

МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

АДМИНИСТРАЦИЯ СМОЛЕНСКОЙ ОБЛАСТИ

АДМИНИСТРАЦИЯ Г. СМОЛЕНСКА

ГОМЕЛЬСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ ИМЕНИ

ФРАНЦИСКА СКОРИНЫ, г. Гомель, Республика Беларусь

**ФИЛИАЛ ФЕДЕРАЛЬНОГО ГОСУДАРСТВЕННОГО БЮДЖЕТНОГО
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО УЧРЕЖДЕНИЯ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
«НАЦИОНАЛЬНЫЙ ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ «МЭИ» в
г. Смоленске**

**АКТУАЛЬНЫЕ ПРОБЛЕМЫ ФОРМИРОВАНИЯ
ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ
СТУДЕНЧЕСКОЙ МОЛОДЕЖИ**

ТЕЗИСЫ

**VIII МЕЖДУНАРОДНОЙ МЕЖВУЗОВСКОЙ
НАУЧНО-ПРАКТИЧЕСКОЙ КОНФЕРЕНЦИИ СТУДЕНТОВ**

7 апреля 2016 г.

Смоленск 2016 г.

УДК 3.78.172
ББК 74.560 p
А43
ISSN 978-5-91412-309-0

Рекомендовано к печати оргкомитетом научно-практической конференции

Сборник подготовлен на кафедре «Физвоспитание» филиала ФГБОУ ВО «НИУ «МЭИ» в г. Смоленске

Актуальные проблемы формирования здорового образа жизни студенческой молодежи:
Тезисы VIII международной межвузовской научно-практической конференции студентов
А 43 [Текст] / под ред. к.п.н. Т.М. Соколовой. – Смоленск: РИО филиала ФГБОУ ВО «НИУ «МЭИ» в г. Смоленске, 2016. – 238 с.

В сборнике представлены краткие результаты теоретических и практических исследований по актуальным аспектам здорового образа жизни молодежи, выполненные студентами Смоленского филиала Московского энергетического института, Гомельского Государственного университета имени Ф. Скорины, Лицея им. Кирилла и Мефодия г. Смоленска, Эстетической гимназии №4 г. Смоленска, г. Санкт-Петербурга, г. Москвы, г. Луганска (Украина), г. Набережные Челны. Материалы сборника подготовлены студентами – участниками VIII международной межвузовской научно-практической конференции по актуальным проблемам физической культуры в формировании здорового образа жизни среди студенческой молодежи.

ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ И ПРОГРАММНЫЙ КОМИТЕТ КОНФЕРЕНЦИИ

Сопредседатели:

- Заенчковский Э.М. – начальник Главного управления спорта Смоленской области;
- Лысаков А.М. – председатель комитета по физической культуре и спорту Администрации г. Смоленска;
- Федулов А.С. – директор филиала ФГБОУ ВО «НИУ «МЭИ» в г. Смоленске, д.т.н., профессор.
- Врублевский Е.П. – профессор кафедры наук о здоровье Зеленогурского университета (Польша), профессор кафедры теории и методики физической культуры УО «ГГУ им. Ф. Скорины», Республика Беларусь, г. Гомель, д.п.н., профессор.

Члены организационного комитета:

- Бабкин Э.В., заместитель начальника Управления спорта и туризма Гомельского облисполкома;
- Севдалев С.В. – заведующий кафедрой теории и методики физической культуры УО «ГГУ им. Ф. Скорины», Республика Беларусь, г. Гомель к.п.н., доцент;
- Осипенко Е.В. – зам. декана по научной работе факультета физической культуры УО «ГГУ им. Ф. Скорины», к.п.н., Республика Беларусь, г. Гомель;
- Никитюк Ю.В., проректор по воспитательной работе «Гомельского государственного университета имени Франциска Скорины», профессор;
- Рожков В.В. – зам. директора филиала ФГБОУ ВО «НИУ «МЭИ» в г. Смоленске по учебной работе, к.т.н., доцент;
- Дли М.И. – зам. директора филиала ФГБОУ ВО «НИУ «МЭИ» в г. Смоленске по научной работе, д.т.н., профессор;
- Лёшин О.Г. – зав. кафедрой «Физвоспитание» филиала ФГБОУ ВО «НИУ «МЭИ» в г. Смоленске, к.т.н., доцент;
- Куликова М.Г. – доцент кафедры «Технологические машины и оборудование» филиала ФГБОУ ВО «НИУ «МЭИ» в г. Смоленске, к.т.н., доцент;

Ученый секретарь конференции:

Соколова Т.М. – доцент кафедры «Физвоспитание» филиала ФГБОУ ВО «НИУ «МЭИ» в г. Смоленске, к.п.н., доцент

ББК 74.560 p
ISSN 978-5-91412-309-0

физическую нагрузку лишь на занятиях по физической культуре. Подобный эксперимент на квалифицированных спортсменах может дать другой результат, так как на показатели бега будут влиять их физические качества.

ИНОСТРАННЫЙ ЯЗЫК КАК НЕОТЪЕМЛЕМЫЙ КОМПОНЕНТ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ПОДГОТОВКИ СПЕЦИАЛИСТА СФЕРЫ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА

*О.В. Отравенко; рук. Е.В. Отравенко, к.п.н., доц.
(Государственное учреждение «Луганский национальный университет
имени Тараса Шевченко», г. Старобельск, Украина)*

Актуальность проблемы. На современном этапе развития общества в системе образования происходит модернизация учебно-воспитательного процесса с направленностью на личностно-ориентированное обучение. Наряду с проблемами здоровья молодого поколения все больше внимания уделяется профессиональной подготовке специалистов сферы физической культуры и спорта. В последние годы значительно увеличился поток научной информации, что вызывает необходимость переработки ее в сжатые сроки, расширяется применение разнообразных средств обучения. Все это влечет за собой интенсификацию учебного процесса в ВУЗах, что предъявляет повышенные требования к профессиональной подготовке будущих специалистов, особенно сферы физической культуры и спорта [1,2,3,4].

Цель исследования – проанализировать передовой опыт профессиональной подготовки специалистов в сфере физической культуры и спорта, состояние и перспективы изучения иностранных языков студентами специальности «физическое воспитание».

Организация эксперимента и методы исследования. Работа выполнена в соответствии с комплексной научной темой кафедры теории и методики физического воспитания.

Методы исследования – анализ и обобщение научно-методической литературы, анкетирование студентов института физического воспитания и спорта.

Результаты исследования и их обсуждения. Теоретико-методологическое обоснование профессиональной подготовки будущего учителя физической культуры, прежде всего, опирается на принципы личностного, деятельностного, систематического, индивидуального и дифференцированного подходов, идеи оптимизации и интенсификации учебного процесса на основании использования современных теорий обучения, воспитания и развития личности человека, создание оптимальных условий для профессионального роста, самоопределения, самореализации. Профессио-

нальная подготовка специалиста сферы физической культуры и спорта подразумевает выполнение таких функций, как социально-гуманитарная, психолого-педагогическая, специальная и практическая, причем последняя осуществляется в форме учебной и педагогической практики.

Совершенствованию системы образования и развитию личности в процессе обучения в сфере физической культуры и спорта много внимания уделяли такие ученые, как: Арефьева Л.П. [1]., Отравенко Е.В. [2]., Савко Є.Й.[3]., Шумакова Н.Ю. [4] и др.

Такая постановка вопроса дает основание утверждать, что достижение высоких показателей в системе подготовки гармонически развитых специалистов невозможно без научного подхода к организации физического воспитания в ВУЗе. В основе такого подхода должны быть идеи гуманизма, этики и педагогики, опора на внутреннюю, естественную жажду человека к самосовершенствованию, возможность выбора и самостоятельного решения вопросов, связанных с физическим самосовершенствованием [1].

Для достижения этого необходимо изменить направленность физического воспитания студентов, которое сейчас ориентировано на обеспечение физического развития и физической подготовки, на становление системы специальных знаний, которые дают возможность сознательно организовывать свою жизнедеятельность.

В этом контексте существует необходимость коренных изменений системы физического воспитания в ВУЗе на основании осознания сути, целей, задач, содержания педагогического процесса, деятельности преподавателей физического воспитания. Это вызвано пониманием того, что физическое воспитание не должно сводиться только к компенсации недостаточной двигательной активности, которая приводит к лишению индивидуальности учебно-воспитательного процесса и авторитарности, усреднению требований относительно физического развития и физической подготовленности студентов. В основе такой системы должны быть идеи развития, личностного подхода, оптимизации и интенсификации учебно-воспитательного процесса, где наивысшей ценностью является студент с его индивидуальными особенностями. При этом система физического воспитания должна создавать максимально благоприятные условия для развития не только физических способностей, но и духовных, моральных качеств студентов [2,3].

Объективное содержание образования определяется социальным заказом, теми задачами, которые оно ставит перед образованием, субъективное значение содержания образования выражается в индивидуально-личностном смысле.

Известно, что педагогический процесс включает в себя следующие технологические компоненты: общение, оценку, требования, информационное воздействие. С точки зрения реализации педагогического воздействия необходимо учитывать природные способности студентов,

уровень их индивидуального развития и в зависимости от этой обобщенной характеристики доступно трансформировать им человеческую культуру. Культурологический смысл содержания образования может быть реализован двумя способами: через достижение взаимосвязи культурологического смысла с социальным и индивидуально-личностным и через системную организацию содержания образования [4].

Отметим, что в институте физического воспитания и спорта на специальностях «физическое воспитание», «здоровье человека», «олимпийский и профессиональный спорт», «физическая реабилитация», «фитнес и рекреация», к сожалению, иностранным языкам отводится очень мало аудиторных занятий, а самостоятельно студенты изучить иностранный язык не могут. Анализ анкетирования студентов показал, что только 32,8 % студентов готовы к качественному изучению иностранных языков.

Наблюдения за социальной адаптацией молодых специалистов в трудовом коллективе показали, что более высокий уровень физкультурно-спортивной квалификации выпускников со знанием иностранных языков содействует лучшей подготовке и более эффективному использованию потенциальных возможностей в производственной деятельности молодых специалистов.

Изучая данную проблему, особое внимание работодатели обращают на высокий уровень культуры специалистов и знание иностранных языков.

Выводы. Анализ теоретического исследования и практического опыта показал, что необходимость профессиональной подготовки будущих специалистов по физической культуре и спорту, готовых к качественному изучению иностранных языков, определена приоритетными направлениями в работе, к которым принадлежат:

1) формирование гармонически развитой, физкультурно-образованной личности, что предусматривает включение студента в учебную, научную, физкультурно-оздоровительную и спортивную деятельность через самостоятельный выбор системы знаний, развитие педагогического такта;

2) переход преподавателя и студента к технологии педагогического сотрудничества, когда система занятий направлена на личностно-ориентированное обучение и воспитание, внедрение современных информационных и инновационных технологий, разнообразных средств оздоровительной физической культуры для укрепления здоровья и повышения работоспособности;

3) ежедневная творческая работа по формированию личностной физической культуры студентов как части их общей культуры, качественное овладение иностранными языками, активное участие в студенческих научно-практических конференциях, олимпиадах, мастер-классах. Непрерывная система образования создает для этого все предпосылки.

Литература

1. Ареш'єва Л. П. Формування фізичної культури особистості студента в умовах вищого педагогічного навчального закладу / Науковий часопис національного педагогічного університету імені М.П.Драгоманова. Серія 15 «Науково-педагогічні проблеми фізичної культури»// Фізична культура і спорт, випуск 3К 1 (56). – Київ: Вид-во НПУ імені М.П. Драгоманова, 2015. – С.32-35.
2. Отравенко Е.В. Инновационная учебная деятельность учителя физической культуры / Олимпийская идея сегодня: Материалы третьей международной научно-практической конференции: Южный федеральный университет. – Ростов-на-Дону: Издательство Южного федерального университета, 2013. – С. 147-154.
3. Савко Э.И. Воспитание физической культуры личности и здоровья в системе непрерывного образования // Вісник Луганського національного університету імені Тараса Шевченка, № 2 (251), квітень, 2013. – С. 62-68.
4. Шумакова Н.Ю. Артпедагогика: гуманизация образования в области физической культуры: монография / Н.Ю. Шумакова. – М.: Илекса, 2010. – 308 с.

ОСОБЕННОСТИ ОТНОШЕНИЯ К ГИГИЕНЕ ЗРЕНИЯ СТУДЕНТОВ ТЕХНИЧЕСКОГО ВУЗА

*А.В. Погоняева, рук. Т.М. Соколова, к.п.н., доц.
(Филиал ФГБОУ ВО «НИУ «МЭИ» в г. Смоленске, Смоленск, Россия)*

Неблагоприятные факторы, а также научно-технический прогресс значительно влияют на органы зрения. В настоящее время отмечается тенденция к формированию дефектов зрения у студентов.

Значительная часть студентов страдает близорукостью. По мере перехода на старшие курсы отмечается тенденция к ее прогрессированию. Это вызвано большой зрительной нагрузкой, недостаточной двигательной активностью, нарушением гигиенических условий труда и быта.

В образовательном процессе ВУЗа задача профилактики нарушений зрения не решается, несмотря на ее большую социальную значимость.

Цель – выявить особенности отношения студентов НИУ МЭИ в г. Смоленске к профилактике и проблеме охраны зрения.

Объект исследования: проблемы гигиены и охраны зрения в студенческой среде

Предмет исследования: отношение к профилактике и проблеме охраны зрения студентов НИУ МЭИ в г. Смоленске.

Гипотеза исследования. Можно предположить, что у многих студентов НИУ МЭИ в г. Смоленске имеются нарушения зрения в связи с характерной работой, например, с компьютером, книгами и пр.

Методы исследования:

1. Изучение научно-методической литературы
2. Констатирующий эксперимент (анкетирование студентов НИУ МЭИ в г. Смоленске, исследование остроты зрения студентов НИУ МЭИ в г. Смоленске)

<i>Лемешева А.В.</i> ; рук. Окунев Б.В. ИСПОЛЬЗОВАНИЕ СОВРЕМЕННЫХ ИНФОРМАЦИОННЫХ ТЕХНОЛОГИЙ ДЛЯ МОТИВАЦИИ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ СРЕДИ СТУДЕНЧЕСКОЙ МОЛОДЕЖИ	140
<i>Мальшикина В.А.</i> ; рук. Крупкина В.В. ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКАЯ РАБОТА «СКОЛЬКО ВЕСИТ ПОРТФЕЛЬ ПЯТИКЛАССНИКА»	142
<i>Моисеенкова К.А.</i> ; рук. Лёшин О.Г. ВЛИЯНИЕ ДЛИНЫ СТОПЫ НА ФИЗИЧЕСКИЕ КАЧЕСТВА СТУДЕНТОВ	145
<i>Отравенко О.В.</i> ; рук. Отравенко Е.В. ИНОСТРАННЫЙ ЯЗЫК КАК НЕОТЪЕМЛЕМЫЙ КОМПОНЕНТ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ПОДГОТОВКИ СПЕЦИАЛИСТА СФЕРЫ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА	149
<i>Погоняева А.В.</i> ; рук. Соколова Т.М. ОСОБЕННОСТИ ОТНОШЕНИЯ К ГИГИЕНЕ ЗРЕНИЯ СТУДЕНТОВ ТЕХНИЧЕСКОГО ВУЗА	152
<i>Романенков Р.С.</i> ; рук. Пучков А.Ю. МЕТОД МНОГОКРИТЕРИАЛЬНОГО ВЫБОРА АЛЬТЕРНАТИВ НА ОСНОВЕ НЕЧЕТКОГО ОТНОШЕНИЯ ПРЕДПОЧТЕНИЯ ДЛЯ СОСТАВЛЕНИЯ ИНДИВИДУАЛЬНОЙ ТРЕНИРОВКИ	155
<i>Сёмочкин А.О.</i> ; рук. Лёшин О.Г. ВЛИЯНИЕ РОСТО-ВЕСОВОГО ПОКАЗАТЕЛЯ СТУДЕНТОВ СФ МЭИ НА ИХ УРОВЕНЬ РАБОТОСПОСОБНОСТИ И САМООЦЕНКУ	158
<i>Сидоренко А.А.</i> ; рук. Бекасова С.Н. ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКОЕ СОПРОВОЖДЕНИЕ ЛИЧНОСТНОГО РАЗВИТИЯ ЮНЫХ ГИМНАСТОВ НА ЭТАПЕ НАЧАЛЬНОЙ СПОРТИВНОЙ ПОДГОТОВКИ	161
<i>Скидан А.А.</i> ; рук. Врублевский Е.П. ОЗДОРОВИТЕЛЬНАЯ ШЕЙПИНГ-ТЕХНОЛОГИЯ ДЛЯ СТУДЕНТОК, ИМЕЮЩИХ ИЗБЫТОЧНЫЙ ВЕС	164
<i>Сливкина Е.В.</i> ; рук. Соколова Т.М. ИЗУЧЕНИЕ МОТИВАЦИИ К ЗАНЯТИЯМ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРОЙ У СТУДЕНТОВ СПЕЦИАЛЬНОЙ МЕДИЦИНСКОЙ ГРУППЫ	167
<i>Урвилова Е.Д.</i> ; рук. Окунев Б.В. РАЗРАБОТКА WEB-ПРИЛОЖЕНИЯ ДЛЯ СТУДЕНЧЕСКОГО СПОРТИВНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНОГО ЦЕНТРА	169
<i>Фахритдинов А.Б.</i> ; рук. Шурыгина В.В. ОРГАНИЗАЦИЯ И ТЕХНОЛОГИЯ ФОРМИРОВАНИЯ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ СТУДЕНТОВ – БУДУЩИХ ПЕДАГОГОВ	172
<i>Филиппова В.Д.</i> ; рук. Лёшин О.Г. ИССЛЕДОВАНИЕ СЕРДЕЧНО - СОСУДИСТОЙ СИСТЕМЫ СТУДЕНТОВ СФ МЭИ	175

Секция 3. Научные основы и инновационные технологии организации здорового питания студенческой молодежи

<i>Аксенова О.И.</i> ; рук. Г.В. Алексеев. НОВЫЙ ЭКСТРУДИРОВАННЫЙ ЗАКУСОЧНЫЙ ПРОДУКТ, КАК ДОПОЛНЕНИЕ ЗДОРОВОГО ПИТАНИЯ...	180
<i>Блинов А.О., Денисевич Д.Н.</i> ; рук. Короткова Г.В. ИЗМЕНЕНИЕ ФИЗИЧЕСКИХ ПАРАМЕТРОВ ЛИЦ 20-30 ЛЕТ ПРИ СОБЛЮДЕНИИ СБАЛАНСИРОВАННОГО РАЦИОНА ПИТАНИЯ	183
<i>Борисова В.Л.</i> ; рук. Стефанова И.Л. «МАТЕРИНСКАЯ ДОМИНАНТА» И РАЦИОНАЛЬНОЕ ПИТАНИЕ БЕРЕМЕННЫХ ЖЕНЩИН	184