

Цель нашего исследования – выявить причину отсутствия желания к занятиям физической культурой.

Для выявления причин, по которым у студентов отсутствует желание заниматься физической культурой, был проведен социологический опрос. В анкетировании приняло участие 50 студентов УО «ГГУ имени Ф. Скорины» различных факультетов и разных курсов. Заполнение анкеты происходило онлайн на сайте.

Статистика ответов на анкету «Опрос студентов УО «ГГУ имени Ф. Скорины» о занятиях физической культурой» смотрите на рисунке 1.

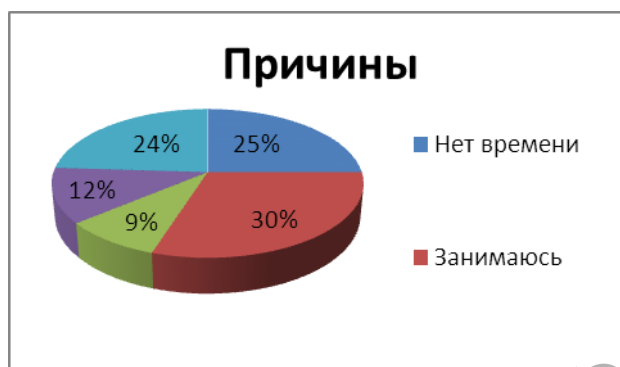


Рисунок 1 – Мотивационно-психологические причины двигательной активности, в %

По диаграмме мы видим, что только 30% студентов занимаются физической деятельностью в вузе. Остальные 70% указали разнообразные причины, такие как отсутствие времени, лень, материальные затраты, состояние здоровья.

Таким образом, мы видим, что студенты УО «ГГУ имени Ф. Скорины» имеют возможность в различных формах заниматься двигательной деятельностью на базе нашего университета. Проанализировав результаты социологического опроса можно утверждать, что большая половина занимается физической культурой. Остальные же называют ряд причин, по которым не могут, или же просто не хотят активно заниматься физической культурой.

Г. Г. Залеская

Науч. рук. А. Е. Бондаренко,

канд. пед. наук, доцент

ОСНОВНЫЕ ЗАДАЧИ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ В СПЕЦИАЛЬНОМ ОТДЕЛЕНИИ ВУЗА

Студенты, имеющие стойкие отклонения в здоровье, нуждаются в специфических формах работы с ними, в плане формирования культуры здоровья, ибо лишены даже минимальной физической нагрузки, будучи освобожденными от учебных занятий физической культурой по медицинским показаниям. Состояние здоровья таких студентов находится в прямой зависимости от возможности занятий физическими упражнениями.

В целях решения данной проблемы в вузах для студентов организуются медицинские группы в специальном отделении.

Основными задачами физического воспитания студентов в таких группах являются:

– укрепление здоровья, уменьшение или ликвидация последствий перенесенных заболеваний;

– устранение функциональных отклонений и недостатков в физическом развитии;

– содействие правильному физическому развитию и закаливанию организма;

- повышение физической активности органов и систем, ослабленных болезнью;
- освоение основных двигательных умений и навыков;
- обучение рациональному дыханию;
- совершенствование координации движений, равновесия;
- обучение рациональному зрительному режиму;
- формирование правильной осанки, и ее коррекция.

Помимо непосредственно практических занятий, со студентами медицинской группы в обязательном порядке должны проводиться беседы и лекции о необходимости соблюдения режима и других составляющих здорового образа жизни, должны даваться рекомендации по осуществлению самоконтроля здоровья и функциональных возможностей тела человека.

Литература

- 1 Бочаров, М. И. Лечебная физическая культура. Практикум / М. И. Бочаров, М. Л. Берговина, М. В. Коншина. – Ухта: УГТУ, 2015. – 190 с.
- 2 Минёнок, Е.В. Лечебная физическая культура / Е.В. Минёнок. – Новополюцк: ПГУ, 2011. – 300 с.

Е. А. Мочалова
Науч. рук. Т. А. Ворочай,
преподаватель

ФАКТОРЫ РИСКА ЗАБОЛЕВАНИЯ АНОРЕКСИЕЙ СТУДЕНТОК

В конце XX – начала XXI века отмечался рост в области информационно-коммуникационных технологий, что способствовало повышению уровня информированности общества. Особое внимание заслуживает класс психогенно обусловленных поведенческих синдромов, связанных с нарушениями в приёме пищи. Особенно подвержены таким крайностям девушки и молодые женщины в возрасте от 13 до 25 лет. Для его достижения девушки сознательно отказываются от пищи, доводят до крайнего истощения свой организм изнуряющими диетами и голодовками [2, с. 84]. Это приводит к возникновению анорексии.

Анорексия – это полный или частичный отказ от приема пищи. Она вызывает значительное ухудшение состояния здоровья, оказывает негативное влияние на все системы и органы (наблюдаются нарушения в функционировании сердечно-сосудистой, пищеварительной и эндокринной системы), что может привести к серьезным проблемам со здоровьем и даже к летальному исходу [1].

Данные факты объективно актуализируют необходимость проведения социологического исследования на предмет изучения отношения девушек-студенток к своему здоровью.

Необходимо отметить, что полученные результаты социологического исследования, опровергают общепринятое убеждение о распространённости анорексии в молодёжной среде и позволяют сделать благоприятный прогноз на будущее. Большая часть опрошенных студенток довольна своей фигурой и не хотят худеть. Девушки предпочитают красоте здоровье. Они мечтают похудеть «чтобы лучше себя чувствовать». Действенным способом достижения идеальной фигуры для них является правильное питание и активные занятия спортом, а не соблюдение жесткой диеты.

Наличие мотивации к ведению здорового образа жизни, обладание адекватной самооценкой, а также владение грамотным подходом к вопросам полноценного и сбалансиро-