

Монетаризм является теоретической и идеологической основой реформ Беларуси и др. стран Восточной Европы. Однако, начиная с 1996-1997 г.г. акцент государственного регулирования все более смещается в сторону фискальной политики. В соответствии с законом "О бюджетном устройстве" РБ перешла на самостоятельное построение бюджетов различных уровней власти: республиканского, регионального и местного. В связи с этим возникает проблема формирования соответствующих структур налогообложения и распределения налоговых поступлений, а также выделение налоговых инструментов, которые позволяют обеспечить вертикальное и горизонтальное балансирование бюджетов.

При распределении расходов бюджета назрела необходимость решать такие важные задачи как сокращение дотаций; расширение фонда поддержки регионов; обеспечение контроля за целевым направлением инвестиций.

Достаточно продуманные меры монетарной и фискальной политики позволят удержать экономику от спада, обеспечить финансовую стабилизацию и стимулировать инвестиционную активность в обществе.

ЗАНЯТИЯ НА ОТКРЫТОМ ВОЗДУХЕ – ВАЖНЫЙ ФАКТОР УКРЕПЛЕНИЯ ЗДОРОВЬЯ

В. И. Ковенко

Брестский политехнический институт

Наблюдения показывают, что закаливание является исключительно важным для студентов-спортсменов составной частью спортивной подготовки.

Систематические тренировки, проводимые в крытых спортивных сооружениях приводят к дезакаливанию организма, что снижает его защитную реакцию к холоду, теплу, солнечной радиации, к

различным заболеваниями. Поэтому студентам-спортсменам необходимо закаляться с использованием естественных сил природы. Наибольший эффект дают тренировки на открытом воздухе, занятия лыжной подготовкой, бегом. Лучшее место для занятий – участки, удаленные от источников возможного загрязнения атмосферы пылью, вредными газами.

Солнечные лучи благотворно действуют на организм человека. Ультрафиолетовые лучи повышают тонус центральной нервной системы, улучшают барьерную функцию кожи, активизируют деятельность желез внутренней секреции, улучшают обмен веществ и состав крови, способствуют образованию витамина Д. Солнечные лучи – сильнодействующее средство. Им нельзя злоупотреблять. Необходимо постепенно привыкать к солнцу, увеличивать время пребывания на солнце без одежды надо постепенно с 1,5-2 мин. Когда кожа привыкнет к солнцу и покроется ровным загаром, продолжительность пребывания под лучами солнца можно довести до 25-30 мин. Особую осторожность надо проявлять при тренировках в жару. Здесь необходимо одевать белую защитную форму, солнцезащитные очки и шапочку.

В весенне-зимний период, когда резко снижаются ультрафиолетовые воздействия, рекомендуется использовать ртутно-кварцевое или люминесцентное облучение студентов-спортсменов под наблюдением специалистов.

Показателями благоприятного воздействия занятий на открытом воздухе являются крепкий сон, улучшение самочувствия, повышенная работоспособность, невосприимчивость к болезням.

Комплексное воздействие трех факторов – солнца, воздуха и воды (водных процедур), позволяют активно влиять на закаливание организма, существенно укреплять здоровье.