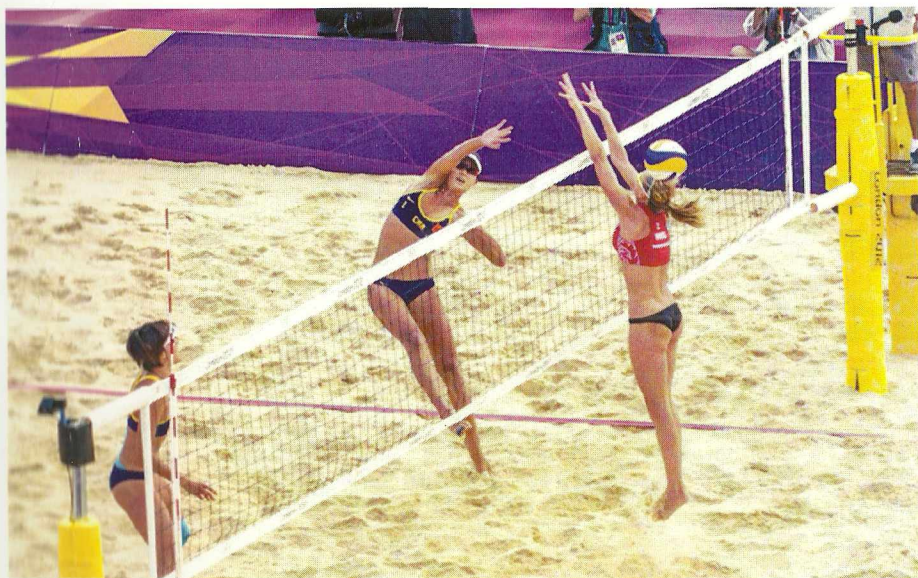


УА «Брэсцкі дзяржаўны ўніверсітэт імя А.С. Пушкіна»
Факультэт фізічнага выхавання
Кафедра спартыўных дысцыплін
Брэсцкі абласны выканаўчы камітэт
Упраўленне па фізічнай культуры, спорту і турызму
Брэсцкі гарадскі выканаўчы камітэт
Аддзел фізічнай культуры, спорту і турызму

ГУЛЬНІ І ЗАБАВЫ Ў КУЛЬТУРЫ ПРАВЯДЗЕННЯ ВОЛЬНАГА ЧАСУ ДЗЯЦЕЙ І МОЛАДЗІ: ТРАДЫЦЫІ І НАВАЦЫІ



УДК [379.8+796.035]-053.5/.81(082)

ББК 74.200.58я43

Г94

Рэкамендавана да публікацыі кафедрай спартыўных дысцыплін
Брэсцкага дзяржаўнага ўніверсітэта імя А.С. Пушкіна
(пратакол № 8 ад 26 сакавіка 2012 года)

Рэдакцыйная калегія:

Ул.П. Люкевіч (старшыня, Брэст), К.І. Белы (Брэст), І.І. Лосева (Мінск),
П. Мазур (Хэлм), С. Нікіцін (Седльцэ)

Рэцэнзент:

доктар філасофскіх навук А.С. Лапцёнак

**Гульні і забавы ў культуры правядзення вольнага часу дзяцей і моладзі: традыцыі
Г94 і навацыі : зб. навук. прац / Брэсц. дзярж. ун-т імя А.С. Пушкіна [і інш.] ; рэдкал.:
Ул. П. Люкевіч [і інш.]. – Брэст : Альтернатива, 2012. – 136 с.**

ISBN 978-985-521-341-4.

У зборніку змешчаны артыкулы навукоўцаў Беларусі, Польшчы і Украіны, дзе разглядаюцца праблемы культуры правядзення вольнага часу дзяцей і моладзі ў рэтраспекцыі, на сённяшні дзень і ў бліжэйшай перспектыве як тэарэтычнага характару, так і на падставе канкрэтных сацыялагічных даследаванняў, а таксама на ўзроўні аналізу працэсу трэнінгу і спартыўных спаборніцтваў.

Матэрыялы, якія надрукаваныя ў зборніку, можна выкарыстоўваць у працэсе выкладання гуманітарных дысцыплін, фармавання здаровага ладу жыцця, а таксама ў іншых формах працы па выхаванню моладзі.

Аўтары надрукаваных матэрыялаў нясуць адказнасць за граматычную правільнасць, падбор і дакладнасць прыведзеных фактаў, лічбаў, цытатаў, уласных назваў, прозвішчаў, імёнаў і іншай інфармацыі.

УДК [379.8+796.035]-053.5/.81(082)

ББК 74.200.58я43

ISBN 978-985-521-341-4

© УА «Брэсцкі дзяржаўны ўніверсітэт
імя А.С. Пушкіна», 2012
© Афармленне. ПВГУП «Издательство
"Альтернатива"», 2012

УА «Брэсцкі дзяржаўны ўніверсітэт імя А.С. Пушкіна»
Факультэт фізічнага выхавання
Кафедра спартыўных дысцыплін
Брэсцкі абласны выканаўчы камітэт
Упраўленне па фізічнай культуры, спорту і турызму
Брэсцкі гарадскі выканаўчы камітэт
Аддзел фізічнай культуры, спорту і турызму

**ГУЛЬНІ І ЗАБАВЫ Ў КУЛЬТУРЫ ПРАВЯДЗЕННЯ
ВОЛЬНАГА ЧАСУ ДЗЯЦЕЙ І МОЛАДЗІ:
ТРАДЫЦЫІ І НАВАЦЫІ**

Зборнік навуковых прац

Брэст
«Альтэрнатыва»
2012

Неоклассическая модель развития нравственной культуры характеризует ее новое качество. Она предполагает синтез традиционных ценностей с современными ценностями, с признанием приоритета личности человека, его прав и свобод. В отношении половой морали это означает признание гендерного равенства, размывание норм «двойной морали», изменение традиционных стереотипов маскулинности и феминности, половых ролей.

В современной нравственной культуре сексуальные отношения рассматриваются в качестве одного из позитивных элементов регулирования поведения разных полов на основе взаимоуважения и признания самоценности вступающих в эти отношения. Соответственно, можно утверждать, что формируется новый тип семьи, приспосабливающийся к происходящим изменениям, где половые отношения обуславливаются не только необходимостью рождения и воспитания детей, но и сексуальностью, дающей ощущение полноты и наслаждения жизнью.

В условиях переходного состояния современной нравственной культуры происходит выработка новых основ взаимоотношений между полами. Традиционные ценности наполняются содержанием, свидетельствующем о трансформации интимности в особенности в сознании и поведении молодежи.

In time of a transitive condition of modern moral culture there is a development of new bases of mutual relations between genders. Traditional values are filled with the maintenance, testifying to intimacy transformation in particular in consciousness and behaviour of youth.

УДК (378 + 796) (073)

Э.А. МОИСЕЙЧИК

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

СТУДЕНЧЕСКАЯ МОЛОДЕЖЬ И ЗДОРОВЫЙ ОБРАЗ ЖИЗНИ

В основе физических занятий лежит формирование и совершенствование функциональных систем, повышение резистентности организма, что в конечном итоге приводит к снижению уровня заболеваемости и осложнений. Значение физической культуры и спорта велико в рациональном использовании свободного времени студентов. Таким образом, социальная жизнь, к которой относится и физическая культура, и спорт, – результат совместной деятельности и взаимодействия людей. Функционирование общества обусловлено, прежде всего, тем, что человек, действуя в одиночку, не может обеспечить себя современными благами цивилизации. Все, что ему необходимо для комфортного обитания, он приобретает благодаря взаимодействию с другими людьми. Физическая культура и спорт, являясь неотъемлемой частью социальной жизни, – результат целостного общественного развития [1]. Социологические исследования обеспечивают возможность исследования социальной сущности данного процесса.

Конкретно-социологическое исследование студентов проведено в марте 2010 года в Учреждении образования «Брестский государственный университет имени А.С. Пушкина» среди студентов I–IV курсов юридического и исторического факультетов.

Выборочная определяемая совокупность составила 330 респондентов. Всего опрошено 35,9% юношей и 64,1% девушек. Большинство опрошенных студентов живут в г.Бресте с родителями (52,6%: девушки – 55,6% и юноши – 47,3%), в общежитии 28,8% (юноши – 32,7% и девушки – 26,5%), снимают квартиру 13,4% (юноши – 14,5% и девушки – 12,8%),

имеют свою квартиру 2,3% (юноши – 1,8% и девушки – 2,6%). Из числа опрошенных замужем 5,1%, остальные не состоят в браке.

Необходимость разработки и реализации исследовательского проекта связана, прежде всего, с особенностями развития нашего общества, его реформированием, новым формирующимся образом жизни людей, повышением значимости личностной физической культуры, рациональным использованием свободного времени, развитием высшей школы и ее основной составляющей – студенческой молодежи.

Объектом исследования является социологическая информация, полученная от студентов вуза о роли и месте физической культуры в их образе жизни, о значимости свободного времени и путях актуализации студентами ценностей социального времени.

Предметом исследования является оценка значимости свободного времени в образе жизни студентов, степень актуализации физической культуры в образе жизни студентов вуза.

Цель исследования – получить социологическую информацию об отношении студентов вуза к рациональному использованию свободного времени в организации здорового стиля жизни студенческой молодежи. Разработать практические рекомендации по совершенствованию занятий по физической культуре и спорту.

С целью исследования связан ряд исследовательских задач, в ходе решения которых предлагается выяснить:

- является ли рациональное использование учебного и внеучебного времени ценностью для студентов;
- какое место физкультурно-спортивная деятельность занимает в образе жизни современных студентов;
- какие вопросы, касающиеся организации и методики занятий физкультурно-спортивной деятельностью, интересуют студентов в первую очередь;
- какая работа по пропаганде физической культуры и спорта проводится в вузе;
- ведут ли студенты вуза здоровый образ жизни;
- каково мнение студентов о возможности и целесообразности улучшения работы по формированию здорового образа жизни и усилению роли и значимости физической культуры в нем, рационального использования свободного времени.

Время наряду с пространством является всеобщей формой существования материи. Различным формам движения соответствуют свои специфические формы времени. Движению общественной материи соответствуют формы социального времени.

Временные затраты студентов на учебные занятия в вузе и самоподготовку в течение суток составляют, согласно конкретно-социологическим исследованиям, 6–7 часов у 42,5% респондентов (юноши – 60,0% и девушки – 32,7%), 8–9 часов у 47,1% (юноши – 32,7% и девушки – 55,1%), 10 часов и более у 8,8% (юноши – 5,5% и девушки – 10,7%).

Из числа опрошенных тратят время на передвижение к месту учебы и обратно домой от получаса до одного часа 82,5% (юноши – 78,1% и девушки – 89,0%), более 1,5 часа – 15,0% респондентов и свыше 2 часов – 2,6%. Это связано с тем, что большинство студентов, участвующих в социологическом исследовании, 52,6% живут дома с родителями, а 28,8% – проживают в общежитиях, расположенных относительно недалеко от университета. Остальные, а именно 13,4%, проживают на квартирах и 2,3% имеют свою квартиру. Важным для студентов является вопрос питания.

На вопрос «Где вы обедаете?» опрошенные студенты отвечали следующим образом: в студенческой столовой – 22,9%, в буфете, баре – 8,5% и по 1% обедают в столовой городского типа, а также берут обед с собой. Вызывают озабоченность ответы 31,4% опрошенных студентов (22,7% юношей и 36,2% девушек), которые не обедают в силу различных причин.

Внеучебное время опрошенных студентов включает в себя время на домашний труд и самообслуживание, которое представляет следующую картину: тратят на хозяйственно-бытовые нужды 0,5 часа 8,5% респондентов (юноши – 16,4% и девушки – 4,1%), от 1,5 до 2,5 часов – 57,8% респондентов (юноши – 57,2% и девушки – 58,2%), от 3,5 до 4 часов – 31,4% респондентов (юноши – 25,3% и девушки – 34,1%) и более 5 часов – 2,3% респондентов (3,6% девушек).

Важным компонентом физиологических потребностей человека является сон. Согласно данным исследования, спят менее 7 часов 28,4% студентов (юноши – 30,0% и девушки – 27,6%), 7–8 часов – 45,8%, 8–9 часов – 18,3%, по 10 часов и более – 4,2% (юноши – 7,3% и девушки – 2,6%). Не смогли определиться 3,3% респондентов.

По данным исследования, около 68% студентов занимаются физической культурой и спортом во внеучебное время. Регулярность занятий физическими упражнениями следующая: от случая к случаю – 25,5% (юноши – 22,7% и девушки – 27,0%), 1–2 раза в неделю – 30,4% (юноши – 21,8% и девушки – 35,2%), 3–4 раза в неделю – 23,5% (юноши – 27,3% и девушки – 21,4%), ежедневно – 15,0% (юноши – 20,9% и девушки – 11,7%), постоянно – 3,6% (юноши – 5,5% и девушки – 2,6%), круглый год – 2,0% (юноши – 1,8% и девушки – 2,0%).

Здоровый образ жизни включает в себя широкий аспект занятий, в том числе такое объемное понятие как физкультурно-спортивную деятельность (ФСД) – деятельность, направленную на физическое, нравственное, духовное совершенствование человека средствами физической культуры и спорта [2]. Причинами, побуждающими студентов заниматься ФСД являются:

- оптимизировать вес, улучшить фигуру – 44,4%;
- повысить физическую подготовленность – 37,9%;
- снять усталость и повысить работоспособность – 21,9%;
- вовремя получить зачет по физическому воспитанию – 19,3%;
- воспитать волю, характер, целеустремленность – 17,0%;
- добиться спортивных результатов – 5,2%.

Оценивают свой двигательный режим, как достаточный для нормальной жизнедеятельности и сохранения здоровья 45,1% опрошенных студентов (юноши – 50,0% и девушки – 42,3%), считают недостаточным – 29,7% (юноши – 19,1% и девушки – 35,7%) оставляют этот вопрос без внимания 23,5% респондентов. Результаты занятий ФСД у опрошенных студентов за последний год представляют следующую картину:

- улучшились показатели физического развития у 38,6% (юноши – 46,4% и девушки – 34,2%);
- реже стали болеть 35,9% (юноши – 35,5% и девушки – 36,2%);
- улучшились показатели физической подготовленности у 28,1% (юноши – 45,5% и девушки – 18,4%);
- повысилась работоспособность, улучшилось самочувствие у 26,5% (юноши – 30,9% и девушки – 24,0%);
- выполнили спортивный разряд 3,6% респондентов-юношей.

Основными причинами, мешающими заниматься ФСД, названы: отсутствие свободного времени – 51,9% (юноши – 54,5% и девушки – 58,2%); нет секции по любимому виду спорта в вузе – 9,2% (юноши – 10,0% и девушки – 8,7%); слабая организаторская работа – 8,2% (юноши – 10,0% и девушки – 7,1%); отсутствие инвентаря и спортивной формы – 7,8% (юноши – 14,5% и девушки – 4,1%); нежелание заниматься физкультурой – 7,2% (юноши – 2,7% и девушки – 9,7%); слабое здоровье у 9,7% девушек-участниц исследования.

Здоровый стиль жизни (ЗСЖ) – сложившиеся и актуализированные личностью формы и способы жизнедеятельности, не противоречащие требованию сохранения и укрепления здоровья человека, его духовных и нравственных кондиций.

Опрошенные студенты оценивают свой стиль (образ) жизни следующим образом: 1 балл – 2,3%, 2 балла – 12,7%, 3 балла – 37,9%, 4 балла – 42,8%, 5 баллов – 4,2% респондентов.

Таким образом студенты многие проблемы развития своего умственного, интеллектуального и физического развития сводят к проблеме нехватки свободного времени.

В целом по университету наблюдается тенденция снижения показателей физической подготовленности студентов. Основными причинами такого спада являются низкие физические данные абитуриентов, поступающих в университет, недостаточная мотивация студентов на физкультурно-спортивную деятельность.

Основные выводы исследования:

- лишь небольшая часть студентов рационально использует свободное время;
- большинство студентов положительно оценивают занятия физкультурно-спортивной деятельностью;
- физическая культура и спорт привлекают студенческую молодежь прежде всего как специфическая сфера деятельности, в которой можно отдохнуть, развлечься, укрепить здоровье, поднять свой престиж;
- примерно у половины студентов не сформирован ЗОЖ, и они имеют неполные и поверхностные представления о нем;
- работа над повышением физкультурной образованности и грамотности студентов даст возможность максимально привлечь их к ведению здорового образа жизни;
- пропаганда ЗОЖ в вузе требует дальнейшего совершенствования. Физкультурное воспитание часто сводится к организации практических занятий.

В статье рассматриваются проблемы роли и места физической культуры в системе современного образования, рационального использования свободного времени студентами. На примере студентов Брестского государственного университета имени А.С. Пушкина приводятся данные социологического исследования об отношении студентов к физической культуре и спорту во внеучебное время.

The problems of the roll of physical training and its place in the system of modern education as well as in the rational usage of free time by students are studied. Sociological data on the attitude of students to physical training and sports in free time are stated with the students of Brest State University taken as an example.

Список литературы

1. Бальсевич, В.А. Физическая активность человека / В.А. Бальсевич, В.А. Запоржанинов // Здоровье. – 1987. – № 4. – 23 с.
2. Вилькин, Я.Р. Организация работы по массовой физической культуре и спорту: учеб. пособие для ин-тов физ. культ. / Я.Р. Вилькин, Т.М. Канавец. – М.: Физкультура и спорт, 1985. – 176 с.

УДК 613+615.825.4+379.83

О. НИКИТИН, Е. КОНОВАЛЮК*

Польша, Седльце, Университет естественных и гуманитарных наук; Польша, Бяла Подляска, Государственная Высшая Школа им. Папы Иоанна Павла II в Бялой Подляске*

ТАЙЦЗИ БАЙЛУН БОЛ – ВОССТАНОВИТЕЛЬНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫЙ СПОРТ И РАЗВЛЕЧЕНИЕ ДЛЯ ВСЕХ

Около двадцати лет назад китайский специалист по физическому воспитанию, профессор Бай Жун (Bai Rong) разработал метод активизации инвалидов-колясочников. Свой