

Министерство образования Республики Беларусь

*Учреждение образования*  
«Белорусский государственный педагогический университет  
имени Максима Танка»

**ЗДОРОВЬЕ СТУДЕНЧЕСКОЙ МОЛОДЕЖИ:  
ДОСТИЖЕНИЯ ТЕОРИИ И ПРАКТИКИ  
ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ**

*Сборник статей*

(IV Международная научно-практическая конференция,  
г. Минск, 16—17 декабря 2004 г.)

Минск 2004

УДК 378:796  
ББК 74.58:75  
3467

Печатается по решению редакционно-издательского совета БГПУ

*Редакционная коллегия:* доктора педагогических наук, профессора В. А. Соколов, С. Д. Бойченко; доктор биологических наук, профессор Я. Ящанин; кандидат филологических наук, доцент М. М. Круталевич; кандидат педагогических наук П. Г. Сыманович (отв. ред.)

## ОСОБЕННОСТИ ФОРМИРОВАНИЯ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ УЧАЩЕЙСЯ МОЛОДЕЖИ

3467 **Здоровье** студенческой молодежи: достижения теории и практики физической культуры: Сб. ст. (IV Междунар. науч.-практ. конф., г. Минск, 16—18 дек. 2004 г.) / Отв. ред. П. Г. Сыманович. — Мн.: БГПУ, 2004. — 243 с.

ISBN 985-435-913-1

В сборнике рассматриваются вопросы формирования здорового образа жизни. Раскрываются биологические и медицинские проблемы физического воспитания студенческой молодежи. Освещаются аспекты научно-исследовательской работы по вышеобозначенным направлениям.

Адресован научным сотрудникам, преподавателям вузов, тренерам, учителям школ, гимназий и колледжей, всем интересующимся вопросами ЗОЖ.

УДК 378:796  
ББК 74.58:75

ISBN 985-435-913-1

© Коллектив авторов, 2004  
© УИЦ БГПУ, 2004

ференций по олимпийской тематике, проводить во всех высших учебных заведениях «Олимпийские уроки», создать Олимпийский центр при высших учебных заведениях.

При современном уровне развития спорта общественные организации, каковыми являются национальный Олимпийский комитет и федерации по видам спорта, не в состоянии самостоятельно решать все проблемы материально-технического и организационного характера. В нашей стране государством и его различными органами в рамках законодательства осуществляется организационная и материально-техническая поддержка развития физической культуры и спорта. Однако недостаточно четко и полно определены функции и полномочия не всегда позволяют добиться эффективного результата в совместной деятельности государственных органов и общественных организаций. Принятый законодательных актов позволяет укрепить материальную базу различных видов спорта. В то же время назрела необходимость совершенствования законодательной базы, касающейся олимпийского движения и спорта. Законодательные акты о статусе, статусе профессиональных спортсменов, отдельных видов коммерческой и рекламной деятельности и т. д. могли бы способствовать более эффективному функционированию спортивной отрасли.

Актуальной является задача значительного расширения представительства в различных структурах международных спортивных объединений. Специфика деятельности Международного Олимпийского комитета и международных федераций по видам спорта во многом определяет наличие в их руководящих и исполнительных органах представителей тех или иных стран. В определенной степени это отражается в правилах отдельных видов спорта, в календаре соревнований, в программе соревнований. По данному вопросу возникает необходимость более тесной координации деятельности и государственных, и общественных организаций со странами на постсоветском пространстве. Необходимо развитие и укрепление олимпийского движения как одной из важнейших частей всей системы физической культуры и спорта. В Республике Беларусь является актуальной проблемой в политическом, организационном, экономическом и социальном аспектах развития нашего государства.

#### Литература

1. Олимпийская Хартия. 2003.

## ОЛИМПИЙСКОЕ ОБРАЗОВАНИЕ КАК АСПЕКТ СОЦИАЛИЗАЦИИ УЧЕБНОГО ПРОЦЕССА В ВЫСШИХ УЧЕБНЫХ ЗАВЕДЕНИЯХ

А. А. Середин, БГПУ

Учебный процесс в высших учебных заведениях, являющийся сложным и многогранным по своей сути, наряду с его возрастающей дифференциацией, постоянно нуждается в поиске новых средств и методов его оптимизации. Наряду с задачами подготовки различных специальностей учебный процесс должен быть направлен и на воспитание широко эрудированного, культурного, социально активного гражданина общества.

Современные реалии как всего мирового общества, так и отдельных регионов и стран обуславливают необходимость создания условий для развития социально ориентированного и социально ответственного общества. Во многом способствовать этому могут социалисты практически во всех сферах человеческой деятельности, обучение и воспитание на общепризнанных ценностях человеческой морали. В определенной степени аспектом социализации учебного процесса может служить олимпийское образование. Оно может осуществляться в двух относительно самостоятельных, но в то же время и взаимосвязанных направлениях — общеобразовательном и специально образовательном. Первое направление может быть ориентировано на студенческую среду, не связанную с обучением по специальности «Физическая культура». Распространение знаний по истории олимпийского движения (со времен Древней Греции) и современного олимпийского спорта, об основных принципах олимпизма, соединяющего спорт с культурой и образованием, основанном на гуманистических идеалах дружбы, укрепления мира, гармоничного развития человека, взаимопонимания, солидарности и честной игры — все это может быть положено в основу общеобразовательного направления. В специально образовательном направлении, которое должно быть связано с подготовкой специалистов в сфере физической культуры и спорта, необходимо более глубокое изучение вопросов олимпизма, что должно осуществляться через отдельный спецкурс или расширение учебной дисциплины «История физической культуры».

Общеобразовательное направление олимпийского движения может быть обусловлено изучением вопросов, связанных с интересами и потребностями студентов. В настоящее время проявилась потребность в юристах, знакомых с правовыми аспектами спортивной деятельности, правилами различных видов регламентом проведения соревнований, требованиями международного Олимпийского Комитета и международных спортивных федераций. Для будущих экономистов и менеджеров полезным будет изучение формирования бюджета Олимпийских игр и маркетинговых программ. Будущие историки через Олимпийские игры Древней Греции могли бы почерпнуть знания об античной культуре, а географы — почерпнуть знания об отдельных странах чужой географии проведения современных Олимпийских игр.

Разработанная в нашей стране Программа «Олимпийское образование» пока реализуется недостаточно эффективно. Проведение Олимпийских уроков, создание олимпийских клубов в учебных заведениях, расширение научно-исследовательской работы по олимпийской тематике позволило бы более эффективно реализовать процесс социализации при подготовке специалистов различного профиля.

#### Литература

1. Олимпийская Хартия, 2003.

## СОСТОЯНИЕ ЗДОРОВЬЯ УЧАЩЕЙСЯ МОЛОДЕЖИ НА СОВРЕМЕННОМ ЭТАПЕ

Н. А. Старжинская,

Охрана здоровья населения является одной из статей государственного закона нашей страны. Особое внимание уделяется охране здоровья детей и молодежи. Однако несмотря на то, что государством затрачиваются большие средства на создание благоприятных условий для воспитания здорового подрастающего поколения и значительные успехи медицинских наук, здоровье и

здоровое состояние молодежи не улучшается. С каждым годом растет число молодых людей с какими-либо отклонениями в здоровье.

Об этом свидетельствуют результаты, полученные при анонимном анкетном опросе по здоровому образу жизни у учащихся ГБОУ (Минский городской областной лицей). В опросе приняли участие 80 девушек, учащиеся I—II курсов. Опрос проводился по разработанной анкете, состоящей из 30 вопросов.

При ответе на вопрос анкеты: «Имеете ли Вы хронические заболевания?» — «да» ответили от 44,4% до 63,3%. А при определении характера хронических заболеваний было выявлено, что у 7,7% ответивших на вопрос «Имеете ли Вы хронические заболевания?» положительно имеются от 1-го до 3-х хронических заболеваний. В основном это заболевания сердечно-сосудистой системы, органов пищеварения, органов дыхания, нервной системы. Отрицательно влияют на здоровье молодежи неблагоприятная экологическая и экономическая обстановка, нерациональная организация питания, хаотичный режим дня, отрицательный психологический микроклимат в быту и по месту учебы, отсутствие или малый интерес к физической культуре и спорту, и, напротив, большой интерес к алкоголю и табакокурению. О наличии все этих проблем свидетельствуют результаты анкетного опроса.

Важным фактором для улучшения здоровья нации является изменение психологии отношения и ответственности за свое физическое состояние. Главной задачей для нас, педагогов, является формирование у учащейся и студенческой молодежи убежденности в необходимости вести здоровый образ жизни. С учетом неутешительных результатов анкетного опроса нами разрабатывается новый подход по формированию здорового образа жизни у учащейся молодежи средствами физических упражнений.

ФУТБОЛ В ОБЩЕЙ СИСТЕМЕ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ (Вашкевич А. М., Костюкевич Н. А.)	.....
ПРИВЛЕЧЕНИЕ К ЗАНЯТИЯМ СПОРТИВНЫМ ОРИЕНТИРОВАНИЕМ (Григоревич И. В.)	.....
НАПРАВЛЕННОСТЬ ПОДГОТОВКИ СТУДЕНТОВ, НАЧИНАЮЩИХ ЗАНИМАТЬСЯ АРМРЕСТЛИНГОМ (Гусалов К. А., Гусалова О. И.)	.....
V ОРГАНИЗАЦИОННО-СОЦИАЛЬНЫЕ АСПЕКТЫ РАЗВИТИЯ ОЛИМ- ПИЙСКОГО ДВИЖЕНИЯ В РЕСПУБЛИКЕ БЕЛАРУСЬ (Середин А. А.)	.....
V ОЛИМПЕЙСКОЕ ОБРАЗОВАНИЕ КАК АСПЕКТ СОЦИАЛИЗАЦИИ УЧЕБНОГО ПРОЦЕССА В ВЫСШИХ УЧЕБНЫХ ЗАВЕДЕНИЯХ (Середин А. А.)	.....
СОСТОЯНИЕ ЗДОРОВЬЯ УЧАЩЕЙСЯ МОЛОДЕЖИ НА СОВРЕМЕННОМ ЭТАПЕ (Старжинская Н. А.)	.....
ВЛИЯНИЕ ИГРОВЫХ ВИДОВ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ НА ПРОТЕКАНИЕ РЕЧЕВОГО ПРОЦЕССА У ДОШКОЛЬНИКОВ С ИНТЕЛЛЕКТУАЛЬНОЙ НЕДОСТАТОЧНОСТЬЮ (Мамонько О. В.)	.....
ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ ПЛАНИРОВАНИЯ ПРОЦЕССА ОБУЧЕНИЯ ТЕННИСУ (Шонина Т. А.)	.....
ТВОРЧЕСКАЯ СИСТЕМА «ТРЕНЕР — УЧЕНИК» В ПОДГОТОВКЕ СПОРТСМЕНОВ (Змачинский А. А., Бойченко С. Д., Гринцевич Г. В.)	.....
РОЛЬ ТАНЦЕВАЛЬНЫХ УПРАЖНЕНИЙ И ФУНКЦИОНАЛЬНОЙ МУЗЫКИ В РАЗВИТИИ ДВИГАТЕЛЬНЫХ СПОСОБНОСТЕЙ СТУДЕНТОВ (Юдина В. В.)	.....
<b>БИОЛОГИЧЕСКИЕ И МЕДИЦИНСКИЕ ПРОБЛЕМЫ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ СТУДЕНЧЕСКОЙ МОЛОДЕЖИ</b>	.....
ГОРМОНАЛЬНЫЙ СТАТУС ЮНЫХ СПОРТСМЕНОВ С НАРУШЕНИЯМИ МЕНСТРУАЛЬНОЙ ФУНКЦИИ (Радзиевская М. П.)	.....
ДИНАМИКА СТРУКТУРЫ ТРАВМ КОЛЕННОГО СУСТАВА У СПОРТСМЕНОВ ИГРОВИКОВ В ГОДИЧНОМ ЦИКЛЕ ПОДГОТОВКИ (Радзиевский П. А.)	.....
БИОМЕХАНИЧЕСКИЕ И ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ ИССЛЕДОВАНИЯ ТЕХНИКИ ФИЗИЧЕСКИХ УПРАЖНЕНИЙ (Руденик В. В., Драгомирецка А.)	.....
О ВЫБОРЕ ОБЪЕКТИВНЫХ НОСИТЕЛЕЙ ИНФОРМАЦИИ О ТРЕНИРОВАННОСТИ СПОРТСМЕНА (Ящанин Я., Ящанинене Н., Крупецкий К., Матусевич Н., Костолонов С.)	.....
ИЗУЧЕНИЕ ФУНКЦИИ МЫШЦ НИЖНИХ КОНЕЧНОСТЕЙ У СПОРТСМЕНОВ (Ящанин Я., Кришковецас Э., Смирнова Т., Помозов А.)	.....
HISTORIC OUTLINE OF RESEARCH WORK ON SPORTS RESULT — ATTEMPT OF ESTIMATION (Cienszczyk P.)	.....

VISUALIZATION AS ONE OF WAYS TO AID IN SPORTS TECHNIQUES TRAINING (Buryta R., Cienszczyk P.)	.....192
ISOKINETIC DYNAMOMETRY OF KNEE FLEXORS AND EXTENSORS AMONG TOP CLASS LITHUANIAN FEMALE BASKETBALL PLAYERS (Skurvydas A., Jaszczanin J., Ramanauskiene I., Mickeviciene D., Streckis V., Buryta R., Cienszczyk P.)	.....195
ИНФОРМАТЮКА А СПОРТ WYCZYNOWY (Pelczar I.)	.....199
ПРОФИЛАКТИКА АРТЕРИАЛЬНОЙ ГИПЕРТОНИИ У МОЛОДЫХ (Сытый В. П., Горбатенко С. Ф.)	.....206
НЕМЕДИКАМЕНТОЗНЫЕ МЕТОДЫ ЛЕЧЕНИЯ И ПРОФИЛАКТИКИ РЕСПИРАТОРНЫХ ЗАБОЛЕВАНИЙ (Дорошкевич М. П., Соклаков В. И., Горбатенко С. Ф.)	.....207
БИОЛОГИЧЕСКИЕ И ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ ПРОБЛЕМЫ ОБУЧЕНИЯ ДВИГАТЕЛЬНЫМ ДЕЙСТВИЯМ (Руденик В. В., Бойченко С. Д., Эйдер Е.)	.....209
ОБУЧЕНИЕ ДВИГАТЕЛЬНЫМ ДЕЙСТВИЯМ КУРСАНТОВ УЧЕБНЫХ ЗАВЕДЕНИЙ МВД (Леонов В. В., Бойченко С. Д., Антонов Г. В., Руденик В. В., Гринцевич Г. В., Крупецки К.)	.....217
СОСТОЯНИЕ ЗДОРОВЬЯ СТУДЕНЧЕСКОЙ МОЛОДЕЖИ НА СОВРЕМЕННОМ ЭТАПЕ (Тихонова В. И.)	.....221
<b>НАУЧНО-ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКАЯ РАБОТА СТУДЕНТОВ</b>	.....227
ИНТЕРЕС КАК КОМПОНЕНТ ФОРМИРОВАНИЯ МОТИВАЦИИ К ФИЗИ- ЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ У УЧАЩЕЙСЯ МОЛОДЕЖИ (Желубовская О. А.)	.....228
ЦЕННОСТНЫЕ ОРИЕНТАЦИИ В ФИЗИЧЕСКОМ ВОСПИТАНИИ УЧАЩЕЙСЯ МОЛОДЕЖИ (Жилко А. Н.)	.....230
О ПОДГОТОВКЕ СУДЕЙСКИХ КАДРОВ В ФУТБОЛЕ (Михайлов В. В.)	.....232
ПЕРСПЕКТИВЫ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ УЧАЩЕЙСЯ МОЛОДЕЖИ (Скаскевич В. И.)	.....234