

Заключение. На наш взгляд, сложность в разработке понятия «адаптивная физическая социализация», во многом обусловлена теоретико-методологическими пробелами в «Теории и методике физического воспитания» и «Теории и организации адаптивной физической культуры»: не в полном объеме эксплицированы понятия - «физическая социализация», «физическая культура» и «адаптивная физическая культура».

РАБОТА СПОРТКЛУБА ПО ПАТРИОТИЧЕСКОМУ ВОСПИТАНИЮ И ФОРМИРОВАНИЮ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ

*О.В. Головинец, Т.А. Шелешкова
Витебск, ВГУ имени П.М. Машерова*

Развитие физкультуры и спорта – важнейшее направление молодёжной политики в Республике Беларусь. В её реализации принимают активное участие студенты, преподаватели и сотрудники высших учебных заведений. Коллектив ВГУ имени П.М. Машерова успешно решает поставленные перед ним задачи.

Цель исследования – выявление скрытых и неиспользованных резервов в сфере физической культуры и студенческого спорта, определение путей повышения эффективности патриотического воспитания и укрепления здоровья студенческой молодёжи.

Материал и методы. Исследование проведено на базе спортивного клуба ВГУ им. П.М. Машерова и основных учебных подразделений университета (факультетов и кафедр). Изучены отчёты спортклуба за последние три года. Проанализированы результаты тестирования динамики физических качеств у студентов педагогического и исторического факультетов. Проведены беседы и устные опросы членов сборных команд, взяты интервью у участников внутриуниверситетских соревнований и физкультурно-оздоровительных мероприятий.

Методы исследования: опрос, беседа, анкетирование, наблюдение, статистическая обработка данных.

Результаты и их обсуждение. Спортивный клуб является структурным подразделением университета. В его многоплановой и многогранной работе важное место занимают вопросы объединения и координации деятельности факультетов и кафедр по формированию у студентов, преподавателей и сотрудников здорового образа жизни и гражданско-патриотическое воспитание средствами физической культуры и спорта. Приоритетом является также целенаправленная работа по отбору студентов-спортсменов для подготовки и участия в соревнованиях районного, городского, областного и республиканского масштабов, а также в международных соревнованиях.

Деятельность структурного подразделения планируется и осуществляется по трём основным направлениям: физкультурно-оздоровительная работа, спортивно-массовая мероприятия и спорт высших достижений.

Физкультурно-оздоровительная работа направлена на формирование здорового образа жизни. Здесь важно учитывать запросы студенческой молодёжи и осуществлять постоянный поиск инновационных технологий обучения. Спортклуб оказал помощь преподавателям в анкетировании студентов педагогического и исторического факультетов. Были даны методические рекомендации по проведению наиболее популярных видов оздоровительных занятий на всех факультетах университета (аэробика с элементами шейпинга и стретчинга – у девушек, атлетическая гимнастика и бодибилдинг – у юношей). Оздоровлению и повышению жизненного тонуса способствует также проведение во внеурочное время и в период зимних и летних каникул физкультурных праздников и фестивалей. В общежитиях работники спортклуба вместе со спортивными инструкторами проводят систематическую работу по вовлечению студентов в регулярные занятия физкультурой и спортом. Особую значимость приобретают также физкультурно-массовые праздники: «День защитника Отечества», «День здоровья», «День физкультурника», «А ну-ка, девушки!», «А ну-ка, Перваки!» и др.

Спортивно-массовая работа соединяет спортивные достижения и успехи с воспитанием чувства гражданственности и гордости за свой коллектив. В течение многих лет спортивным клубом совместно с кафедрой физической культуры и спорта проводятся круглогодичные спартакиады университета по десяти видам спорта. Проводятся также соревнования между общежи-

тиями. На факультете обучения иностранных граждан сформированы команды по мини-футболу и футболу, волейболу и баскетболу. Команда туркменских студентов университета становилась победителем Республиканских и Международных турниров по волейболу и мини-футболу. Регулярный характер приобрели товарищеские матчи по мини-футболу, футболу и волейболу между командами иностранных и белорусских студентов. Проводятся регулярные матчевые встречи между студентами вузов Витебской области: ВГМУ, ВГАВМ, ВГТУ, ПГУ по мини-футболу и волейболу. Также ведется совместная работа с рядом ДЮСШ гор. Витебска по таким видам спорта, как кикбоксинг, волейбол, футбол, баскетбол, бокс, мини-футбол.

Доброй традицией стала круглогодичная спартакиада среди преподавателей и сотрудников. В 2016-17 учебном году университет успешно выступил в Республиканских соревнованиях «Старт поколени (плавание, волейбол и мини-футбол – 3-и места, настольный теннис – 1 место). Команда университета постоянно участвует в праздниках «Лучёсская лыжня» и «Витебская лыжня», где неизменно становится победителем или призером соревнований. Спортивным клубом разработана интересная программа спортивно-развлекательного университетского праздника «Масленица».

Спорт высших достижений достойно представлен в университете. Здесь спортивные успехи вызывают всплеск патриотизма у молодёжи. Среди нынешних студентов университета – три мастера спорта Международного класса, девять мастеров спорта. 6 студентов являются членами национальных команд Республики Беларусь по различным видам спорта и представляют страну на международных соревнованиях. В этой связи следует отметить успехи спортсменов и их тренеров, которые по праву считаются гордостью университета. Это студенты и недавние выпускники: Кальянц Владислав и Стельмахов Антон (бокс), Скиба Сергей (кикбоксинг), Комешко Алексей (ушу), Шубенок Антон, Горохов Иван и Шавченко Евгений (тяжёлая атлетика), Кокшенцов Илья, Смычков Борис, Сафронова Карина и Сацык Олег (таэквондо), Стурченко Дмитрий и Горонец Глеб (тайландский бокс), Максимова Анна и Липовка Максим (лёгкая атлетика) и ряд других спортсменов.

Конечно, в физкультурно-оздоровительной и спортивно-массовой работе, спорте высших достижений имеются определённые упущения, недостатки и неиспользованные резервы, связанные с целым комплексом факторов объективного и субъективного порядка. Это и трудности в координации практической работы спортклуба, профильных кафедр факультета физической культуры и спорта с другими учебно-воспитательными подразделениями университета, и вопросы финансирования, и материальная база и т.д. Вместе с тем оптимизм вселяют всесторонняя поддержка и помощь руководства университета, энтузиазм самих студентов сделать свою жизнь наполненной и яркой.

Заключение. Спортклуб университета принимает активное участие в реализации государственной молодёжной политики. В этой сложной и важной работе имеются свои достижения, успехи, проблемы, неиспользованные резервы и возможности. Практический опыт свидетельствует о необходимости комплексного и интегрированного подхода в планировании, организации и осуществления всех направлений патриотического воспитания и укрепления здоровья студенческой молодёжи в тесной взаимосвязи, взаимообусловленности и единстве с учебно-воспитательным процессом университета.

ОЦЕНКА РАБОТОСПОСОБНОСТИ СЕРДЦА МЕТОДОМ ФУНКЦИОНАЛЬНОЙ ПРОБЫ

*Ю.М. Кабанов, В.В. Трущенко
Витебск, ВГУ имени П.М. Машерова*

Снижение уровня физической подготовленности студенческой молодежи связано с их низкой двигательной активностью, что может быть обусловлено физиологическими причинами, а именно, индивидуальным уровнем физической работоспособности. Существуют несколько методов оценки функционального состояния человека, среди которых можно отметить пробу PWC170, пробу Шефарда, Гарвардский степ-тест, тест Навакки и др. [1]. Для достижения цели нашего исследования мы использовали информативную и простую в выполнении функ-