

МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ РЕСПУБЛИКИ БЕЛАРУСЬ
УЧРЕЖДЕНИЕ ОБРАЗОВАНИЯ
«БРЕСТСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ
ИМЕНИ А.С. ПУШКИНА»
КАФЕДРА ЛЁГКОЙ АТЛЕТИКИ, ПЛАВАНИЯ И ЛЫЖНОГО СПОРТА
УПРАВЛЕНИЕ СПОРТА И ТУРИЗМА БРЕСТСКОГО ОБЛИСПОЛКОМА

ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ И ПРИКЛАДНЫЕ АСПЕКТЫ
ОЛИМПЕЙСКОГО ОБРАЗОВАНИЯ,
ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА
ШКОЛЬНИКОВ И УЧАЩЕЙСЯ МОЛОДЁЖИ

ТЕЗИСЫ ДОКЛАДОВ
V МЕЖДУНАРОДНОЙ НАУЧНО-ПРАКТИЧЕСКОЙ
КОНФЕРЕНЦИИ
(БРЕСТ, 15–16 НОЯБРЯ 2018 ГОДА)

БРЕСТ
БрГУ им. А.С. Пушкина
2018

УДК 37.015.31:796/799(082)

ББК 74.200.55Я43

Т33

Редактор: А.А. Зданевич

Рецензенты:

кандидат педагогических наук, доцент В.Н. Кудрицкий;

кандидат педагогических наук, доцент Н.И. Козлова

Т33

Теоретические и прикладные аспекты олимпийского образования, физической культуры и спорта школьников и учащейся молодёжи : тез. докл. V междунар. науч.-прак. конф. (Брест, 15–16 ноября 2018 г.) / под общ. ред. А.А. Зданевича. – Брест : БрГУ им. А.С. Пушкина, 2018. – 51 с.

ISBN 978-985-521-515-9.

В сборник включены тезисы докладов, представленные участниками из Республики Беларусь, Российской Федерации, Украины, Республики Польша. Материалы посвящены различным аспектам физического развития и двигательной подготовленности детей, школьников и студентов, медико-биологическим и экологическим аспектам здоровьесформирующих технологий, психолого-педагогическим, культурологическим и социальным аспектам формирования здорового образа жизни, подготовки специалистов с высшим образованием и кадров высшей научной квалификации в области физической культуры и спорта.

Материалы предназначены для специалистов в области физической культуры и спорта, научных работников, аспирантов, магистрантов и студентов.

Ответственность за оформление и содержание материалов несут авторы.

ISBN 978-985-521-515-9

УДК 37.015.31:796/799(082)

ББК 74.200.55Я43

© БРГУ имени А.С. Пушкина, 2018

сведения он почерпнул по рассказам одного из ветеранов гродненского спорта, хотя документальных подтверждений ни у одного, ни у другого не было.

Не подтвержденным фактом является заметка в этой же книге «Стрелок из деревни Гольшаны», в которой описывается об участии Михаила Версоцкого в составе сборной Польши в Играх XI Олимпиады в Берлине (1936 г.). И даже приводится занятое им место – 24-е в стрельбе пулевой из малокалиберной винтовки на 50 метров.

К сожалению, официальный сайт Польского олимпийского комитета, публикуя фамилии шести участников по стрельбе на этой Олимпиаде, не подтверждает присутствия среди них М. Версоцкого.

В Брестском областном краеведческом музее находится уникальное издание с высококачественными фотографиями, иллюстрациями, протоколами соревнований, посвященное итогам Олимпийских игр в Берлине 1936 года. В ней приведены результаты соревнований по стрельбе в трех упражнениях: стрельбе из пистолета на 25 м, стрельбе из пистолета на 50 м и стрельбе из малокалиберной винтовки на 50 м. Версоцкого среди них нет. Представитель Польши Karas занял 3-е место, выбив 296 очков, Других представителей Польши в этом упражнении нет. Таким образом, утверждение об участии М. Версоцкого в Берлинской Олимпиаде 1936 г. является вымышленным.

Безусловно, интерес журналистов, исследователей к неизведанным проблемам межвоенной истории спорта на территории Западной Белоруссии, оправдан и востребован. Однако хотелось бы, чтобы появляющиеся сведения были исторически исследованы и научно доказаны и только после этого появлялись в научном обороте. Неглубокое и поверхностное исследование, зачастую приукрашенное по каким-то мотивам, создает не историю спорта Беларуси, а мифологию. Доказывать обратное гораздо сложнее, чем запустить журналистскую «утку» в свободное «научно-популярное» плавание.

Гузаревиц И. М., Яглык В. И., Зинкевич Г. Н.

Республика Беларусь, Брест, УО «Брестский государственный университет имени А. С. Пушкина»

РОЛЬ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ В ФОРМИРОВАНИИ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ СТУДЕНЧЕСКОЙ МОЛОДЕЖИ: ИСПОЛЬЗОВАНИЕ ФИТНЕСС-ТЕХНОЛОГИЙ

Цель работы. Изучение здорового образа жизни у студенческой молодёжи.

Методы и организация исследования. В ходе исследования применены методы опроса, анкетирования и анализа литературных источников. При проведении исследования респондентам предоставлена анкета, состоящий из 5 вопросов: как вы относитесь к спорту, занимаетесь ли вы спортом, какой вид спорта вы предпочитаете, где вы предпочитаете заниматься спортом, ходите ли вы на занятия по физической культуре.

Результаты и их обсуждение. В ходе работы над результатами анкетирования установлено, что у студентов, включенных в систематические занятия физической культурой и спортом и проявляющих в них достаточно высокую активность, вырабатывается определенный стереотип режима дня, повышается уверенность поведения, высокий жизненный тонус. Они в большей мере коммуникабельны, выражают готовность к сотрудничеству, радуются социальному признанию, меньше боятся критики, у них наблюдается более высокая эмоциональная устойчивость, выдержка, им в большей степени свойственен оптимизм, энергия, среди них больше настойчивых,

решительных людей, умеющих повести за собой коллектив. Практическим проявлением физкультурно-оздоровительных досуговых технологий в физическом воспитании являются различные фитнес-программы, которые составляют основное содержание деятельности физкультурно-оздоровительных групп, а также персональных фитнес-занятий. Фитнес-программы как форма двигательной активности, специально организованной в рамках групповых или индивидуальных (персональных) занятий, могут иметь как оздоровительно кондиционную направленность (снижение риска развития заболеваний, достижение и поддержание должного уровня физического состояния), так и преследовать цели, связанные с развитием способностей к решению двигательных и спортивных задач на достаточно высоком уровне. В первом случае фитнес-программы ориентированы на цели оздоровительного фитнеса, во втором – спортивно-ориентированного, или двигательного.

Выводы. На ряду с современными фитнес-тенденциями, в наши дни всё так же популярны массовые оздоровительные, физкультурные и спортивные мероприятия, которые направлены на широкое привлечение студенческой молодежи к регулярным занятиям физической культурой и спортом, на укрепление здоровья, совершенствование физической и спортивной подготовленности студентов.

Гурина Е. И., Товмасын М. А., Бритвич И. А.

Республика Беларусь, Брест, УО «Брестский государственный университет имени А. С. Пушкина»

ПРОБЛЕМА НАРУШЕНИЯ ОСАНКИ У СТУДЕНТОВ И МЕТОДЫ ЕЕ ПРОФИЛАКТИКИ

Цель работы. Проанализировать уровень состояния осанки студентов и выявить наиболее эффективные методы профилактики нарушения осанки.

Методы и организация исследования. Правильная осанка человека определяется воображаемой вертикальной линией. Она проходит через вершину черепа и пересекает линии, соединяющие уши, плечевые, бедренные, коленные суставы и лодыжки. Подбородок должен находиться под прямым углом к остальному телу, плечи прямые, грудная клетка поднята вверх, но не чрезмерно, живот подтянут, но не втянут глубоко внутрь. В этом положении спина сохраняет свои естественные мягкие изгибы, а тело поддерживается суставами бедер и ног, стоящих слегка врозь с напряжением в пятках. В своей работе мы применяли измерение глубины физиологических изгибов позвоночника по методике З.П. Ковальковой, проверка наклона головы вперед путём расположения акромиально-ключичного сочленения точно под мочкой уха.

Результаты и их обсуждение. В исследовании приняли участие 38 студентов 2 курса биологического факультета в возрасте 18–19 лет. У позвоночника взрослого ясно видно 4 физиологических изгиба: шейный лордоз, грудной кифоз, поясничный лордоз, крестцово-копчиковый кифоз. Изгибы позвоночника обеспечивают правильное положение центра тяжести и возможность прямостояния.

По результатам первого теста, наклона головы вперед, путём нахождения акромиально-ключичного сочленения (это место соединения ключицы с плечевым отростком лопатки – акромионом) и проверки точного расположения под мочкой уха, мы обнаружили, что у 59% студентов наблюдается нарушение осанки (если мочка уха выступает вперед значит есть проблема с осанкой).