После физической нагрузки у всех курящих испытуемых значение ВИК стало положительным. Данные значения были выявлены у представителей таких видов спорта как легкая атлетика, пулевая стрельба, волейбол, баскетбол, тхэквондо, футбол и лыжные гонки.

Заключение. Курение оказывает значительное влияет на вегетативную нервную систему студентов-спортсменов, тем самым увеличивая риски развития невроза сердца или вегетативной дисфункции.

1. Тишутин, Н.А. Способ оценки функционального состояния организма по данным динамики восстановления вегетативного баланса после физической нагрузки / Н. А. Тишутин // Смоленский медицинский альманах. – 2020. – № 1. – С. 276–280. URL: https://rep.vsu.by/handle/123456789/36391 (дата обращения: 22.08.2023).

2. Вагин, Ю.Е. Вегетативный индекс Кердо: роль исходных параметров, области и ограничения применения / Ю.Е. Вагин // Физиология человека. – 2021. – Том 47. – №1. – С. 31–42.

3. Марков, К.К. Особенности вегетативной реактивности успортсменов с разной направленностью тренировочного процесса / К.К. Марков // Научный журнал «Фундаментальные исследования». – 2015. – №2. – С. 1–2.

ИНТЕРАКТИВНАЯ КАРТА КАК СПОСОБ ПРИВЛЕЧЕНИЯ НАСЕЛЕНИЯ К ЗАНЯТИЯМ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРОЙ И СПОРТОМ

Кузьмичева Н.А.,
выпускница магистратуры ВГУ имени П.М. Машерова, г. Витебск, Республика Беларусь
Научный руководитель – Малах О.Н., канд. биол. наук, доцент

Ключевые слова. Интерактивная карта, население, занятия физической культурой, спорт, физическая активность.

Keywords. Interactive map, population, physical education, physical activity, sport, physical activity.

В настоящее время проблема недостаточной физической активности населения стала одной из наиболее актуальных. Сидячий образ жизни, неправильное питание и отсутствие регулярных физических нагрузок приводят к возникновению различных заболеваний и ухудшению общего состояния здоровья людей [1]. В связи с этим, вопросы привлечения населения к занятиям физической культурой и спортом становятся все более актуальными и требуют серьезного изучения. Целью работы было изучить возможность использования интерактивной карты «Спортивные площадки города Дубровно» для привлечения населения к самостоятельным занятиям физической культурой и спортом.

Материал и методы. Для изучения возможности привлечения населения города Дубровно Витебской области к самостоятельной физкультурно-спортивной деятельности была разработана интерактивная карта «Спортивные площадки города Дубровно» в приложении Google карты и было проведено анкетирование жителей города. Всего в анкетировании приняли участие 60 человек различного возраста и пола.

Результаты и их обсуждение. На интерактивной карте зеленым маркером отмечены спортивные площадки города, где жители могут самостоятельно заниматься физической культурой и спортом (рисунок 1). Данную карту открыть и посмотреть можно при помощи QR-кода (рисунок 2) или по ссылке:

https://www.google.com/maps/d/edit?mid=1_lVWW11YANvH_KIcuL3pYOJxpPAf8b4&ll=54.575879428156924%2C30.68722004999998&z=15.

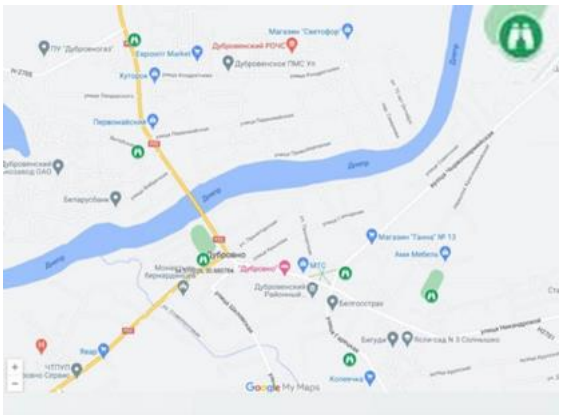

Рисунок 1 – Скриншот интерактивной карты «Спортивные площадки города Дубровно»

Рисунок 2 – QR-код интерактивной карты

Нажав на любой из зеленых маркеров, доступна следующая информация: месторасположение спортивной площадки, перечень и фото тренажеров, расположенных на ней.

Результаты анкетирования показали, что интерактивной картой воспользовались 86% респондентов, проживающих в городе Дубровно, из них 48% лица женского пола и 38% мужского, что на 14% больше, чем тех, кто не использовал разработанную карту. Так же были отмечены основные критерии в использовании QR-кода карты:

1) удобство использования (46%) – способность быть понимаемым, изучаемым, используемым и привлекательным для пользователя в заданных условиях;

2) информативность (32%) – насыщенность содержанием, плотность информации, количество сведений и знаний, передаваемых в единицу времени. Объем и качество данных, предоставляемых QR-кодом;

3) индивидуализация (22%) – это процесс самоопределения и обособления, выделенность из сообщества, оформление ее отдельности, уникальности и неповторимости.

Заключение. Интерактивная карта «Спортивные площадки города Дубровно» может быть использована в качестве способа привлечения городского населения к самостоятельным занятиям физической культурой и спортом. Респондентами было отмечено удобство ее использования и информативность материалов, представленных в данной карте.

1. Малах, О. Н. Оценка сформированности навыков ведения здорового образа жизни различными группами населения / О. Н. Малах, Н. А. Кузьмичева // Инновационные формы и практический опыт физического воспитания детей и учащейся молодежи : сборник научных статей [по материалам научно-практической конференции, Витебск, 29 ноября 2023 г.]. – Витебск : ВГУ имени П. М. Машерова, 2023. – С. 352-355. – URL: https://rep.vsu.by/handle/123456789/40861 (дата обращения: 28.08.2024).

ИНФОРМАЦИОННАЯ БАЗА УМНЫХ СПОРТИВНЫХ ПЛОЩАДОК

Кузьмичева Н.А.,
выпускница магистратуры ВГУ имени П.М. Машерова, г. Витебск, Республика Беларусь
Научный руководитель – Малах О.Н., канд. биол. наук, доцент

Ключевые слова. Умные спортивные площадки, спортивные тренажеры, население, занятия физической культурой, QR-код.

Keywords. Smart sports grounds, sports simulators, population, physical education, QR-code.

Занятия физической культурой и спортом имеют огромное значение для здоровья и благополучия человека. Недостаток физической активности часто приводит к различным заболеваниям и проблемам со здоровьем. В связи с этим, создание умных спортивных площадок, оборудованных специальными технологиями, которые могут стимулировать и мотивировать людей заниматься спортом, является актуальной и важной темой [1, 2].