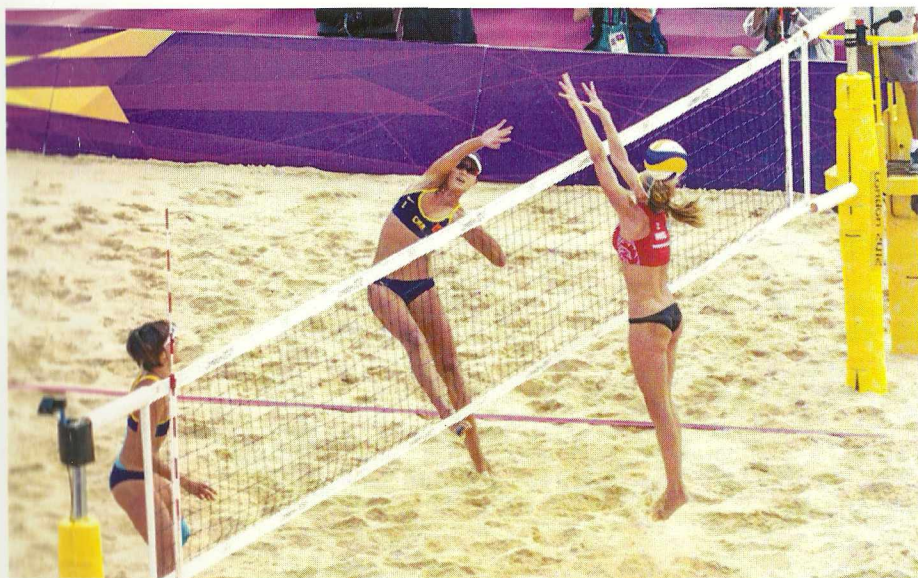


УА «Брэсцкі дзяржаўны ўніверсітэт імя А.С. Пушкіна»  
Факультэт фізічнага выхавання  
Кафедра спартыўных дысцыплін  
Брэсцкі абласны выканаўчы камітэт  
Упраўленне па фізічнай культуры, спорту і турызму  
Брэсцкі гарадскі выканаўчы камітэт  
Аддзел фізічнай культуры, спорту і турызму

## 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  
(пракакол № 8 ад 26 сакавіка 2012 года)

*Рэдакцыйная калегія:*

Ул.П. Люкевіч (старшыня, Брэст), К.І. Белы (Брэст), І.І. Лосева (Мінск),  
П. Мазур (Хэlm), 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 : Альтэрнатыва, 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 канкрэтна-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  
«Альгернатыва»  
2012

в коллективе, на осуществление собственных творческих порывов. Определенный минимум правильно организованного досуга является обязательным условием подготовки детей и молодежи к общественно полезной жизни.

В статье рассматривается сущность свободного времени и значение его правильной организации для полного развития личности ребенка. Обязанность взрослых научить детей планировать свое свободное время.

The article deals with the essence of leisure time and the value of its proper organization for the full development of the child. The duty of adults to teach children to plan their leisure time.

### **Список литературы**

1. Czajkowski K., Pozaszkolna praca opiekuńczo-wychowawcza, Wydawnictwo związkowe CRZZ, Warszawa 1970.
2. Czajkowski K., Wychowanie do rekreacji, Warszawa 1979.
3. Świąkowski M., [w:] Stanisław Czajka, Z problemów czasu wolnego, Warszawa 1979, s. 84.
4. Drost M., Czas wolny, czas stracony, «Życie Szkoły», 2007, nr 4, s. 5.
5. Toczek-Werner S., Czas wolny ucznia – nowe wyzwanie dla działalności edukacyjnej w szkole, «Wychowanie na co dzień», 2007, nr 7, s. 7-8.

УДК. 613,71:6378,172.

**Ю.В. ЧЕКАН, Ю.К. РАХМАТОВ, К.И. БЕЛЫЙ\***

Беларусь, Гродно, УО «Гродненский государственный аграрный университет»; Беларусь, Брест, УО «Брестский государственный университет имени А.С. Пушкина»\*

### **ФУТБОЛ КАК ЭФФЕКТИВНОЕ СРЕДСТВО ВОСПИТАНИЯ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ ЛИЧНОСТИ СТУДЕНЧЕСКОЙ МОЛОДЕЖИ**

Учебная деятельность в условиях вуза является одной из форм социальной принадлежности студенческой молодежи в обществе. В этот период происходит формирование и стабилизация основных личностных качеств, резервов здоровья, а также создаются предпосылки для предстоящей профессиональной пригодности.

Физкультурно-оздоровительная и спортивно-массовая работа в вузе является неотъемлемой частью процесса физического воспитания студентов и проводится на протяжении всего периода обучения. В процессе физкультурно-спортивной деятельности студентов наиболее эффективно совершенствуются личностные качества, необходимые для трудовой и общественной деятельности. В условиях высшего учебного заведения массовые физкультурно-спортивные мероприятия являются методом приобщения студентов к физической культуре, стимулируют интерес к дальнейшим пролонгирующим занятиям физическими упражнениями и спортом. Помимо этого, такие мероприятия создают условия для обязательной игровой деятельности с учетом интересов и подготовленности занимающихся. Благодаря им физкультурный досуг становится личной ценностью студента [1].

В условиях ГГАУ студенты семи факультетов ежегодно соревнуются в 10 видах спорта, включенных в программу круглогодичной спартакиады университета, принимают активное участие во всех официальных соревнованиях, проводимых в городе. Ежегодно в различных формах спортивно-массовых мероприятий принимают участие более 2500 студентов аграрного университета. Традиционно, из всего многообразия проводимых ме-

роприятий, наибольший эмоциональный отклик у большинства студентов вызывают соревнования по футболу (мини-футболу, футзалу).

В Гродненском государственном аграрном университете футбольная команда существует с 1951 года, т. е. практически со времени образования учебного заведения. С самого начала своих выступлений студенческая сборная футболистов ГГАУ зарекомендовала себя, как команда достойная уважения: становилась призером Республиканских спартакиад, неоднократно победителем первенств города и области, многочисленных турниров и отраслевых спартакиад по линии всесоюзного физкультурно-спортивного общества «Урожай».

Футболисты сборной университета стали бронзовыми призерами на последней всесоюзной спартакиаде среди сельскохозяйственных вузов СССР в 1991 году, состоявшейся в г. Днепропетровске. В общем зачете в ней принимало участие более 50 вузов со всех союзных республик.

На современном этапе, уже в суверенной Республике Беларусь, команда ГГАУ, продолжая изначально заложенные традиции, неоднократно являлась победителем и призером в соревнованиях на первенство г. Гродно среди сильнейших команд. Несмотря на то, что в городе существует факультет физической культуры ГрГУ им. Я. Купалы, студенты ГГАУ за все время ни разу не уступали первенстве города по мини-футболу. Сборная команда аграрного университета стабильно является победителем или призером городских и областных турниров по футболу и мини-футболу. Команда ГГАУ на протяжении десятилетий традиционно входила в восьмерку лучших команд вузов Республики Беларусь по футболу и мини-футболу, а с 2005 года по настоящее время является бессменным призером Республиканской универсиады студентов.

В 2006 году на основании успешных выступлений на Республиканской универсиаде команда ГГАУ впервые получила почетное право представлять Республику Беларусь в Кубке европейской ассоциации футбола, состоявшейся в г. Киеве. Оправдав оказанное ей доверие, наша сборная, обыграла всех именитых соперников и стала победителем данного престижного Кубка, заняв достойное первое место.

На состоявшемся в 2007 году в г. Гродно фестивале студенческой молодежи России и Беларуси «Олимпия», в программу которого также был включен и мини-футбол, студенты ГГАУ, одержав ряд побед над лучшими командами России и Беларуси, вновь завоевали почетное первое место.

Успешные выступления сборной футболистов ГГАУ неоднократно освещались в средствах массовой информации Республики Беларусь на различных уровнях и торжественно отмечались ректором университета.

Естественно, что всем победам и успехам команды футболистов, предшествует большая постоянная, планомерная работа. Четкое планирование и организация учебно-тренировочного процесса является неперемным условием успешной деятельности коллектива.

Примечательно, что весь учебно-тренировочный процесс в группе спортивного совершенствования по футболу, в зимний период осуществляется в спортивном зале главного корпуса ГГАУ размером 14х28 кв.м., а в летний – на стадионе университета, который также нуждается в капитальной реконструкции.

Но как бы методически грамотно не был построен и организован учебно-тренировочный процесс, мастерство и опыт игроков и команды в целом, напрямую зависит от количества матчевых встреч на соревнованиях различного уровня. В общем, календарь спортивных соревнований для футболистов выглядит достаточно насыщенным мероприятиями. Только на студенческие Республиканские игры студенты ГГАУ трижды в году выезжают на соревнования по футболу, мини-футболу и футзалу. Ежегодно, в пределах г. Гродно и Гродненской области, проводятся чемпионаты по мини-футболу, плюс различные турниры.

ры по футболу, в которых принимают участие от 8 до 12 сильнейших команд различных организаций города. Итого, в общей сложности, 6–8 соревнований в год.

Одной из особенностей организации групп спортивного совершенствования является то, что комплектованию команды предшествует предварительная кропотливая профориентационная и агитационно-пропагандистская работа среди выпускников средних общеобразовательных школ, учащихся в ДЮСШ г. Гродно и Гродненской области, с целью поступления их в ГГАУ. Помимо самого города Гродно, по области значатся еще 17 административно-территориальных центров и, почти в каждом из них имеются ДЮСШ, в которых культивируются отделения по футболу. В результате, наиболее потенциальными абитуриентами-спортсменами в ГГАУ являются выпускники учреждений образования таких городов, как Гродно, Сморгонь, Слоним, Островец, Ошмяны, Лида, Волковыск и др. В итоге в списочном составе групп спортивного совершенствования по футболу университета ежегодно значатся около 20 студентов дневного и около 30 студентов заочного обучения. При зачислении в эти группы студенты проходят жесткий отбор. Среди зачисленных, как правило, не бывает «случайных» студентов, не прошедших должную школу в ДЮСШ: каждый, вновь поступивший в команду игрок, должен иметь квалификацию не ниже первого разряда по футболу, что создает достаточно конкурентноспособную команду на соревнованиях любого ранга в Гродненском регионе.

Однако, ввиду специфики обучения на заочном отделении, а также некоторых особенностей утвержденного регламента спортивных соревнований, студенты-заочники далеко не всегда могут принимать участие в соревнованиях за свой вуз, проводимых в рамках города. В основном, их привлекают к соревнованиям республиканского масштаба. Студенты стационара, практически собственными силами справляются с поставленными перед ними задачами, защищая честь ГГАУ на первенствах города. Таким образом, сборная команда ГГАУ по футболу на различных соревнованиях выступает двумя составами: исключительно, состоящая из студентов дневного обучения и смешанная сборная.

Наряду с этим, полное самоутверждение любого спортсмена или сборной команды, несмотря на очевидные успехи на местном уровне, практически невозможно без их участия в соревнованиях в рамках Чемпионата республики с перспективой выхода на международную арену. В Республике Беларусь, ввиду большой популярности игры, действуют высшая, первая и вторая лиги по футболу, где борются за высокое звание чемпиона республики. Но, чтобы участвовать в таких соревнованиях, необходимо вложение немалых финансовых средств. Естественно, одному вузу представлять команду на таком уровне под своей вывеской, практически невозможно.

Поэтому, на сегодняшний день, фамилии отдельных студентов ГГАУ, можно встретить в списочных составах широко известных клубных команд по футболу, участвующих в высшей, первой и второй лигах чемпионата республики: «БАТЭ», «Неман», «Белшина», «Нафтан» и др.

Однако, все-таки, наивысшим достижением каждого спортсмена является приглашение его в национальную сборную страны. Ввиду этого, показательным фактом является то, что в настоящее время в национальную сборную команду Республики Беларусь по футболу входят 3 студента ГГАУ, 2 студента входят в состав молодежной (до 21 года) сборной и 2 – в состав сборной юношеской (до 19 лет) команды.

Приведенный краткий ретроспективный анализ развития футбола в ГГАУ – не профильного вуза, несмотря на очевидные успехи, свидетельствует о нераскрытом еще потенциале сборной команды в целом и каждого игрока в отдельности, связанном с перспективой развития этой игры в университете, в городе и в республике. Помимо этого показано, что, проходя обучение в вузе, каждый студент имеет реальную возможность к

самореализации через избранный им вид спорта, который со временем становится для них больше, чем средство заполнения повседневного досуга.

На основе ретроспективного анализа выступлений студентов Гродненского государственного аграрного университета на всевозможных футбольных мероприятиях, проводимых в Республики Беларусь и за ее пределами, приводится представление о роли и сущности игры в футбол как средства заполнения повседневного досуга студенческой молодежи и самоутверждение личности.

Based on a retrospective analysis of performances of students of Grodno State Agrarian University at all possible football activities in the Republic of Belarus and abroad, is a picture of the role and nature of football as a means of filling the daily entertainment of students and self-assertion of personality.

### **Список литературы**

1. Массовая физическая культура в вузе: Учеб. Пособие / И. Г. Бердников, А. В. Маглева-ный, В. Н. Максимова и др.; Под ред. В. А. Маслякова, В. С. Матяжова. – М.: Высш. шк., 1991. – 240 с.: ил.

УДК 796.0

**А.В. ШАРОВ, Е.С. СИДОРУК**

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

### **ОСОБЕННОСТИ ФУНКЦИОНАЛЬНОЙ ПОДГОТОВКИ В СПОРТИВНЫХ ИГРАХ**

**Введение.** В современных спортивных играх можно заметить нехватку научной информации относительно планирования функциональной специфичности работы, которая осуществляется во время тренировок и соревнований. Это произошло по следующим причинам: а) ольшая часть исследования, которое было проведено в этой области, была издана в прошлом веке, и основан на традициях спортивной тренировки, которая была подвергнута критике; б) вторая причина может быть приписана консервативному подходу, который большинство тренеров имеют по отношению к созданию функциональной (физической) подготовки. В этой работе нами проанализирована модель тренировки в гандболе с метаболической точки зрения и сделаны предложения и некоторые направления функциональной тренировки в игровых видах деятельности как практического представления исследований результатов спортивной науки.

Методика современной подготовки должна быть развита на простой основе: специфика тренировки должна соответствовать ситуации соревнований. Конечно, чтобы соблюдать закон специфики необходимо точно знать, какие физиологические требования предъявляет игра в гандбол. К сожалению, в спортивной научной литературе были представлены очень немного работ, в которых был проведен глубокий анализ работы в гандбольных матчах, а отсюда и выведение направлений тренировки. Таким образом, правильный подход к тренировке должен быть основан на знании определенных метаболических и энергетических требований выполняемой работы, и на их развитии при применении определенных тренировочных средств[1–4].

В первой части статьи рассмотрены некоторые физиологические и технические характеристики, объясняющие функциональное обеспечение соревновательной деятель-