

**Минич Ю.В.**, студ. 311 а гр.

Научный руководитель — Бутько А.В.

## **ДЕНЬ ЗДОРОВЬЯ КАК СРЕДСТВО ФОРМИРОВАНИЯ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ СТУДЕНЧЕСКОЙ МОЛОДЕЖИ БГУКИ**

Одной из актуальных проблем современного общества остается физическое состояние студенческой молодежи. Студенты относятся к числу наименее социально защищенных групп населения, в то время как специфика учебного процесса и возрастные особенности предъявляют повышенные требования практически ко всем органам и системам их организма.

В настоящее время одной из приоритетных задач, стоящих перед педагогами вузов, является сохранение и укрепление здоровья студента в процессе обучения и рассматривается как необходимое условие нормальной жизнедеятельности студенческой молодежи.

Основными причинами ухудшения здоровья студентов связано с нерациональным режимом дня, неправильным питанием, большой учебной нагрузкой, напряженностью экзаменационной сессии, а также недостаточная двигательная активность и вредные привычки.

В рамках решения этой проблемы каждый год в вузах нашей страны проводится ежегодный спортивно-оздоровительный праздник «День здоровья». Всемирный день здоровья – это глобальная кампания, которая направлена на привлечение внимания каждого жителя нашей планеты к проблемам здоровья и здравоохранения, с целью проведения совместных действий для защиты здоровья и благополучия людей. Этот международный праздник был учрежден на первой сессии Всемирной

ассамблеи здравоохранения 7 апреля 1948 года. Ежегодное проведение «Дня здоровья» вошло в традицию с 1950 года. Именно от этого события и идет празднование «Дня здоровья», знаменуя собой особое внимание мирового сообщества к вопросам охраны здоровья, а также посвящен актуальным для здравоохранения темам.

Каждый год Всемирная ассамблея здравоохранения ставит перед собой конкретные задачи по улучшению здоровья и устанавливает план их выполнения. «День здоровья» – это день напоминания, что каждый человек планеты несет большую ответственность за свое существование [2].

Мероприятия «День здоровья» проводятся для того, чтобы люди могли понять, как много значит здоровье в их жизни, а организации здравоохранения, в свою очередь, призваны решить вопрос, что им нужно сделать, чтобы здоровье людей во всем мире стало лучше. Каждый год Всемирный день здоровья посвящается глобальным проблемам, стоящим перед здравоохранением планеты и проходит под разными девизами: «Движение – это здоровье», «Безопасность на дорогах», «Защитим здоровье от изменений климата», «Урбанизация и здоровье», «Безопасность пищевых продуктов», «Активность – путь к долголетию», «Победим диабет!», «Депрессия: давай поговорим» и т. д. [1].

Наш университет не стал исключением, поэтому каждый год в мае месяце Белорусский государственный университет культуры и искусств (БГУКИ) проводит ежегодный спортивно-оздоровительный праздник «День здоровья» в целях:

- массового вовлечения студентов и сотрудников БГУКИ в систематические занятия физической культурой и спортом, повышения физической подготовленности студентов;

- пропаганды физической культуры и спорта, как важнейшего средства укрепления здоровья и подготовки к учебе;

- для подведения итогов круглогодичной спартакиады и определения факультета победителя.

Общее руководство праздником осуществляется администрацией БГУКИ. Непосредственная организация и проведение праздника возлагается на оргкомитет и судебскую коллегию.

Участниками спортивно-оздоровительного праздника «День здоровья» в БГУКИ являются студенты, магистранты, аспиранты, профессорско-преподавательский состав, сотрудники университета факультетов: культурологии и социокультурной деятельности; традиционной белорусской культуры и современного искусства; музыкального искусства; информационно- документных коммуникаций, которые не имеют противопоказаний по состоянию здоровья для участия в конкретных видах программы.

В программу спортивно-оздоровительного праздника «День здоровья» входит:

✓ Футбол (численный состав команды 5 человек; игра состоит из двух таймов по 15 минут и перерыв между таймами 5 минут).

✓ Бег 60 метров (юноши, девушки).

✓ Кросс 400 метров (девушки).

✓ Кросс 800 метров (юноши).

✓ Прыжок в длину с места (результат определяется в сантиметрах по ближайшей к линии старта части тела участника (пятке, плечу и т.д.)).

✓ Эстафеты (команда факультета состоит из восьми участников (двух юношей, шести девушек)).

✓ Поднимание туловища из положения лёжа на спине (девушки)

(упражнение выполняется в течение одной минуты, победительницей является участница выполнившая упражнение без помощи рук и посторонней помощи большее количество раз).

✓ Дартс (каждому участнику предоставляется три попытки для выполнения упражнения).

✓ Гиревой спорт проводится в упражнении «рывок» (рывок снаряда выполняется в один приём, одной, затем другой рукой).

✓ Армрестлинг.

✓ Прыжки через скакалку.

✓ Шахматы (блицтурнир; соревнования проводятся по швейцарской системе).

✓ Шашки (блицтурнир).

✓ Перетягивание каната (команда факультета состоит из восьми участников (шести юношей, двух девушек) соревнования проводятся по круговой системе).

Все соревнования являются личными. Победители и призёры определяются по наилучшему результату и награждаются медалями, грамотами.

Система зачета гласит: участник любого вида спортивной программы за победу получает три очка, за второе место – два очка, за третье место – одно очко. Полученные участником очки идут в зачёт того факультета, который он представляет. Лучший факультет определяется по наибольшей сумме очков полученных студентами и сотрудниками за участие в универсиаде, круглогодичной спартакиаде БГУКИ и участие в спортивных видах спортивно-оздоровительного праздника «День здоровья». Факультет победитель награждается переходящим кубком и грамотой. В случае равенства очков у нескольких факультетов,

победителем является тот, команда которого показала лучший результат в перетягивании каната.

Устные протесты подаются в течение десяти минут после окончания соревнований по виду программы. Протест может заявить только декан факультета или уполномоченное им лицо. Протест рассматривается судьей по виду программы. В случае необходимости к рассмотрению протеста привлекается главный судья соревнований.

Медицинское обеспечение праздника возлагается на медицинского работника университета с обязательным привлечением на весь период проведения мероприятия дежурной бригады скорой медицинской помощи.

Сроки подачи заявок на участие в любых видах спортивной программы «Дня здоровья» можно в 614 аудитории учебного корпуса № 1 БГУКИ или по месту проведения соревнований у судьи, обслуживающего данный вид программы.

Спортивно-оздоровительный праздник «День здоровья», который проводит Белорусский государственный университет культуры и искусств (БГУКИ) — это заряд энергии и солнечного тепла. Торжественное открытие праздника «Дня здоровья» включает выступление талантливейших студентов и их танцевальные композиции, представление команд факультетов во главе с деканами, выступление ректора и залпы фейерверка. Захватывающая квест-игра, спортивные состязания, зажигательные ведущие и команда «БГУКИ TV».

Таким образом, на кафедре физического воспитания и спорта нашего вуза при реализации учебных программ проводится популяризация здорового образа жизни. «День здоровья» формирует у студентов установки на здоровый образ жизни и призван обратить внимание на проблемы сохранения нравственного, психического и физического здоровья. Спортивно-оздоровительный праздник «День здоровья» в

БГУКИ – это возможность участника показать свою спортивную подготовку, силу, волю к победе и не забыть при этом, что он является студентом самого творческого вуза нашей страны.

---

10. Всемирный день здоровья [Электронный ресурс]. – Режим доступа: [https://ru.wikipedia.org/wiki/Всемирный\\_день\\_здоровья](https://ru.wikipedia.org/wiki/Всемирный_день_здоровья) – Дата доступа: 06.03.2017.

11. День здоровья [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://fb.ru/article/33683/den-zdorovya> – Дата доступа : 14.03.2017.

**Мисуню П.В.**, студентка 102а гр.

Научный руководитель – Филиппенко В.В.

## **СОЦИАЛЬНЫЕ СЕТИ КАК ОДИН ИЗ СОВРЕМЕННЫХ СПОСОБОВ КОММУНИКАЦИИ (НА ПРИМЕРЕ РЕСПУБЛИКИ БЕЛАРУСЬ)**

В настоящий момент существуют следующие виды коммуникации: интраперсональная коммуникация (разговор с самим собой); межличностная коммуникация (участвуют, как правило, двое коммуникантов, но есть варианты наблюдателя, включенного наблюдателя и постороннего, коммуникации на фоне присутствующих свидетелей, в толпе и т.п.); групповая коммуникация (внутри группы, между группами, индивид — группа); массовая коммуникация (в случае если сообщение получает или использует большое количество людей, зачастую состоящее из различных по своим интересам и коммуникативному опыту групп (телевидение, радио, интернет, т.п.) [1]. Одним из средств современной массовой коммуникации является сеть интернет, представляющий собой