

УДК 796.092.2«2014»(470+571)

ИТОГИ ВЫСТУПЛЕНИЯ БЕЛОРУССКИХ СПОРТСМЕНОВ НА XXII ЗИМНИХ ОЛИМПИЙСКИХ ИГРАХ В СОЧИ

Зиновьева Е. В.

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

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

Введение

Торжественное открытие Олимпиады состоялось 7 февраля 2014 г.

В Олимпийских играх принимали участие 88 стран. Всего участники главных стартов Олимпиады разыграли 98 комплектов наград в 15 видах спорта. Девиз и главный слоган Олимпийских игр в Сочи — «Жаркие. Зимние. Твои».

Государственный флаг Беларуси на параде открытия XXII зимних Олимпийских игр в Сочи пронес олимпийский чемпион Ванкувера-2010 в лыжной акробатике фристайла Алексей Гришин.

Цель

Анализ итогов выступления белорусских спортсменов на XXII зимних Олимпийских играх в Сочи.

Материалы и методы

Анализ интернет источников.

Результаты исследования и их обсуждение

На XXII зимних Олимпийских играх в Сочи белорусские спортсмены выступили в пяти дисциплинах программы: биатлон, фристайл, лыжные гонки, горные лыжи и шорт-трек.

По итогам Олимпиады в Сочи у сборной Беларуси 6 медалей: 5 золотых и 1 бронзовая.

В общекомандном медальном зачете XXII зимних Олимпийских игр Беларусь заняла 8-е место.

Первую золотую медаль в копилку сборной Беларуси завоевала Дарья Домрачева. 14 февраля Дарья Домрачева стала двукратной чемпионкой Олимпийских игр в Сочи: после победы 11 февраля в гонке преследования лидер белорусской биатлонной команды выиграла индивидуальную гонку на 15 км с четырьмя огневыми рубежами.

Третье место и бронзовую медаль завоевала белоруска Надежда Скардино.

Четвертую медаль — золото — Беларуси принесла фристайлистка Алла Цупер.

Пятую медаль в зачет белорусской сборной и свое третье золото 17 февраля завоевала Дарья Домрачева, став трехкратной олимпийской чемпионкой и первой женщиной в биатлоне, получившей три высшие награды на одной Олимпиаде. В этот же день президент республики Беларусь Александр Григорьевич Лукашенко присвоил Домрачевой звание «Герой Беларуси».

Вечером 17 февраля белорус Антон Кушнир стал чемпионом Олимпийских игр в лыжной акробатике фристайла.

Главный тренер сборной Беларуси по биатлону в Сочи-2014 — Андриан Цыбульский.

Главный тренер сборной Беларуси по фристайлу (лыжная акробатика) в Сочи-2014 Николай Козеко.

Торжественная церемония закрытия XXII зимних Олимпийских игр состоялась 23 февраля 2014 г. на стадионе «Фишт» в Сочи. Знаменосцем белорусской сборной стала трехкратная олимпийская чемпионка биатлонистка Дарья Домрачева.

Белорусским олимпийцам удалось не только завоевать престижные награды Сочи-2014, но и помочь начинающим спортсменам. Президентский спортивный клуб, Нацио-

нальный олимпийский комитет и Министерство спорта и туризма реализуют в Беларуси проект «Олимпийский выбор», согласно которому белорусские чемпионы Олимпиады направляют спонсорскую помощь в любую ДЮСШ на выбор.

Выводы

Белорусские олимпийцы установили рекорд по числу наград высшей пробы за всю суверенную историю, превзойдя на одно золото прошлое достижение летней Олимпиады-2008 в Пекине.

ЛИТЕРАТУРА

1. Беларусь на Олимпиаде-2014 в Сочи [Электронный ресурс]. — Режим доступа: <http://www.belarus.by/ru/about-belarus/sport/belarus-at-sochi-2014-winter-olympics>.

УДК 616.1:615.825.1

РОЛЬ ЛЕЧЕБНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ ПРИ ЛЕЧЕНИИ ЗАБОЛЕВАНИЙ СЕРДЕЧНО-СОСУДИСТОЙ СИСТЕМЫ

Зиновьева Е. В., Бандель В. Е.

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

Учреждение образования

«Гомельский государственный медицинский университет»

г. Гомель, Республика Беларусь

Введение

Сердечно-сосудистые заболевания сегодня наиболее распространены и чаще других становятся причиной инвалидности и даже смерти. Вызывают эти болезни в основном малоподвижный образ жизни, курение, злоупотребление алкоголем, постоянные стрессы.

К заболеваниям сердечно-сосудистой системы относятся ишемическая болезнь сердца (инфаркт и стенокардия, пороки сердца), сердечно-сосудистая недостаточность, атеросклероз, гипертония (повышенное артериальное давление), гипотония (пониженное артериальное давление) и варикозное расширение вен.

Цель

Определить роль лечебной физической культуры (ЛФК) при лечении заболеваний сердечно-сосудистой системы.

Материалы и методы исследования

Анализ специальной научно-методической литературы.

Результаты исследования и их обсуждение

Широкое распространение заболеваний сердечно-сосудистой системы настоятельно требует прежде всего интенсификации массовых профилактических мероприятий. Непременной составной частью профилактики является физическая культура. Известно, что под влиянием физических упражнений улучшаются функциональное состояние и сократительная функция миокарда; повышается коронарный резерв и экономичность сердечной деятельности; улучшается коллатеральное кровообращение; уменьшаются секреция катехоламинов, содержание липидов и общего холестерина в крови; улучшается периферическое кровообращение и др.

Роль физических упражнений не ограничивается профилактикой заболеваний сердечно-сосудистой системы. Они имеют большое влияние и при их лечении. Упражнения для мелких мышечных групп вызывают расширение артериол, что снижает периферическое сопротивление артериальному кровотоку. Работа сердца облегчается также при выполнении дыхательных упражнений, благодаря улучшению движения крови по венам при ритмичной смене сокращения и расслабления мышц. Действие их объясняется изменением внутриг-