

- выявлено значительное увеличение массы миокарда левого желудочка и его стенок у высококвалифицированных тяжелоатлетов по сравнению с группой спортсменов, имеющих 1-3 взрослых спортивные разряды;
- структурные изменения сердца у девушек менее выражены по сравнению с юношами с сопоставимыми антропометрическими данными;
- систематические занятия тяжелой атлетикой способствуют развитию «спортивного сердца».

1. Гудков, А.Б. Морфофункциональные особенности сердца и магистральных сосудов у детей школьного возраста / А.Б. Гудков. – М.: Медицина, 2017. – 50 с.

2. Голощапова, К.В. Морфометрические показатели сердца конькобежцев в зависимости от направленности тренировочного процесса / К.В. Голощапова, О.Н. Малах // Глобальная экономика и образование. – 2022. – Т. 2. – № 2. – С. 79–90. – Режим доступа: <https://rep.vsu.by/handle/123456789/33759>. – Дата доступа: 09.09.2022).

ВИРТУАЛЬНЫЙ МУЗЕЙ СПОРТИВНОЙ СЛАВЫ КАК СРЕДСТВО АГИТАЦИИ В ОБЛАСТИ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА

Кравцов А.П.,

выпускник ВГУ имени П.М. Машерова, г. Витебск, Республика Беларусь

Научный руководитель – Минина Н.В., канд. пед. наук, доцент

Ключевые слова. Спорт, музей, спортивная слава, студенты.

Keywords. Sports, museum, sports glory, students.

Формированию патриотического поведения, гордости за символы страны, прославлению Республики Беларусь способствуют победы и успешные выступления наших спортсменов на международных соревнованиях. Соревновательная деятельность сочетается с мотивационной сферой спортсменов и интеллектуально-эмоциональным компонентом патриотизма, что способствует проявлению важных моральных качеств [1].

Цель исследования – раскрыть спортивные достижения выдающихся спортсменов ФФКиС путем использования музея спортивной славы.

Материал и методы. Анализу были подвергнуты данные о выступлениях спортсменов Республики Беларусь, Витебщины и выпускниках ФФКиС [2]. В работе использовались следующие методы исследования: теоретический анализ и обобщение литературных источников, педагогическое наблюдение, опрос, педагогический эксперимент, математической статистики.

Результаты и их обсуждение. На первом занятии по дисциплине «История физической культуры и спорта». мы провели опрос студентов первого курса ДФПО по проверке знаний об известных белорусских чемпионах и призерах Олимпийских игр.

Из числа опрошенных только 10% назвали Игоря Каныгина, Вячеслава Яновского, Виктора Зуева, Дарью Домрачеву, Андрея Арямова, Александра Медведя. Отличились студенты, которые занимаются этими видами спорта или являются участниками предметной олимпиады по физической культуре. Никто из опрошенных не знал, что на нашем факультете учились призеры и чемпионы Олимпийских игр И. Каныгин, В. Яновский, В. Зуев. Познания о достижениях спортсменов нашей страны, факультета имеют лишь 10% опрошенных, 80% интересуются в основном своим видом спорта.

На наш взгляд на ФФКиС в недостаточной мере уделяется внимание наглядной агитации (информации). Отсутствует Доска почета выпускников-спортсменов добившихся высоких результатов на международных аренах. Музей физической культуры и спорта давно не пополнялся новой информацией, а в связи с ремонтом холла и вовсе временно ликвидирован. Таким образом, студенты-первокурсники были полностью лишены как наглядной, так и виртуальной информации.

С целью повышения знаний о выдающихся спортсменах Республики Беларусь и выпускниках ФФКиС нами были составлены таблицы о достижениях белорусских спортсменов в составе сборной СССР и спортсменов Республики Беларусь на летних и зимних

Олимпийских играх. Так же был собран материал о победителях и призерах Олимпийских игр выпускниках ФФКиС, который лег в основу виртуального музея.

Результаты исследования показали, что после включения в учебный процесс наглядных материалов 69% студентов показали хорошие знания.

Заключение. Наглядные средства и музей спортивной славы могут быть использованы для патриотического воспитания молодежи и пропаганды занятий спортом, подготовки широкообразованных специалистов.

1. Минина, Н.В. Цивилизация и Олимпизм: курс лекций / Н.В. Минина, Е.М. Нахаева. – 2-е изд., доп. и перераб. – Витебск: ВГУ имени П.М. Машерова, 2022. – С. 32–33. – Режим доступа: <https://rep.vsu.by/handle/123456789/33533>. – Дата доступа: 07.09.2022.

2. Минина, Н.В. История физической культуры и спорта: Отечественная история физической культуры и спорта: исторические факты, события, личности: курс лекций / Н.В. Минина, Е.М. Нахаева. – Витебск: ВГУ имени П.М. Машерова, 2022. – С. 58–61. – Режим доступа: <https://rep.vsu.by/handle/123456789/32283>. – Дата доступа: 08.09.2022.

ЭКСТРЕМАЛЬНЫЙ СПОРТ В ФИЗИЧЕСКОМ ВОСПИТАНИИ ПОДРОСТКОВ И МОЛОДЕЖИ

Подлужный Н.С., Максимов Н.В.,

студенты 1 курса ВГУ имени П.М. Машерова, г. Витебск, Республика Беларусь

Научный руководитель – Минина Н.В., канд. пед. наук, доцент

Ключевые слова. Подростки, молодежь, экстремальный спорт.

Keywords. Teenagers, youth, extreme sports.

Экстремальный спорт – спорт, как правило, связанный с опасностью для жизни. Направлений экстремального спорта с каждым годом становится всё больше, так как быстро растёт количество его поклонников. Существующие экстремальные виды спорта также не стоят на месте и постоянно совершенствуются.

Как отмечают специалисты желание заняться экстремальным спортом, как правило, возникает по причине недостатка адреналина в повседневной жизни. Однако для того, чтобы получить желаемую дозу адреналина, не слишком сильно рискуя здоровьем, необходимо соблюдать определенные правила техники безопасности, вне зависимости от того, какой из видов экстремального спорта выбран. Необходимо: использовать полный комплект снаряжения, необходимый для выбранного вида экстремального спорта; спортсмен должен быть в хорошей спортивной форме [1].

Цель исследования – выявить популярные среди молодежи экстремальные виды спорта.

Материал и методы. Изучались литературные источники, раскрывающие причины занятий экстремальным спортом и сами виды спорта. Среди студентов 1–3 курсов ФФКиС был проведен опрос, полученные результаты обработаны методами математической статистики. В опросе приняло участие 76 человек.

Результаты и их обсуждение. В современном мире существует несколько групп экстремальных виды спорта: водные, воздушные, особо опасные и др. [2].

Кайтинг – вид спорта, основой которого является движение под действием силы тяги, развиваемой удерживаемым и управляемым спортсменом воздушным змеем (кайтом). Вейкбординг сочетает в себе элементы воднолыжного слалом, акробатику и прыжки. Виндсёрфинг – вид парусного спорта и водного развлечения, в основе которого лежит мастерство управления на водной поверхности лёгкой доской небольшого размера с установленным на ней парусом.

Скайдайвинг объединил парашютистов, которые не находят достаточно экстрима в обычных прыжках. Скайдайверы не только после прыжка из самолёта надолго остаются в свободном полёте, но и выполняют в этот промежуток времени разнообразные акробатические упражнения. Одним из главных показателей мастерства спортсмена является его умение раскрыть купол на минимальном расстоянии от земли.