет возможности мобильности субъекта в *адаптации к изменяющимся условиям социальной среды*. Это проявляется в работоспособности человека на всех участках его деятельности и создает возможность успешного осуществления выполняемого вида работы: «совместного дела», выполняемого хорошо, по-дружески, в режиме активной взаимопомощи: преодоление психологической усталости, которая внешне не так заметна как физическая; противодействие психологическому давлению неблагоприятных факторов: непогоды, усталости, голода. Ни один сложный поход не может быть удачным в отсутствии положительных эмоций. Поэтому необходимо научиться умению переломить любую негативную ситуацию в позитивную.

Рассматривая составляющую социальной мобильности – *изменение положения в социальной структуре*, можно сослаться на утверждение А.С. Запесоцкого о том, что туризм становится важным показателем общественного статуса человека, индикатором качества его жизни [3]. В этой связи очень важно участникам спортивно-оздоровительных туристских походов определить свое место в коллективе, связав его с совокупностью прав и обязанностей, которые в системе межличностных отношений способствуют повышению социальной мобильности.

Кроме этого, повисить социальную мобильность любому индивиду с помощью участия в спортивно-оздоровительных туристских походах не представляет особого труда, в том случае, когда участник похода психологически настраивается на те виды деятельности, которые предстоят ему и требуют значительных затрат физических и духовных сил. В этих случаях важно самовнушение полезности «твоей» работы для всего коллектива. Более того, необходимо внушить себе, что условия этой работы трудны, но преодоление их такой процесс, который позволяет «тебе» чувствовать себя нужным данному коллективу, а сама работа обогащает «тебя» новым опытом и будет способствовать включению его в основную профессиональную деятельность.

Рассматривая роль спорта в повышении социальной мобильности студенческой молодежи, мы стремились подчеркнуть универсальность данного феномена, его многогранность, обусловленную целенаправленными видами двигательной деятельности в форме спортивно-оздоровительного туристского похода, а также возможности решать совокупность задач определенной направленности (физической, психологической, нравственной, этической и др.).

#### *Литература*

1. Глазырина, Л.Д. Реализация целей физической культуры в системе высшей школы: актуальные проблемы и перспективы развития: тез. докл. IX Академических чтений, 28–30 октября 2003 г., г. Кишинев, 2003, – С. 166–168.
2. Стивенсон, К.Л. Спорт как современный социальный феномен: функциональный подход // Спорт и образ жизни. М., 1979. С. 58–65.

## **ОПТИМИЗАЦИЯ СОБСТВЕННОГО ФИЗИЧЕСКОГО СОСТОЯНИЯ ЛИЧНОСТИ В УСЛОВИЯХ ПОВСЕДНЕВНОЙ ЖИЗНИ**

*Лонатик Т.А.*

*г. Минск, Беларусь*

*The article presents the physical training in personal aspect is a specific measure and optimize their own way physical condition in modern everyday life.*

Физическая культура в личностном аспекте является специфической мерой и способом оптимизации собственного физического состояния в условиях современной повседневной