

4. Виленский, М.Я. *Направленное использование физических нагрузок как фактор управления профессиональной работоспособности студентов / М.Я. Виленский, В.П. Русанов // Теория и практика физической культуры. – 1977. – № 6. – С. 44-46.*

УДК 796.032

ОТЛИЧИТЕЛЬНЫЕ ХАРАКТЕРИСТИКИ МАССОВОГО И ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО СПОРТА. ОЛИМПИЗМ И ЕГО НАЦИОНАЛЬНЫЕ ОСОБЕННОСТИ

Бугримова А.А., научный руководитель Зайцев В.А.
УО «Витебская ордена «Знак Почета» государственная
академия ветеринарной медицины»,
г. Витебск, Республика Беларусь

Массовый спорт в современном мире даёт множеству людей возможность развиваться, совершенствуя свои физические качества, позволяет оттачивать мастерство и поддерживать собственное здоровье, занимаясь соответствующей нагрузкой. Для массового спорта характерен незначительный или небольшой результат и большая посещаемость. Таким образом, основная цель массового спорта – укрепить здоровье, занимаясь активным отдыхом. Он значительно резко отличается от профессионального спорта, где спортсменам не требуется заниматься на последнем издыхании, чтобы достичь результатов. Чаще всего, приобщение к массовому спорту происходит с раннего возраста – школьных времён. Это может быть и занятие физической культурой с другими учениками, спортивные мероприятия, эстафеты или спортивный кросс. Задачи массового спорта часто повторяют задачи физической культуры, ставится упор на регулярные занятия и тренировки. Данные статистики показывают, что молодые люди, ученики и студенты во внеурочное или трудовое время весьма редко занимаются спортом, и лишь 20% не пренебрегает еженедельными тренировками и упражнениями.

Профессиональный спорт, напротив, требует весьма много сил и времени. Его часто описывают как спортивную деятельность, направленную на получение выгоды. В то же время, он является основным родом занятий, то есть, по сути, профессией. Ценность такого спорта возрастает в несколько раз. Такому спорту присущи тенденции развития именно в те виды спорта, которые могут принести коммерческий успех, для создания здоровой процветающей конкуренции, формирования спортивной элиты и распространения спорта в другие страны мира.

Для профессионального спорта характера разнообразность и многоплановость. Потому не существует единых норм функций, которые может нести профессиональный спорт. Среди прочих функций, явно выделяют оздоровительную, воспитательную, миротворческую, образовательную, зрелищную, рекламную и коммуникативную. Наиболее явными тенденциями в мире профессионального спорта является его выход за национальные и региональные рамки, или иначе – интернационализация. Распространение, известность и слава – это то, что привлекает новых зрителей и атлетов, и различных стран мира. Для профессионального спорта характерно распространение по ТВ-передачам, посвящение им отдельных каналов, радиопередач, фильмов. Большинство из нас смогут увидеть профессиональный спорт на широких экранах телевизоров на одном из многочисленных телевизионных каналов. Для поддержания и спонсирования спортсменов создают турниры с призовыми фондами и наградами. Такие мероприятия привлекают внимание всемирно известных брендов, которые и являются спонсорами большинства спортивных мероприятий. Зрелищность – является одним их наибо-

лее важных факторов, который необходим для профессионального спорта, и с тем же, в его основе лежит привлекательность, эффект сопереживания спортсмену, непредсказуемость результатов, долгая интрига. Организация таких мероприятий подразумевает большие затраты как со стороны организаторов, так и от самих спортсменов. Они должны следовать определённому графику тренировок и соблюдать соответствующий уровень нагрузок для более выдающихся результатов.

Ещё с древних времён Олимпийские игры, которые проводились в крупнейших государствах того времени, говорили о высоком развитии уровня физической культуры. В дальнейшем, движение Олимпийских игр позволило родиться и олимпизму – форме мировоззрения, произошедшей из благородных принципов, человеческого соперничества и борьбы. Пройдя сквозь многие года и века, олимпизм стал цельным ядром одного из самых амбициозных и массовых течений на сегодняшнее время – олимпийского движения. К этому движению приковано внимание многих людей – учёных, правителей и политиков. И именно пристальное внимание столь многих людей позволило олимпийскому движению выработать свои принципы: справедливость и вызов, наслаждение и зодчество, благотворство и радость, прогресс и мир. И не зря основным законом олимпийского движения – «Олимпийской хартии» – звучит предложение: «Соединяя спорт с культурой и образованием, олимпизм стремится к созданию образа жизни, основывающегося на радости усилия, на воспитательной ценности хорошего примера, на уважении к основным этическим принципам. Цель олимпизма - повсеместно поставить спорт на службу гармоничному развитию человека».

Олимпийское образование возложено на специальные олимпийские академии, которые МОК в 1961 г. передал Афинам, исторической родине Олимпийских игр. Именно там была создана Международная олимпийская академия, которое и по сей день занимается изучением и практическим применением образовательных и социальных принципов спорта, пропагандируя идеи олимпизма. А согласно рекомендациям Международного олимпийского комитета, в каждой стране должны существовать национальные олимпийские академии, призванные расширять и укреплять идеологию олимпийского движения. В целях поддержки таких академий, МОК оказывает свою помощь через программу «Олимпийской солидарности». Таким образом, белорусским спортсменам и молодым людям, что проявляют выдающиеся достижения в спорте, присваивают специальные стипендии, нацеленные на поощрение и стимула. Впервые белорусы выступили на Олимпийских играх в 1952 году в Хельсинки в составе сборной СССР, а самой титулованной спортсменкой Белоруссии на Олимпийских играх является биатлонистка Дарья Домрачева, которая выиграла три золота на Играх 2014 года, после чего была удостоена высшей государственной награды страны – звания Герой Беларуси.

Беларусь – страна, которая активно принимает участие в Олимпийских играх, в частности, в стране так же проходит большое число международных турниров, на которые съезжаются участники со всех уголков мира. Наиболее популярными видами спорта оказались биатлон, хоккей, теннис. Основной упор идёт на создание здоровых и сильных граждан, которые могут показать всему миру свои заслуги в спорте. Сейчас в стране существует более 23 тысяч объектов физкультурно-спортивного значения, среди которых: 136 стадионов, 327 бассейнов, 52 спортивных манежа, 4510 спортивных залов и 35 спортивных сооружений с искусственным льдом. А для профессионалов и любителей спорта в Беларуси есть объекты мирового класса, которые становятся площадками крупных национальных и международных соревнований.

У Беларуси в большом количестве присутствует и национальный спорт, который успел развиваться в течении истории. Среди них, самыми популярными являются: азерот, борьба-да-крыжа, гула, зацеп и коловрот. Азерот – национальная игра с использованием дуги для упряжи лошади. Тот, кто ударит сильнее дугой по земле, и та перелетит через азерот (подобие широкой лестницы), и является победителем. Борьба-да-крыжа

является видом спортивной борьбы, который напоминает вольную борьбу. Победителем является тот, кто прижмёт противника спиной к земле с разведёнными в сторону руками. Гула – игра, в которой необходимо делиться на команды и метать в друг друга гулу – каменное или железное ядро. Цель игры – остановить ядро и остаться на поле игры, не переходя за обусловленную черту. Зацепом является игра-перетягивание, где нужно перетянуть стол к себе или на свою сторону, причём цепляться за стол можно только пальцами. Коловорот – это катание на санках, где в центре вбивается кол с колесом, к которым привязывается несколько пар санок. Цель игры – как можно дольше удержаться на санках, пока несколько человек вращают колесо.

Литература.

1. Григоревич, В. В. *Всеобщая история физической культуры и спорта: учеб. пособие* / В. В. Григоревич. – М.: Советский спорт, 2008. – 286 с.
2. Евсеев, Ю.И. *Физическая культура* / Ю.И.Евсеев. – 3-е изд. – Ростов-на-Дону: Феникс, 2004. – 384 с

УДК 796

ВЗАИМОСВЯЗЬ ФИЗИЧЕСКОГО, ПСИХИЧЕСКОГО И НРАВСТВЕННОГО ЗДОРОВЬЯ: УСЛОВИЯ ФОРМИРОВАНИЯ

Врублевская Д.Б., научный руководитель Кудрявин Н.Е.

УО «Витебская ордена «Знак Почета» государственная
академия ветеринарной медицины»,
г. Витебск, Республика Беларусь

Целостность человеческой личности проявляется, прежде всего, во взаимосвязи и взаимодействии психических и физических сил организма. Гармония психофизических сил организма повышает резервы здоровья, создает условия для творческого самовыражения в различных областях нашей жизни. Активный и здоровый человек надолго сохраняет молодость, продолжая созидательную деятельность, не позволяя «душе лениться».

Далее разберем все понятия, которые необходимо знать для разбора данной темы, и возможности показать взаимосвязь физического, психического и нравственного здоровья. Особенность человека – передача накопленных знаний, ценностей. Личность формируется под влиянием внутренних (наследственных) и внешних (воспитание родителей, устои общества) факторов. А это и есть культура, имеется ввиду человеческая деятельность в её самых разных проявлениях, включая все формы и способы человеческого самовыражения и самопознания, накопление человеком и социумом в целом навыков и умений. Культура предстает также проявлением человеческой субъективности и объективности (характера, компетентностей, навыков, умений и знаний). Культура представляет собой совокупность устойчивых форм человеческой деятельности, без которых она не может воспроизводиться, а значит — существовать. Культура — это набор правил, которые предписывают человеку определённое поведение с присущими ему переживаниями и мыслями, оказывая на него, тем самым, управленческое воздействие. Источником происхождения культуры является человеческая деятельность, познание и творчество. Здоровый человек, в широком смысле, сможет достичь серьезных вершин в своей жизни и полностью раскрыть свой потенциал, тем самым улучшая мир вокруг себя и передавая эти ценности, знания остальным. Существует множество определений понятия «здоровья». Согласно определению Всемир-