

подтверждается увеличением уровня возможного лактата в этот период) и организму в дальнейшем будет сложнее справляться с нагрузкой в условиях кислой среды.

ЛИТЕРАТУРА

1. Янсен, Петер. ЧСС, лактат и тренировки на выносливость: пер. с англ. / Петер Янсен. — Мурманск: Тулома, 2006. — 160 с.
2. Душанин, С. А. Система многофакторной экспресс-диагностики функциональной подготовленности спортсменов при текущем и оперативном врачебно-педагогическом контроле / С. А. Душанин. — М.: ФиС, 1986. — 24 с.

УДК 796.323:378-057.857

БАСКЕТБОЛ В ФИЗИЧЕСКОМ ВОСПИТАНИИ У СТУДЕНТОВ

Малявко А. А., Конюшенко И. С.

Научный руководитель: к.п.н., доцент *Г. В. Новик*

Учреждение образования
«Гомельский государственный медицинский университет»
г. Гомель, Республика Беларусь

Введение

Уровень здоровья современной студенческой молодежи вызывает серьезные опасения со стороны сотрудников медицинских учреждений и педагогических систем. Обучение в ВУЗе характеризуется хроническим эмоциональным и интеллектуальным напряжением на фоне дефицита двигательной активности, в связи с чем существенно замедляется процесс адаптации студентов к обучению в вузе. Необходимыми условиями функционирования организма является оптимальная двигательная активность, то становится очевидным, что повышение уровня физической культуры у студенческой молодежи и их приобщение к активному образу жизни является социально-педагогической проблемой, решение которой возложено на физическое воспитание учащихся в ходе их профессиональной подготовки. При этом специалисты утверждают, что совершенствование системы спортивной подготовки и показателей физического развития студентов положительно влияет на повышение уровня их профессиональной подготовки.

Современная система физического воспитания студенческой молодежи не физкультурных вузов является приоритетной в формировании физической культуры как вида общей культуры личности, здорового образа и спортивного стиля жизнедеятельности будущих специалистов [1].

Цель

Обоснование эффективности применения баскетбола в процессе физического воспитания студентов.

Материал и методы исследования

В процессе исследования нами были использованы такие методы исследования как изучение, анализ и систематизация литературных источников.

Результаты исследования и их обсуждение

Среди наиболее эффективных средств физической культуры, способствующих повышению умственной работоспособности, могут быть спортивные игры, в частности занятия баскетболом. В основе баскетбола лежат естественные движения — бег, прыжки, броски, передачи. Им легко обучать детей, подростков и взрослых. Поэтому баскетбол входит в программу воспитания и обучения детей, начиная с детских садов, а игры с мячами — с двухлетнего возраста. Стремление превзойти соперника в быстроте действий, направленных на достижение победы, приучает занимающихся мобилизовать свои возможности, действовать с максимальным напряжением сил, преодолевать трудности, возникающие в ходе спортивной борьбы.

Игра в баскетбол является нагрузкой аэробно-анаэробного характера, и поэтому применение баскетбола является эффективным средством для развития выносливости, что немало важно для представителей специальностей, требующих длительных умственных нагрузок.

Улучшение общей физической подготовки студентов в процессе физкультурного образования с акцентированием на баскетбол способствует укреплению здоровья, развитию основных физических и психических качеств, повышению уровня общей работоспособности.

Соревновательный характер игры, непрерывное изменение обстановки, удача или успех вызывает у спортсменов проявление разнообразных чувств и переживаний, влияющих на их деятельность. Высокий эмоциональный уровень способствует поддержанию постоянной активности и интереса к игре. Эти особенности баскетбола создают благоприятные условия для воспитания у баскетболистов, умения управлять эмоциями, не терять контроля над своими действиями. Каждый игрок на протяжении встречи, учитывая изменяющуюся игровую обстановку, не только самостоятельно определяет, какие действия ему необходимо выполнять, но и решает, когда и каким способом ему действовать. Это важно для воспитания у занимающихся творческой инициативы. В общем, не следует забывать о том, что из всех командных видов спорта баскетбол более других предрасположен к тому, чтобы выставлять на показ индивидуальные способности и дриблинг, а также, порою, в одиночку решать исход того или иного матча [2].

Так же правила игры предусматривают этичность поведения спортсменов по отношению к противникам и судьям. Персональные и технические наказания служат средством для регуляции взаимоотношений между участниками соревнований. Эта особенность имеет наибольшее значение для воспитания дружбы и товарищества, и выработыванию привычки подчинять свои действия интересам команды.

Нужно отметить, что специальная подготовленность баскетболиста базируется на подготовке опорно-двигательного аппарата к высокоинтенсивным перспективным нагрузкам, формировании активной мышечной массы тела за счет жировой, укреплении суставов для различных мощных «бросковых» движений. Таким образом, игра в баскетбол предполагает развитие специальных физических качеств, а именно, быстроты (способность игрока выполнять свои действия в кратчайшие промежутки времени), ловкости (умение быстро и точно выполнять сложные по координации движения), силы и мощности икроножной мышцы, голеностопного и коленного суставов, от которых во многом зависят сила и высота прыжка. Около 70 % всех движений баскетболиста носит скоростно-силовой характер, что приводит к развитию взрывной силы (способность проявлять свои силовые качества в кратчайший промежуток времени). Благодаря привлекательности для широких кругов населения, баскетбол способствует формированию мотивации студентов не физкультурных вузов к занятиям физической культурой как в урочное, так и внеурочное время. В совокупности с учебными занятиями правильно организованные самостоятельные занятия обеспечивают оптимальную непрерывность и эффективность физического воспитания [3].

Таким образом, можно отметить, что применение баскетбола при организации процесса физического воспитания студентов не физкультурных вузов позитивно влияет на гармонизацию личности учащихся.

Выводы

Таким образом, можно сделать заключение, что занятие баскетболом значительно стимулирует двигательные функции — основные функции человеческого организма, которые следует постоянно совершенствовать для повышения работоспособности в любом виде деятельности, в том числе и умственной [4].

В заключение надо сказать, что, являясь составной частью физической культуры, воспитание и развитие двигательных способностей содействует решению социально обусловленных задач: всестороннему и гармоничному развитию личности, достижению высокой устойчивости организма к социально-экологическим условиям, повышению адаптивных свойств организма. Воспитание физических качеств, способствует развитию физической и умственной работоспособности, более полной реализации творческих сил человека в интересах общества.

ЛИТЕРАТУРА

1. Воробьева, В. А. Психофизиологические особенности игроков баскетбольных команд в вузах / В. А. Воробьева // Физическое воспитание студентов творческих специальностей.

2. Научная библиотека КиберЛенинка [Электронный ресурс]. — Режим доступа: <http://cyberleninka.ru/article/n/basketbol-v-fizicheskom-vozpitanii-studentov-nefizkulturnyh-vuzov#ixzz411D8m6pw>. — Дата доступа: 10.03.2016.
3. Приходько, Н. К. Оптимизация двигательной активности студен-ток гуманитарных вузов в процессе учебных занятий по физическому воспитанию: автореф. дис. ... канд. пед. наук : 13.00.04 / Н. К. Приходько. — Хабаровск, 2000. — С. 145.
4. Соловьев, В. Н. Умственная и физическая работоспособность студентов как фактор адаптации к учебному процессу / В. Н. Соловьев // Успехи современного естествознания. — 2004. — № 8. — С. 69.

УДК 616.3:314.44

**ЗАБОЛЕВАЕМОСТЬ БОЛЕЗНЯМИ ОРГАНОВ ПИЩЕВАРЕНИЯ
НАСЕЛЕНИЯ ВИЛЕЙСКОГО РАЙОНА ЗА 2009–2014 гг.**

Мамай И. Д.

Научный руководитель: старший преподаватель *Е. П. Живицкая*

Учреждение образования

**«Международный государственный экологический институт имени А. Д. Сахарова»
Белорусского государственного университета
г. Минск, Республика Беларусь**

Введение

Болезни органов пищеварения (БОП) остаются актуальной проблемой клинической медицины, привлекают к себе внимание как практикующих врачей, так и организаторов здравоохранения. Во всем мире ежегодно увеличивается количество людей, страдающих заболеваниями желудочно-кишечного тракта и гепатобилиарной системы [1]. Проблема раннего активного выявления болезней органов пищеварения остается одной из важнейших проблем организации здравоохранения.

Существенным аргументом, определяющим медико-социальную значимость болезней органов пищеварения, служит то, что этой патологией страдают все возрастные группы населения — лица трудоспособного возраста, пожилые и старики, дети и подростки [2]. Сочетанность поражения, рецидивирующий характер течения болезни, формирование сопряженных с болезнями пищеварительной системы психосоматических расстройств, ятрогенный фактор (полипрагмазия при лечении больных, широкое использование нестероидных противовоспалительных препаратов, кортикостероидов и др. препаратов, способствующих поражению органов пищеварения) отрицательно сказываются на качестве жизни пациентов, увеличивают число пациентов с хроническими формами БОП [3, 4].

Цель

Изучить особенности заболеваемости БОП населения Вилейского района Минской области за период с 2009 по 2014 гг.

Материал и методы исследования

На основании информации о числе случаев заболеваний БОП, полученной из УЗ «Вилейская центральная районная больница» за 2009–2014 гг., были рассчитаны показатели первичной и общей заболеваемости взрослого населения, проведен анализ динамических рядов заболеваемости, определены многолетние тенденции.

Результаты исследования и их обсуждение

В структуре общей заболеваемости взрослого населения БОП на протяжении всего изучаемого периода первое ранговое место занимала язвенная болезнь желудка (36 %), во втором месте находился гастрит (29 %), третья позиция принадлежала панкреатиту (12 %).

Общая заболеваемость взрослого населения Вилейского района БОП за период с 2009 по 2011 гг. снизилась на 23,8 %: с 56,9 на 1 тыс. чел. до 43,3 на 1 тыс. чел. колебалась в незначительных пределах. Однако в 2012 г. показатель общей заболеваемости увеличился в 1,5 раза и далее на протяжении 2012–2014 гг. оставался стабильным на уровне 62–66 на 1 тыс. чел. Среднегодовой показатель общей заболеваемости составил 59 ‰.