

Цель наших исследований - изучить моторную зрелость и состояние здоровья студентов, и проследить взаимосвязь составляющих ее компонентов с состоянием здоровья. Обследованию подвергались 240 студентов первого курса нашего института.

Выявлено, что не все в порядке с нашим, человеческим "мотором", так как моторная зрелость студентов достигла 14 годам 6 месяцам, а у девушек - 13 годам 4 месяцам. Хотя паспортный возраст составил соответственно: 18 лет 8 месяцев и 18 лет 2 месяца.

В результате корреляционного анализа обнаружена тесная взаимосвязь состояния здоровья с отдельными координационными компонентами моторики: наиболее тесная с отчетливостью двигательных действий (экономия мышечных усилий) ( $r = + 0,70$ ), быстротой выполнения отдельных движений и удержаний тела в равновесии ( $r = + 0,50$ ).

Умелое комплексное использование природных факторов окружающей среды, средств и методов физической культуры и волевых усилий студентов - способствует достижению оптимальной моторной зрелости и сохранению здоровья на долгие годы.

## **ОБРАЗ ЖИЗНИ СТУДЕНЧЕСКОЙ МОЛОДЕЖИ (БПИ) - ПОКАЗАТЕЛЬ ИХ ЗДОРОВЬЯ.**

**Жук Э.И., Филитович М.И.**

У студенческой молодежи большая дорога. Однако, чтобы идти по ней смело, преодолевая все трудности и препятствия, нужно быть здоровым. Здоровье студентов относится к числу глобальных проблем, т.е. тех, где налицо наибольшее обострение противоречий, порождаемых текущими и ожидаемыми в будущем ситуациями, где диспропорциональные состояния достигли или могут достигнуть в обозримой перспективе катастрофических последствий. Здоровье - это не отсутствие болезней, а физическая, социальная, психическая гармония человека, доброжелательные, спокойные отношения с товарищами, с природой и самим собой.

Целью работы явилось - проследить, как студенты 1-го курса нашего института работают над собой и своим здоровьем.

В исследовании приняло участие 60 студентов. Из них 27 девушек и 33 юноши, которые ежедневно в течение месяца отвечали на 22 вопроса анкеты. В результате опроса выявлено, что только по одному человеку разного пола выполняли полностью комплекс "гомокибернетики" ежедневно и затрачивали на его выполнение 3-5 минут. 6 девушек и 8 юношей, что составило соответственно 22,2 и 35,4 % выполняли комплекс от случая к случаю. Закалке водой не подвергался ни один студент. Холодной водой умываются только 20 % девушек и 23 % юношей. Спортом занимаются только 3 девушки и 8 юношей, то составило соответственно 11 % и 24,5 %.

Казалось бы, что студенты так мало времени уделяют своему здоровью, занимаются чтением или другими полезными делами. Ничего подобного. В среднем студент затрачивает около 1,5 часа в день на выполнение домашних заданий, а студентки и того меньше - 55 минут. Около 5 часов в день студенты тратят на другие виды деятельности, не связанные со здоровьем. Спиртные напитки употребляют все обследуемые студенты. Больше всего в предпраздничные и праздничные дни. Дозы разные. Но иногда они достигают до 500 грамм на человека.

Следует знать, что к ведению подобного образа жизни подвержены люди с низким уровнем интеллектуального развития, незрелые, с выраженной акцентуацией характера и с психопатологическими расстройствами.

## **ПОДГОТОВКА СПЕЦИАЛИСТОВ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ ДЛЯ ДОШКОЛЬНЫХ УЧРЕЖДЕНИЙ.**

**Зданевич А.А.**

В настоящее время значительно усилилось внимание к физическому воспитанию детей дошкольного возраста, появилось понимание необходимости признания этой работе первостепенного значения из-за из года в год увеличивающейся детской заболеваемости, снижения уровня здоровья детей, отставание их в физическом развитии, что накладывает негативные отпечатки на все другие стороны воспитания дошкольников.

В Брестском государственном университете с 1991 года начали готовить специалистов по физической культуре для дошкольных учреждений по специализации "Физкультурно-оздоровительная работа", которые будут решать все задачи по физическому воспитанию дошкольников на более высоком уровне. Для студентов факультета дошкольного воспитания это является дополнительной специализацией к основной специальности "Педагогика и психология дошкольная".

Учебный план по специализации "Физкультурно-оздоровительная работа" рассчитан на 800 часов. В нем включены различные разделы подготовки физкультурных работников: студенты изучают историю и организацию физической культуры; основы биомеханики физических упражнений; психологию физического воспитания дошкольников; спортивные сооружения и инвентарь дошкольного учреждения; теорию и методику развития двигательных качеств дошкольников; обучение основным движениям, общеразвивающим и строевым упражнениям; подвижным элементам спортивных игр, спортивных видов упражнений; закаливанию, навыкам туризма и музыкально-ритмического воспитания и ряд других дисциплин, связанных с физическим воспитанием дошкольников. Однако название специализации, по нашему мнению, сужает круг обязанностей будущих специалистов. Исходя из перечня дисциплин, изучаемых студентами, специализацию следовало бы назвать "Руководитель физического воспитания дошкольного учреждения".