

5. Маркатун, М.В. Сравнительная характеристика официального брака и сожительства (фактического брака) / М.В. Маркатун, И.В. Добряков // Медицина и образование в Сибири. – СПб., 2008. – № 4.
6. Навайтис, Г. Семья и психолог. / Г. Навайтис. – Калининград, 1996. – 420 с.
7. Хачатрян, Л.А. Современный брак – результат эволюции семейно-брачных отношений / Л.А. Хачатрян // Вестник Пермского университета. – 2011. – Вып. 1(5). – С. 89–100.

ФОРМИРОВАНИЕ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ СТУДЕНТОВ ГУМАНИТАРНЫХ СПЕЦИАЛЬНОСТЕЙ СРЕДСТВАМИ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ

HEALTHY LIFESTYLE FORMATION OF HUMANITARIAN STUDENTS THROUGH PHYSICAL CULTURE

А.А. Кравченко

A.A. Kravchenko

Белорусский государственный университет

Минск, Беларусь

Belarusian State University

Minsk, Belarus

e-mail: kravchenko_aa@bsu.by

Физическое воспитание студентов в учреждениях высшего образования направлено на формирование культуры здорового образа жизни, мотивацию к физическому совершенствованию и осознание значимости здоровья как ценности. Целью учебной дисциплины «Физическая культура» является формирование социально-личностных компетенций, обеспечивающих использование средств физической культуры и спорта для сохранения, укрепления здоровья и подготовки к профессиональной деятельности. Исследование показывает потенциальную и реальную эффективность средств физической культуры в формировании культуры здорового образа жизни студенческой молодежи.

Ключевые слова: образ жизни; здоровье студентов; средства физической культуры; физическое воспитание; культура здорового образа жизни.

Physical education of university students is aimed at culture of a healthy lifestyle formation, motivation for physical improvement and developing awareness of the importance of health as a value. The purpose of “Physical culture” discipline is the formation of social and personal competences, ensuring the use of means of physical culture and sports for human health sustaining and for professional development. The research shows potential and real efficiency of means of physical culture in a healthy lifestyle culture formation in students.

Keywords: lifestyle; students’ health; means of physical culture; physical education; culture of a healthy lifestyle.

Введение. Физическое воспитание студентов в учреждениях высшего образования (УВО) направлено на формирование культуры здорового образа жизни, мотивацию к физическому совершенствованию и осознание значимости здоровья как ценности. Физическое воспитание решает взаимосвязанные педагогические, гигиенические и прикладные задачи в рамках требований Кодекса Республики Беларусь об образовании [2], Закона Республики Беларусь «О физической культуре и спорте» [5], Государственных программ развития физической культуры и спорта [1] и развития студенческого спорта в Республике Беларусь [6], Концепции непрерывного воспитания детей и учащейся молодежи в Республике Беларусь [4].

Целью дисциплины «Физическая культура» является формирование социально-личностных компетенций, обеспечивающих использование средств физической культуры и спорта для сохранения, укрепления здоровья и подготовки к профессиональной деятельности [3].

В соответствии с действующей типовой учебной программой СГО25-2017 для УВО, мы говорим о формировании социально-личностных компетенций, обеспечивающих целевое использование соответствующих средств физической культуры и спорта для сохранения, укрепления здоровья и подготовки к профессиональной деятельности [7].

Основная часть. В нашем исследовании изучалась организация системы физического воспитания в Гомельском филиале «Международного университета “МИТСО”» для определения ее эффективности в решении задач по формированию здорового образа жизни студентов. Нами проведен анализ нормативно-правовых актов, регулирующих физическое воспитание студентов УВО, и ретроспективный анализ учебных программ, документов планирования и учета, протоколов соревнований, отчетов ответственных лиц факультета экономики и права, сообщений электронных средств массовой информации. Можно сказать, что спортивно-массовой и физкультурно-оздоровительной работе в филиале уделяется пристальное внимание. Проблемы этого важного направления идеологической и воспитательной работы всегда в поле зрения кафедры общенаучных и гуманитарных дисциплин, Совета по воспитательной работе, Совета факультета экономики и права и дирекции филиала.

Например, как следует из протокола заседания Совета факультета экономики и права от 19.05.2015 г.: в соответствии с календарным планом физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых мероприятий филиала имели место такие события как «День здоровья» и соревнования различных уровней (филиал, район, город), требующие серьезного подхода и соответствующей подготовки.

Перечень мероприятий указывает на то, что субъектам образовательного процесса в Гомельском филиале «Международного университета «МИТСО» были предоставлены реальные и многосторонние возможности проявления социальной активности в рамках участия в различных спортивных мероприятиях:

5-6 сентября 2014 г. – физкультурно-оздоровительный праздник «День здоровья», посвящённый началу учебного года;

15-19 сентября 2014 г. – неделя здоровья под девизом «Молодежь. Здоровье. Образ жизни»;

20 сентября 2014 г. – День города, спортивно-силовое состязание «Самый сильный Гомельчанин»;

27-31 октября 2014 г. – городские соревнования по мини-футболу (фут-залу) среди юношей;

28–29 октября 2014 г. – соревнования по настольному теннису среди студентов вузов г. Гомеля (девушки, юноши);

10-14 ноября 2014 г. – соревнования по волейболу среди студентов вузов г. Гомеля (девушки);

01-08 декабря 2014 г. – соревнования по волейболу среди студентов вузов г. Гомеля (юноши);

25 февраля 2015 г. – районные соревнования по фут-залу;

25-27 февраля 2015 г. – соревнования по шахматам среди студентов вузов г. Гомеля (девушки и юноши);

25 марта 2015 г. – соревнования по плаванию в рамках XI круглогодичной спартакиады Советского района г. Гомеля среди студентов, проживающих в общежитиях (девушки и юноши);

01–02 апреля 2015 г. – соревнования по настольному теннису среди студентов вузов г. Гомеля (девушки, юноши);

13-18 апреля 2015 г. – неделя кафедры общенаучных и гуманитарных дисциплин (соревнования студентов, преподавателей и сотрудников в метании дартс, в беге на средние дистанции и спортивно-оздоровительной ходьбе на длинные дистанции);

23-24 апреля 2015 г. – соревнования по гиревому спорту среди студентов вузов г. Гомеля (юноши);

28–29 апреля 2015 г. – соревнования по многоборью «Защитник Отечества» среди студентов вузов г. Гомеля (юноши, девушки);

06 мая 2015 г. – областной массовый легкоатлетический пробег, посвященный 70-й годовщине Великой Победы;

12 мая 2015 г. – соревнования по туризму среди студентов вузов г. Гомеля (девушки и юноши);

12-13 мая 2015 года – соревнования по шашкам и шахматам в рамках XI круглогодичной спартакиады студентов вузов Советского района г. Гомеля (девушки и юноши).

Команды Гомельского филиала Международного университета «МИТСО» участвовали во всех соревнованиях в соответствии с положениями о районных, городских и областных соревнованиях.

Лучшие командные результаты за отчетный период: Второе общекомандное место в соревнованиях вузов Советского района г. Гомеля, посвященных Дню работников физической культуры и спорта (17 мая 2014); Первое место среди команд вузов Советского района г. Гомеля в гиревом спорте (17 мая 2014); Первое место среди команд вузов Советского района г. Гомеля в спортивном метании дартс (17 мая 2014); Третье место по плаванию (девушки) среди вузов Советского района г. Гомеля (25 марта 2015); Третье место по плаванию (юноши) среди вузов Советского района г. Гомеля (25 марта 2015); Третье командное место по настольному теннису (юноши) среди вузов Советского района г. Гомеля (29 октября 2014); Третье место в районных соревнованиях по мини-футболу (футзалу), состоявшихся 25 февраля 2015.

Лучшие личные достижения:

1. Листопадов Данила (группа 1076) – чемпион Республики Беларусь 2014 г. по бодибилдингу (выполнение норматива «Мастер спорта»); заявлен на участие в чествовании талантливой и одаренной молодежи г. Гомеля «Зорнае юнацтва» по итогам 2014 года, организованном Гомельским городским исполнительным комитетом.

2. Сницеренко Виталий (группа 1175з) – серебряный призер Чемпионата Республики Беларусь 2015 г. по бодибилдингу (выполнение норматива «Кандидат в Мастера спорта»).

3. Василенко Татьяна (группа 1272л) – призер чемпионата области, участница Кубка Республики Беларусь 2015 г., кандидат в Мастера спорта по пулевой стрельбе.

О результативности сложившейся в филиале системе спортивно-массовой и физкультурно-оздоровительной работы преподаватели физической культуры сообщали на конференциях различного уровня, курсах и в публикациях: 1) Междунар. науч.-практ. конф. в Витебском филиале МИТСО, 7 мая 2014 г.; 2) Респ. науч.-практ. конф. в ГГУ им. Ф. Скорины, 16 окт. 2014 г.; 3) Респ. науч.-практ. конф. «Актуальные проблемы медицины» и 23-ей итоговой научн. сессии ГГМУ, 13-14 нояб. 2014 г.; 4) VII Междунар. науч.-метод. конф. в БГУИР, 20 нояб. 2014 г.; 5) науч. конф. Гомельского филиала МИТСО, 6 фев. 2015 г.; 6) II Междунар. науч.-практ. конф. «Оздоровительная физическая культура молодежи: актуальные проблемы и перспективы»

в БГМУ, 2-3 апр. 2015 г.; 7) V Междунар. науч.-практ. конф. «Спортивное право в Республике Беларусь и за рубежом» в Минске с подведением итогов ежегодного конкурса «Спортивное право», проводимого союзом юристов Республики Беларусь и Президентским спортивным клубом, 10 апр. 2015 г.; 8) II Междунар. науч.-практ. конф. «Актуальные проблемы совершенствования физического воспитания в учебных заведениях» в ГГАУ, 10 апр. 2015 г.

Анализ документации кафедры социально-гуманитарных дисциплин и кафедры общенаучных и гуманитарных дисциплин показал, что в течение пятнадцати учебных лет решением задач физического воспитания и здорового образа жизни в филиале занимались специалисты, имеющие высшее профессиональное образование, послевузовскую подготовку и педагогический стаж более 20 лет.

Наш многолетний педагогический опыт позволяет утверждать, что существенное значение для создания оптимальной образовательной и воспитательной среды имеет разносторонняя подготовленность преподавателей физической культуры. Диверсификация интересов и квалификации профессорско-преподавательского состава (ППС) позволяет выстраивать эффективную и экономную систему физического воспитания и непрофессионального физкультурного образования студентов Международного университета «МИТСО».

Спортивно-массовая деятельность организована на базе филиала в 4 помещениях спортивного назначения и на 3 открытых спортивных площадках. Дополнительно арендовались спортивные залы Дворца культуры «Фестивальный» и ДЮСШ № 2, дорожки плавательных бассейнов «Дельфин» и ГУО СОШ № 61.

Спортивно-массовая работа и подготовка к соревнованиям проводилась в соответствии с утверждённым расписанием функционирования 10 спортивных секций (в том числе 5 секций в студенческом общежитии).

Во всех помещениях спортивного назначения высокий уровень загрузки: с 08.30 до 15.00 проходят учебные занятия, с 15.10 до 18.00 работают спортивные секции и факультативы для студентов, с 18.10 до 21.40 секции для преподавателей и сотрудников. В общежитии секции здоровья, ОФП, настольного тенниса, шахмат и шашек функционируют до 22.00.

В общежитии филиала проживает до 50% студентов дневной формы обучения, с которыми проводятся физкультурно-оздоровительные мероприятия по утвержденному расписанию работы спортивных секций по месту жительства.

Благодаря активности спортивных организаторов групп, членов БРСМ, студенческого профкома и спортивно-ориентированным студентам, проживающим в общежитии, спортивно-массовая работа по месту жительства большинства иногородних учащихся носит разнообразный, интересный и неформальный характер.

Студенческая спартакиада филиала традиционно проходит по 14 видам спорта.

Команды Гомельского филиала Международного университета «МИТСО» активно участвуют в соревнованиях в соответствии с положениями о районных, студенческих городских и областных соревнованиях.

В соответствии с календарным планом физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых мероприятий, положением о спартакиаде преподавателей и сотрудников в филиале проводятся соревнования по дартсу, настольному теннису, шашкам, шахматам. Кроме этого, преподаватели участвуют в соревнованиях различного уровня, в том числе международных. Таким образом, в соответствии с Кодексом об образовании (ст. 51) соблюдается норма п. 1.5., требующая от ППС вести здоровый образ жизни, пропагандировать его среди обучающихся (студентов).

Наглядно-агитационная работа проводится путем своевременного размещения информации на стендах. Систематически анализируются итоги участия команд и отдельных спортсменов в соревнованиях и мероприятиях, готовятся отчеты и сообщения в СМИ. О результатах нашей спортивно-массовой работы неоднократно писали газеты «Советский район», «Гомельские ведомости» (в том числе электронные версии). Сообщалось об успехах студенческих команд на сайтах администрации Советского района г. Гомеля и «Международного университета «МИТСО».

Необходимо отметить, что наш опыт пропаганды здорового и спортивного образа жизни, подтверждает актуальность владения ППС современными информационными технологиями. Практика показывает высокую эффективность восприятия именно электронных средств массовой информации в молодежной среде.

В соответствии с Кодексом Республики Беларусь об образовании (ст. 2) основными направлениями государственной политики в сфере образования являются: создание необходимых условий для удовлетворения запросов личности в образовании, потребностей общества и государства в формировании личности, подготовке квалифицированных кадров, а также обеспечение деятельности учреждений образования по осуществлению воспитания, в том числе по формированию у граждан

духовно-нравственных ценностей, здорового образа жизни, гражданственности, патриотизма, ответственности, трудолюбия.

Учреждение образования обязано обеспечивать: материально-техническое обеспечение образовательного процесса в соответствии с установленными санитарными нормами, правилами и гигиеническими нормативами и создание безопасных условий при организации образовательного процесса, т.е. обучения и воспитания (ст. 28 Кодекса об образовании).

Говоря о материально-технических условиях обеспечения образовательного процесса, нужно отметить уникальность расположения Гомельского филиала «Международного университета «МИТСО». Филиал находится в рекреационной зоне парка «Фестивальный», по соседству с легкоатлетическим стадионом «Луч», спортивным залом Дворца культуры «Фестивальный», бассейнами «Дельфин» (ДЮСШ № 6) и ГУО СОШ № 61, что позволяет с наименьшими временными и финансовыми затратами организовывать учебную и учебно-тренировочную работу, спортивно-массовые и оздоровительные мероприятия на арендуемых площадях.

Заключение.

1. Созданные условия позволяют студентам не только на достойном уровне реализовывать свои права, но и выполнять свои обязанности в соответствии со ст.32 Кодекса об образовании: а) добросовестно и ответственно относиться к освоению содержания образовательных программ, программ воспитания; б) заботиться о своем здоровье, стремиться к нравственному, духовному и физическому развитию и самосовершенствованию.

2. Администрация и ППС Гомельского филиала УО ФПБ «Международный университет «МИТСО» обеспечивают охрану здоровья обучающихся, которая включает: а) пропаганду и обучение навыкам здорового образа жизни; б) организацию оздоровления; в) создание условий для занятий физической культурой и спортом; г) профилактику и пресечение курения, употребления алкогольных, слабоалкогольных напитков, наркотических средств, психотропных, и токсических веществ в учреждении образования (ст. 41 Кодекса об образовании).

3. Обобщая наш многолетний опыт спортивно-педагогической работы, можно сделать вывод о том, что созданная и реализованная в Гомельском филиале УО ФПБ «Международный университет «МИТСО» система физического воспитания и спорта решает задачи формирования культуры здорового образа жизни студентов, мотивации к физическому совершенствованию и осознания значимости здоровья как ценности.

БИБЛИОГРАФИЧЕСКИЕ ССЫЛКИ

1. Государственная программа развития физической культуры и спорта в Республике Беларусь на 2016-2020 годы (постановлением Совета Министров Республики Беларусь от 12 апр. 2016 г. № 303) [Электронный ресурс] – Режим доступа: <http://mst.by/ru/razvitiie-sporta-ru/>. – Дата доступа: 10.05.2018.
2. Кодекс Республики Беларусь об образовании (13 янв. 2011 г. № 243-З) [Электронный ресурс] – Режим доступа: <http://kodeksy.by/kodeks-ob-obrazovanii>. – Дата доступа: 10.05.2018.
3. Коледа, В.А. Основы физической культуры: учеб. пособие / В.А. Коледа, В.Н. Дворак. – Минск: БГУ, 2016. – 191 с.
4. Концепция непрерывного воспитания детей и учащейся молодежи в Республике Беларусь на 2016-2020 гг. // Профессиональное образование. Республиканский портал. [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://ripo.unibel.by/index.php?id=782>. – Дата доступа: 15.05.2018.
5. О физической культуре и спорте: Закон Республики Беларусь (4 янв. 2014 г. № 125-з) [Электронный ресурс] – Режим доступа: <http://mst.by/ru/law-laws-ru/>. – Дата доступа: 10.05.2018.
6. Программа развития студенческого спорта в Республике Беларусь на 2017-2020 гг (постановление Министерства образования Республики Беларусь от 25 июля 2017 г. № 89) [Электронный ресурс] – Режим доступа: <http://www.sporteducation.by/img/file/01.pdf/>. – Дата доступа: 10.05.2018.
7. Физическая культура: типовая учебная программа для учреждений высшего образования (утв. 27.06.2017 г.; Министерство образования Республики Беларусь); сост. В.А. Коледа [и др.]. – Минск: РИВШ, 2017. – 33 с.

ОСОБЕННОСТИ И РАЗЛИЧИЯ ПСИХОЭМОЦИОНАЛЬНОГО СОСТОЯНИЯ МЕДИЦИНСКИХ РАБОТНИКОВ ОТДЕЛЕНИЯ АНЕСТЕЗИОЛОГИИ И РЕАНИМАЦИИ

PECULIARITIES AND DIFFERENCES IN PSYCHOEMOTIONAL STATE OF ANAESTHESIOLOGY AND REANIMATION DEPARTMENT MEDICAL STAFF

Л.М. Левшук¹, Т.С. Гуляко², С.В. Альшевская¹, И.Н. Загарских²

L.M. Levshuk¹, T.S. Gulyako², S.V. Alshevskaya¹, I.N. Zagarsky²

Белорусский государственный университет¹

ГУ «9-я городская клиническая больница»²

Минск, Беларусь

Belarusian State University¹

SE "9th city clinical hospital"²

Minsk, Belarus

e-mail: lili.lev@mail.ru, s.alshevskaya@mail.ru, uz9gkb@tut.by

Медицинские работники подвержены многочисленным стрессам, связанным с огромной ответственностью за жизнь и здоровье пациентов,