

«Офицер, командир войсковых подразделений, менеджер по работе с персоналом».

Литература:

1. Грибковский, Ю.В. Основы управленческой деятельности командира: учеб.-метод пособие / В. Ю. Грибковский, А. Е. Ли, Е. В. Комар. – Минск : БГУИР, 2021. – 80 с. : ил.
2. Гриненко М.С., Саноян Г.Г. Труд, здоровье, физическая культура. М., «Физическая культура и спорт», 1974. 288 с. с ил.
3. Матвеев Л.П. Теория и методика физической культуры (общие основы теории и методики физического воспитания): учеб. для ин-в физ. Культ. / Л.П. Матвеев. – М: Физкультура и спорт, 1991. – 543 с.

ОСОБЕННОСТИ ПОДГОТОВКИ УЧАСТНИКОВ К ПРОВЕДЕНИЮ МАССОВОГО СПОРТИВНО-ХУДОЖЕСТВЕННОГО МЕРОПРИЯТИЯ

Телешев Д.О., Борисевич А.Р., Рябых В.А.
г. Минск, Республика Беларусь

Mass sports and artistic performances are a genre of entertainment art, whose tasks include popularization of physical culture and sports, promotion of a healthy lifestyle, demonstration of the beauty of the movements and physique of the participants of the holiday.

Массовые спортивно-художественные представления – это жанр зрелищного искусства, в задачи которого входит популяризация средств физической культуры и спорта, пропаганда здорового образа жизни, демонстрация красоты движений и телосложения участников праздника. По уже сложившейся традиции спортивными состязания принято открывать массовыми спортивно-художественными представлениями, уровень и качество которых должны соответствовать высокому уровню, включая подготовленность участников.

Важнейшими элементами спортивно-художественных представлений являются массовые спортивные упражнения, выполнение которых требует от участников соответствующей технической, физической, функциональной и психической готовности. Именно подготовленность участников представления является обстоятельством, влияющим на рождение сценарно-режиссерского замысла. Синхронность, техничность и музыкальная эстетика выполнения движений массой участников обеспечивается интенсивной репетиционной подготовкой, в рамках которой оттачиваются движения, создается синхронность двигательных действий, развиваются и укрепляются двигательные и координационные способности. Исследователь А.Л. Дружков отмечает, что сложность организации массовых спортивно-художественных представлений с участием непрофессионалов – школьников, студентов, спортсменов-любителей, то режиссеру-постановщику необходимо в сжатые сроки решать задачи обучения движениям, развития физических качеств, воспитания интереса к тренировочным занятиям, а также эстетического воспитания, привития культуры движений, строевой подготовки,

согласованного выполнения двигательных действий, синхронизации движений с музыкой, что может существенно изменить первоначальный сценарный план.

Следует отметить, что анализ научно-методической литературы по проблеме построения и проведения подготовки спортивных представлений показал, с одной стороны, большой объем требований, предъявляемых к выступающим в массовых упражнениях, а, с другой стороны, отсутствие научно-обоснованных методик подготовки студентов к массовым спортивно-художественным представлениям. Кроме того, наблюдается отсутствие методик, раскрывающих содержание подготовки студенчества к выступлениям, и исследований, связанных с изучением влияния репетиционных занятий на развитие отдельных видов двигательных качеств, в частности, координации движений студентов.

Задача совершенствования подготовки студентов к выступлениям в спортивно-художественных представлениях с использованием специальных выразительных средств для развития координации движений студентов университета заключается в разработке комплексов спортивных упражнений с применением специальных выразительных средств спортивных массовых представлений для развития координационных способностей как ключевых навыков в синхронном, точном и эстетическом выполнении отдельных движений и эпизодов сценарного плана спортивного представления.

Литература:

1. Кобринский, М.Е. Спорт как важнейший компонент общечеловеческой культуры : перспективы развития системы высшего физкультурного образования в Республике Беларусь / Кобринский М. Е. // Народная асвета. — 2007. — N 7. — С. 18-21.

ПРИЧИНЫ НЕСОБЛЮДЕНИЯ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ СОВРЕМЕННОЙ МОЛОДЕЖИ

*Третьякова Н.С., Балабан А.П.
г. Минск, Республика Беларусь*

This article is devoted to the study of the reasons for the noncompliance of modern youth with the principles of a healthy lifestyle, as well as the preparation of recommendations for both youth and modern coaches.

Задумывались ли вы когда-нибудь, почему многие люди в пожилом возрасте имеют огромное количество проблем со здоровьем и ведут «сидячий образ жизни», в то время как некоторые занимаются танго или участвуют в марафонах без каких-либо жалоб на самочувствие? Несомненно, генетический фактор влияет на состояние здоровья, но решающую роль играет образ жизни: сбалансированное питание, ежедневная физическая активность, водный баланс, а также позитивные установки. Для некоторых людей эти сведения банальны и очевидны. Тем не менее, слова зачастую не переходят в действия.