

национальное руководство / Под ред. Г.П. Котельникова, С.П. Миронова - 2-е изд.,

2. Безопасность жизнедеятельности: Учебник для студ. сред. проф. учеб. заведений / Э.А. Арустамов, Н. В. Косолапова, Н; А. Прокопенко, Г. В. Гуськов. – 3-е изд., стер. – М.: Издательский центр «Академия», 2005. – 176 с.

3. Клиническое руководство по черепно-мозговой травме // Под ред. акад. РАМН А.Н. Коновалова, проф. Л.Б. Лихтермана, проф. А.А. Потапова. – Т. 2. – М.: Антидор, 2001. – 675 с.

4. Правила военно-прикладного вида спорта «Армейский рукопашный бой» Утверждены приказом Минспорта России от «14» декабря 2015 г. № 1154. – 17 с.

5. Правила соревнований по рукопашному бою прикладному Белорусского физкультурно-спортивного общества «Динамо» / Утв. протокол наблюд. совета БФСО «Динамо» от 6 февр. 2018 г.: Минск. – 51 с.

6. Рукопашный бой : правила соревнований / утверждены приказом Министерства спорта Российской Федерации, №304 от 6 апреля 2018 года: Москва. – «Федерация рукопашного боя», 2018. – 82 с.

7. Спортивная медицина: Учебник. /проф. Г.А. Макарова. - М.: Советский спорт, 2003. - 480 с.

## **ОРГАНИЗАЦИЯ ЗАНЯТИЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРОЙ СО СТУДЕНТАМИ СПЕЦИАЛЬНОГО УЧЕБНОГО ОТДЕЛЕНИЯ НА ФАКУЛЬТЕТЕ ДОШКОЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ БГУ**

*Знатнова Е.В., Бахмутова Т.А.  
г. Минск, Республика Беларусь*

*The article deals with the problem of improving the organization of the educational process in a special educational department. The survey was conducted with students of the Faculty of Preschool Education of the Belarusian State Pedagogical University named after Maxim Tank.*

В современном мире социально-экономические требования к молодежи достаточно высокие. Однако, по мнению, как ученых, так и медицинских работников состояние здоровья подрастающего поколения имеет тенденцию к ухудшению по сравнению с предыдущим поколением сверстников.

В настоящее время в вузы поступает большое количество абитуриентов с ослабленным здоровьем, а самое главное, с несформированным положительным отношением к занятиям физической культурой, с отсутствием мотивации к выполнению физических упражнений.

По нашему мнению, существует социальная необходимость привлечения студентов к систематическим занятиям физической культурой через внедрение оздоровительных программ в процесс физического воспитания в вузе. Анализ материалов конференций, посвященных изучению вопроса совершенствования учебного процесса по дисциплине «Физическая культура» в учреждениях высшего образования показывает, что поиск

наиболее эффективных средств, методов и форм физического воспитания студенческой молодежи очень актуален.

Цель лечебной (специальной) физической культуры – лечение или профилактика болезней. Эта физкультура несет в себе также и воспитательную функцию, ставя перед собой следующие задачи:

1. Укрепление здоровья, содействие правильному физическому развитию организма.
2. Улучшение показателей физического развития.
3. Освоение жизненно важных двигательных умений и навыков.
4. Постепенная адаптация организма к воздействию физических нагрузок.
5. Закаливание и повышение сопротивляемости защитных сил организма.
6. Воспитание волевых качеств, а также воспитание интереса и привычки к самостоятельным занятиям физической культурой [1].

С целью выявления отношения студентов к дисциплине «Физическая культура», определения приоритетных видов двигательной активности, нами было проведено анкетирование студенток 1 курса факультета дошкольного образования, по состоянию здоровья отнесенных к специальному учебному отделению. В анкетировании приняли участие 23 человека.

На вопрос «Занимались ли Вы физкультурой и спортом?» положительно ответили 10 человек (43,5%), отрицательно – 13 человек (56,5). На вопрос «Занимаетесь ли сейчас?» – 3 человека (13%) ответили «да» и 20 человек (87%) – «нет».

Из 23 респондентов 4 (17,4%) отметили, что регулярно соблюдают режим двигательной активности, 9 (39,1%) – время от времени и 10 (43,5%) – только во время занятий.

На вопрос «Ваше отношение к занятиям физической культурой» преимущественным оказался ответ «не всегда нравится» (15 чел., 65,3%), «положительное» – 6 человек (26%), «отрицательное» – 2 (8,7%). Следует отметить, что те студенты, которые ранее занимались физкультурой и спортом, т.е. имели опыт планомерной спортивной деятельности, положительно относятся к занятиям физической культурой. Ответы студентов о причинах того, что занятия не всегда нравятся, можно охарактеризовать как отсутствие индивидуального подхода к занимающимся («не могу выполнить задание, а меня заставляют»), низкий уровень валеологической грамотности («плохое состояние здоровья и мне не нужно заниматься»), неэффективность организации учебного процесса по физической культуре («быстро устаю на занятиях»).

Проведенное социологическое исследование показало, что лишь 7 опрошенных (30,4%) посещали уроки физической культуры в школе «с желанием», «по необходимости» – 11 человек (47,8%), «старались избегать» – 5 человек (21,8%).

На занятиях физкультурой в школе занимались спортивными и подвижными играми 15 человек (65,2%), ничем не занимались (т.е. неформальные медицинские группы были организованы, но занятия  
(21,8%)

На вопрос «Чем вы занимаетесь в университете?» 16 первокурсниц занимаются игровыми видами спорта, плаванием – 1 (4,3%), не занимаются – 4 (17,4%), не определились с выбором 2 (8,7%).

Таким образом, анализируя полученные данные, можно сделать следующие выводы:

- большинство опрошиваемых посещали занятия в школе «по необходимости»;
- основная причина отрицательного отношения к физической культуре – отсутствие индивидуального подхода на занятиях в школе;
- повышенным интересом у студенток-первокурсниц специального учебного отделения пользуются игровые виды спорта (предпочтение отдается волейболу и баскетболу).

Нами было выдвинуто предположение, что использование таких средств оздоровительной физической культуры, как подвижные игры, элементы спортивных игр, на занятиях по физической культуре со студентами специального учебного отделения будет способствовать повышению интереса к занятиям, окажет положительное влияние на динамику их функционального состояния.

Преимущество подвижных игр перед строго дозируемыми упражнениями в том, что игра всегда связана с инициативой, фантазией, творчеством, протекает эмоционально, стимулирует двигательную активность, нормализует психоэмоциональное состояние, повышает умственную и физическую работоспособность. Подвижные игры имеют большое значение в профессионально-прикладной подготовке студентов к их будущей трудовой деятельности. Знания, умения и опыт они успешно используют в своей профессиональной деятельности [2].

В то же время наблюдается осторожное отношение со стороны преподавателей, проводящих занятия со студентами специальных медицинских групп, к применению игровых упражнений в связи со сложностью дозирования физической нагрузки в данном виде деятельности по причине его высокой эмоциональности [3].

На наш взгляд, целенаправленный подбор подвижных игр для студентов специального учебного отделения позволит повысить эффективность процесса физического воспитания, а также будет способствовать воспитанию устойчивого интереса к регулярным занятиям физической культурой.

#### Литература:

1. Аверина, И. П. Оптимизация управления многолетним учебно-тренировочным процессом физического воспитания студентов, имеющих отклонения в состоянии здоровья : учеб.-метод. пособие / И. П. Аверина [и др.]. – Минск : МГЭУ им. А.Д. Сахарова, 2012. – 116 с.

2. Старовойтова, Т. Е. Подвижные игры для студентов, имеющих отклонения в состоянии здоровья : метод. рекомендации / Т. Е. Старовойтова, И. В. Ахмаева, И. Л. Лукашкова. – Могилев: МГУ им. А.А. Кулешова, 2005. – 27 с.

3. Ковалева, М. В. Методика применения подвижных и элементов спортивных игр на занятиях со студентами специальных медицинских групп с ограниченными возможностями сердечно-сосудистой системы: автореф. дис.

## **ИСТОРИЯ ВОЗНИКНОВЕНИЯ И РАЗВИТИЕ АРМРЕСЛИНГА В БЕЛАРУСИ**

*Знатнова Е.В., Кирильчик А.В.  
г. Минск, Республика Беларусь*

This article is devoted to the history of the emergence and development of arm wrestling in Belarus. This article discusses the path of arm wrestling formation as a sport.

Армрестлинг – это спортивная борьба на руках, которая проводится по конкретным правилам на сконструированном столе. Участники борются стоя за столом, они упираются локтями в подушки. Победителем считается тот, кто первым доведет руку (кисть) своего противника до подушки. В соревновании играют как правой, так и левой рукой [2].

Армрестлинг – один из самых молодых видов спорта. Однако он признан различными слоями населения благодаря своей доступности, демократичности и развлекательной ценности. Популярность этого вида спорта в Беларуси неуклонно растет. Все больше мальчиков и девочек приходят заниматься армрестлингом. Армрестлинг включен во многие спортивные мероприятия в стране. Однако при неправильном занятии армрестлингом есть риск получения серьезных травм, таких как переломы и вывихи [5].

Армрестлинг считается одним из старейших видов спорта. Возрождение данного боевого искусства произошло в США в 1960-х годах. Первый турнир был проведен в Паталуме, штат Калифорния, в сентябре 1962 года по дисциплине известной, тогда как ристрестлинг (от английского «запястье и борьба»). В то время существовала традиция, что сильные мужчины собирались по ночам в одной из таверн [4].

Были также борцы, которые по причинам своей огромной силы пользовались достаточно большой популярностью. Поэтому журналист Билл Соберанис решил организовать полномасштабный турнир по армрестлингу. В итоге турнир стал чемпионатом мира, а в Паталуме была воздвигнута статуя в память о Билле. На месте той самой таверны появился огромный спортивный комплекс, который стал пристанищем для мастеров армрестлинга. Возглавил Всемирную корпорацию армрестлинга сам Билл Соберанис. Сейчас примерно в 80 странах культивируется армрестлинг [4]. Кроме Всемирной корпорации армрестлинга есть и другие ассоциации и федерации армрестлинга. Это является препятствием для МОК, чтобы признать армрестлинг. Олимпийский комитет хочет иметь дело только с одной организацией, которая представляет всех спортсменов. Две другие федерации армрестлинга также возглавляет США, и там выступают спортсмены из более чем 60 стран.

Следующим этапом было вовлечение телевидения. В 1969 году Дейв Девото подписал 16-летний контракт с ABC, и благодаря каналу ABC World Wide of Sport большинство поклонников этого старинного вида спорта