

МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ РЕСПУБЛИКИ БЕЛАРУСЬ
УЧРЕЖДЕНИЕ ОБРАЗОВАНИЯ
«БЕЛОРУССКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»
ФАКУЛЬТЕТ СОЦИОКУЛЬТУРНЫХ КОММУНИКАЦИЙ
КАФЕДРА ЭКОЛОГИИ ЧЕЛОВЕКА

**СОВРЕМЕННЫЕ МЕТОДЫ
ФОРМИРОВАНИЯ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ
У СТУДЕНЧЕСКОЙ МОЛОДЕЖИ**

**Сборник научных статей по материалам
I Республиканской научно-практической конференции
с международным участием**

Минск, 15 марта 2017 г.

Минск
Издательский центр БГУ
2017

УДК 378.015.31:613(06)
ББК 74.480.43я431+51.204.Оя431
С56

Рекомендовано
Советом факультета социокультурных коммуникаций БГУ
28 февраля 2017 г., протокол № 9

Редакционная коллегия:
кандидат биологических наук доцент *И. В. Пантюк* (ответственный редактор);
А. В. Мозговая (технический редактор);
кандидат биологических наук доцент *Н. А. Телюк*;
кандидат филологических наук *А. О. Долгова*; *Н. А. Шестиловская*

Рецензенты:
доктор биологических наук профессор *В. Ю. Давыдов*;
доктор педагогических наук профессор *В. А. Коледа*

Современные методы формирования здорового образа жизни
С56 у студенческой молодежи : сб. науч. ст. по материалам I Респ.
науч.-практ. конф. с междунар. участием, Минск, 15 марта 2017 г. /
редкол. : *И. В. Пантюк* (отв. ред.) [и др.]. — Минск : Изд. центр БГУ,
2017. — 306 с.

ISBN 978-985-553-424-3.

В сборник включены научные статьи, представленные участниками из Беларуси, России, Исламской Республики Иран на I Республиканской научно-практической конференции с международным участием «Современные методы формирования здорового образа жизни у студенческой молодежи».

Материалы отражают проблемы теории и практики формирования здорового образа жизни у студенческой молодежи. Представлены результаты научных исследований по вопросам формирования личности студента в процессе физического воспитания; психолого-педагогические, социальные, экологические и философские аспекты здоровья, физической культуры и спорта у молодежи; опыт внедрения и использования здоровьесозидающих технологий и массовых форм физической культуры и спорта в образовательном процессе вузов и в жизнедеятельности студентов.

Предназначено для ученых, преподавателей вузов, учителей, аспирантов, магистрантов, студентов, работников образования и здравоохранения.

Ответственность за оформление и содержание материалов несут авторы.

УДК 378.015.31:613(06)
ББК 74.480.43я431+51.204.Оя431

ISBN 978-985-553-424-3

© Оформление. РУП «Издательский центр БГУ», 2017

ОСОБЕННОСТИ МЕДИКО-БИОЛОГИЧЕСКОГО ОБЕСПЕЧЕНИЯ ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ (НА ПРИМЕРЕ ЦИКЛИЧЕСКИХ ВИДОВ СПОРТА)

Яковлев А.Н., Журавский А.Ю.

*Полесский государственный университет,
Пинск, Республика Беларусь
E-mail: yak-33-c1957@mail.ru*

Резюме. В статье раскрываются основные аспекты физкультурно-спортивной деятельности и медико-биологическое обеспечение инновационного педагогического процесса. Психолого-педагогическое тестирование, занимающееся циклическими видами спорта, и определение уровня функциональных показателей, — это тот резерв, который обеспечивает путь к наивысшим спортивным результатам.

Ключевые слова: физкультурно-спортивная деятельность, циклические виды спорта, здоровье.

FEATURES OF BIOMEDICAL SUPPORT OF PHYSICAL CULTURE AND SPORTS ACTIVITY (ON EXAMPLE OF CYCLIC SPORTS)

Yakovlev A.N., Zhuravsky A.Y.

*Poleski State University,
Pinsk, Republic of Belarus*

Summary. The article describes major aspects of physical culture and sports activity and biomedical support of innovative pedagogical process. Psychological and educational testing, dealing with cyclical sports and determination of the level of functional parameters constitute the reserve that provides a pathway to the highest sports results.

Key words: physical culture and sports activity, cyclic sports, health.

Введение. В нашем исследовании изучены биологические и психофизиологические факторы, которые оказывают доминирующее влияние на всех этапах онтогенеза [2 – 4].

Значительное снижение возрастных границ в современном спорте, его омоложение, приводит к тому, что требования к медико-биологическому обеспечению деятельности детско-юношеских спортивных школ (не зависимо от ведомственной принадлежности и уровня спортивной значимости) значительно возрастают, особенно в циклических видах спорта. Увеличиваются объем, интенсивность занятий на всех этапах спортивной подготовки, величины которых приближаются к критическим показателям [1–3].

Комплексное воздействие физических нагрузок на организм человека привело к необходимости изменить подходы к оценке результатов в циклических видах спорта. Это обусловлено стремлением социума и спортсмена к максимальным спортивным результатам, которые определяют значимость страны на международной арене и статус личности в обществе, т.к. олимпийские виды спорта влияют на неофициальный командный зачет и дают возможность усилить влияние в мире спорта, направить крупные финансовые потоки на организацию и проведение соревнований мирового масштаба.

Несмотря на достижение в науке в этом направлении наиболее проблемным остаются вопросы, связанные методологией комплексной диагностики медико-биологического и психологического сопровождения учебно-тренировочного процесса.

Цель работы. Выявить особенности организационно-методического сопровождения физкультурно-спортивной деятельности в циклических видах спорта и обобщить опыт работы с ведущими спортсменами Российской Федерации (РФ), Республики Беларусь (РБ).

Материалы и методы. Анализ литературы, педагогические методы (тестирование, эксперимент), медико-биологические (функциональная диагностика, антропометрия), методы математической статистики и обработки эмпирических данных.

Результаты и обсуждение. При анализе научной и специальной литературы выявлено, что медико-биологическое и психологическое сопровождение обеспечивают высокие спортивные результаты [1–4], так как научные достижения, позволяют расширить резервные возможности спортсменов в циклических видах спорта, главным образом, функциональные показатели и уровень психологической устойчивости к сбивающим факторам.

Действия мировых спортивных держав, определяющие эффективность спортивных практик на основе прогрессирующего научного потенциала, имеют свои особенности. Так, для Германии характерен следующий алгоритм в области спортивной медицины (врачу необходимо иметь сертификат — 120 занятий и назначение на 1 год в специальном лицензированном медицинском центре). Механизм взаимодействия врача и тренера осуществляется через соглашения о сотрудничестве с разграничением полномочий. В Китае привлекаются специалисты здравоохранения, по контролю качества продуктов питания и медикаментов, традиционной китайской медицины. Американские команды сопровождают специалисты уровня Nursery Graduate.

В конце XX века сформирована сеть исследовательских центров, интернатов и специализированных школ (медицинское обеспечение которых осуществляется в условиях информационной закрытости), унифицирована система обследования и тестов, которые находятся в закрытом банке данных, систематизируется информация о спортсменах других стран, широко применяется нетрадиционная медицина.

Таким образом, приведенные сведения указывают на постоянный научный поиск в данном направлении, но наиболее проблемным является психологическое или психофизиологическое содержание отобранных тестов, которые часто не дают научно ясных или практически значимых результатов).

Спортивный психолог Р.М. Загайнов (2005) к качествам спортсмена победителя относит следующие особенности: «...непобедимость, воля, концентрация, установка-мотивация, профессионализм, «закрытость», «ритуализм», «сопротивляемость», стабильность...» [1].

Анализ научной литературы и данные подготовки спортсменов Российской Федерации и Республики Беларусь дают основания полагать что оценка функционального состояния осуществляется в основном с помощью метода эргоспирометрии («Т-эрго ПРО») (беговая дорожка увеличением угла наклона до 250м и скорости); велоэргометра «В-эрго ПРО» (велоэнгометр), газоанализатора Космед и портативного электрокардиографа Кварк Т12х.

Применение оборудования для спортивного отбора в циклические виды спорта и деятельность научно-исследовательской лаборатории лонгитудинальных исследований Полесского государственного университета позволяет учитывать данные молекулярно-биологических исследований: ДНК-технологии в физической культуре и спорте; разработки отечественных диагностических тест-систем для нужд

физической культуры и спорта; проведения молекулярно-биологических изучения полиморфизмов генов, ассоциированных с занятиями спортом.

Быстро провести функциональную диагностику, коррекцию, восстановительное лечение, снять психофизиологические нагрузки после экстремальных нагрузок и предстартовое напряжение — это ключевые направления в медико-биологическом и психологическом обеспечении учебно-тренировочного процесса, который «устремляет», спортсмена к вершинам достижений, так значимых для него самого и конечно государства [3–4].

Согласно полученным данным, наибольший прирост функциональных показателей эргоспирометрического тестирования были получены у спортсменов циклических видов спорта на беговой дорожке (время нагрузки от 11,29 до 13,55 минут, время наступления ПАНО от 8,53 до 11,58 минут, МПК от 60,43 до 68,77 мл/мин/кг), которые практически в 2 раза были выше, чем у спортсменов скоростно-силовых видов спорта при велоэргометрии (время нагрузки от 7,47 до 8,16 минут, время наступления ПАНО от 4,13 до 8,54 минут, МПК от 36,84 до 38,69 мл/мин/кг), и в среднем в 1,5 раза выше по сравнению со спортсменами сложно-координационных видов спорта во время бега на тредбане (время нагрузки от 7,00 до 11,33 минуты, время наступления ПАНО от 5,42 до 10,12 минут, МПК от 37,95 до 60,21 мл/мин/кг). Спортсмены с длительными циклическими нагрузками обладают средними показателями (3 – 4 балла).

Выводы. Анализ научных источников и обобщение опыта Российской Федерации, Республики Беларусь, материалы исследований, проведенных в Полесском государственном университете дают основание полагать: в циклических видах спорта (гребля на байдарках и каноэ, плавание, легкая атлетика) медико-биологическое сопровождение физкультурно-спортивной деятельности (учебно-тренировочный процесс) в первую очередь зависит от индивидуальных особенностей спортсмена, психологических характеристик, морфофункциональных показателей и генетических данных (прогноз успешности), скорости протекания биоэнергетических процессов, именно в таких условиях, когда физические нагрузки выходят на пик или максимальный уровень, можно с большой вероятностью контролировать и вносить коррективы в процессы адаптации.

При помощи тестирования на всех этапах спортивной тренировки, особенно в условиях тренировок в среднегорье, необходима оценка содержания гемоглобина, железа, глюкозы, активности АсАТ, АлАТ, КФК в крови, биоимпедансных показателей, применение биологически

активных добавок, способствующих улучшению функционального состояния спортсменов.

ЛИТЕРАТУРА

1. Загайнов, Р. М. Психологическое мастерство тренера и спортсмена: Методическое пособие для олимпийцев / Р.М. Загайнов // М.: Советский спорт, 2005. – 106 с.
2. Нагорнов, П. С. Идеальная личность спортсмена, создающая объективные условия для ее формирования / П. С. Нагорнов, С. Д. Неверкович // Наука, психология, образование. – 2007. – № 1. – С. 28 – 31.
3. Уйба, В. В. Медицинское и медикобиологическое обеспечение спорта высших достижений: итоги и перспективы развития Центра лечебной физкультуры и спортивной медицины Федерального медико-биологического агентства / В.В. Уйба, Ю. В. Мирошникова // Тула, 2014. – 608 с.
4. Уйба, В. В. Основные перспективы организации оказания персонализированной медицинской помощи в системе федерального медико-биологического агентства. / В.В. Уйба // Медицина экстремальных ситуаций. – 2015 – №2. – С. 71–76.

ОГЛАВЛЕНИЕ

СЕКЦИЯ 1 МЕДИКО-БИОЛОГИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ И ВОЗРАСТНЫЕ ОСОБЕННОСТИ ПРИМЕНЕНИЯ ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫХ ТЕХНОЛОГИЙ И СИСТЕМ

ПИЛАТЕС КАК СРЕДСТВО ПРОФИЛАКТИКИ ЗАБОЛЕВАНИЙ ПОЗВОНОЧНИКА И РАЗВИТИЯ ФИЗИЧЕСКОЙ СИЛЫ СТУДЕНТОК <i>Зуева Е.Н., Омелюсик В.С.</i>	3
PILATES AS A MEANS OF PREVENTION OF SPINAL DISORDERS AND DEVELOPMENT OF PHYSICAL FORCES OF STUDENTS <i>Zuyeva E., Amaliusik V.</i>	3
СРАВНИТЕЛЬНЫЙ АНАЛИЗ ФИЗИЧЕСКОГО РАЗВИТИЯ ДЕВОЧЕК ШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА С НАРУШЕНИЕМ СЛУХА И ПРАКТИЧЕСКИ ЗДОРОВЫХ СВЕРСТНИЦ <i>Кипень М.Н., Григорович И.Н., Михальчук Д.А.</i>	7
COMPARATIVE ANALYSIS OF THE PHYSICAL DEVELOPMENT OF SCHOOL-AGE GIRLS WITH HEARING DISORDERS AND THEIR APPARENTLY HEALTHY PEERS <i>Kipen M.N., Grigorovich I.N., Mikhail'chuk D.A.</i>	8
ИССЛЕДОВАНИЕ МОРФОФУНКЦИОНАЛЬНОГО СОСТОЯНИЯ И АДАПТИВНЫХ РЕЗЕРВОВ ОРГАНИЗМА ШКОЛЬНИКОВ <i>Ковалева О.А., Жукова И.А.</i>	11
THE STUDY OF MORPHO-FUNCTIONAL STATE AND ADAPTIVE RESERVES OF THE PUPILS' ORGANISM <i>Kovalyova O.A., Zhukova I.A.</i>	11
БИОМЕДИЦИНСКИЕ АСПЕКТЫ ВЕГЕТАРИАНСТВА <i>Ларионов П.М.</i>	14
BIOMEDICAL ASPECTS OF VEGETARIANISM <i>Larionov P.M.</i>	14
СОЦИАЛЬНО-ПРАВСТВЕННЫЕ ОТНОШЕНИЯ ВРАЧА И ПАЦИЕНТА КАК РЕАЛИЗАЦИЯ ПРАВА ЧЕЛОВЕКА НА СОХРАНЕНИЕ ЗДОРОВЬЯ <i>Левшук Л.М., Альшевская С.В., Загарских И.Н., Саржевская Е.А.</i>	19

SOCIAL AND MORAL RELATIONS BETWEEN A PHYSICIAN AND A PATIENT AS THE REALIZATION OF A HUMAN RIGHT ON THE HEALTH PRESERVATION <i>Levshuk L.M., Alshevskaya S.V., Zagarskikh I.N., Sarzhevskaya E.A.</i>	20
ГИГИЕНИЧЕСКАЯ ОЦЕНКА НУТРИЕНТНОГО СОСТАВА РАЦИОНА И РЕЖИМА ПИТАНИЯ ШКОЛЬНИКОВ <i>Оленцевич К.П., Лысюк А.Ю., Чуглазова А.М., Ковалева О.А.</i>	24
THE SANITARY EVALUATION OF THE PUPILS' NUTRIENT DIET AND DIETARY REGIME <i>Olentsevich K.P., Lysyuk A.Y., Chuglazova A.M., Kovaleva O.A.</i>	24
СТРУКТУРА И ПСИХОСОЦИАЛЬНЫЕ ФАКТОРЫ ЗАВИСИМОГО ПОВЕДЕНИЯ СТУДЕНТОВ ВУЗОВ <i>Авин А.И.</i>	28
STRUCTURE AND PSYCHOSOCIAL FACTORS DEPENDENT BEHAVIOR UNIVERSITY STUDENTS <i>Avin A.I.</i>	29
ОСНОВНЫЕ ОШИБКИ ПИТАНИЯ СТУДЕНТОВ <i>Сторчак П.В.</i>	33
BASIC MISTAKES IN THE DIET OF STUDENTS <i>Storchak P.V.</i>	33
УПОТРЕБЛЕНИЕ ПИТЬЕВОЙ ВОДЫ КАК ЧАСТЬ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ СТУДЕНЧЕСКОЙ МОЛОДЕЖИ <i>Сторчак П.В., Анвари-Нежад А., Дроздова Н.А.</i>	36
THE USE OF DRINKING WATER AS PART OF A HEALTHY WAY OF LIFE OF STUDENTS' YOUTH <i>Storchak P.V., Anvari-Nejad A., Drozdova N.A.</i>	37
ЗДОРОВЫЙ ОБРАЗ ЖИЗНИ КАК ФАКТОР БЕЗОПАСНОЙ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ <i>Телюк Н.А.</i>	40
A HEALTHY LIFESTYLE AS A FACTOR OF SAFETY LIFE-SUSTAINING ACTIVITY <i>Tsialiuk N.A.</i>	40
ИССЛЕДОВАНИЕ НАПРАВЛЕНИЙ ГИГИЕНИЧЕСКОЙ ОПТИМИЗАЦИИ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА В ШКОЛЕ <i>Черник В.Ф.</i>	45

THE INVESTIGATION OF DIRECTIONS OF HYGIENIC OPTIMIZATION OF THE EDUCATIONAL PROCESS IN SCHOOL <i>Chernik V.F.</i>	46
ОЦЕНКА ФУНКЦИОНАЛЬНОГО СОСТОЯНИЯ ДЫХАТЕЛЬНОЙ СИСТЕМЫ ПОДРОСТКОВ <i>Чуглазова А.М., Лысюк А.Ю., Оленцевич К.П., Ковалева О.А.</i>	53
THE ASSESSMENT OF THE FUNCTIONAL STATE OF THE ADOLESCENT RESPIRATORY SYSTEM <i>Chuglazova A.M., Lysyuk A.Y., Olentsevich K.P., Kovaleva O.A.</i>	53
НЕКОТОРЫЕ АСПЕКТЫ ФОРМИРОВАНИЯ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ КУРСАНТОВ <i>Шедько А.Н.</i>	57
SOME ASPECTS OF HEALTHY LIFESTYLES OF STUDENTS <i>Shedko A.</i>	57
ОСОБЕННОСТИ МЕДИКО-БИОЛОГИЧЕСКОГО ОБЕСПЕЧЕНИЯ ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ (НА ПРИМЕРЕ ЦИКЛИЧЕСКИХ ВИДОВ СПОРТА) <i>Яковлев А.Н., Журавский А.Ю.</i>	61
FEATURES OF BIOMEDICAL SUPPORT OF PHYSICAL CULTURE AND SPORTS ACTIVITY (ON EXAMPLE OF CYCLIC SPORTS) <i>Yakovlev A.N., Zhuravsky A.Y.</i>	61

**СЕКЦИЯ 2
ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ, ЭКОЛОГИЧЕСКИЕ
И ФИЛОСОФСКИЕ АСПЕКТЫ ЗДОРОВЬЯ,
ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА У МОЛОДЕЖИ**

НЕКОТОРЫЕ МЕТОДИЧЕСКИЕ ПРИЕМЫ ФОРМИРОВАНИЯ ЭМПАТИИ У СТУДЕНТОВ ГУМАНИТАРНЫХ СПЕЦИАЛЬНОСТЕЙ <i>Альшевская Н.Е.</i>	66
SOME METHODS OF FORMATION OF EMPATHY AMONG STUDENTS OF HUMANITARIAN SPECIALTIES <i>Alshevskaya N.</i>	66
ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ БЕЗОПАСНОСТЬ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ СРЕДЫ ВУЗА <i>Журавлева А.Е.</i>	71

PSYCHOLOGICAL SECURITY OF THE EDUCATIONAL ENVIRONMENT OF THE UNIVERSITY <i>Zhuravleva A.</i>	71
К ВОПРОСУ О ГЕНДЕРНЫХ ОСОБЕННОСТЯХ АГРЕССИВНОСТИ НА ПРИМЕРЕ СТУДЕНТОВ ГУМАНИТАРНЫХ СПЕЦИАЛЬНОСТЕЙ БГУ <i>Каспарова Е.Н., Малецкая В.П.</i>	76
THE ISSUE OF GENDER PECULIARITIES OF AGGRESSIVENESS ON THE EXAMPLE OF HUMANITARIAN STUDENTS OF THE BSU <i>Kasparova Y.N., Maletskaya V.P.</i>	76
ЭТАПЫ РАЗВИТИЯ ПЕДАГОГИЧЕСКИХ ИДЕЙ ФОРМИРОВАНИЯ КУЛЬТУРЫ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ СТУДЕНТОВ В СИСТЕМЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ <i>Лойко О.Л.</i>	80
THE DEVELOPMENT STAGES OF PEDAGOGICAL IDEAS OF THE STUDENTS' HEALTHY LIFESTYLE CULTURE FORMATION IN THE SYSTEM OF HIGHER EDUCATION <i>Loiko O.L.</i>	81
ПРОФИЛАКТИКА ТРЕВОЖНОСТИ СТУДЕНТОВ-ПЕРВОКУРСНИКОВ В УСЛОВИЯХ ВЫСШЕЙ ШКОЛЫ <i>Медведок Т.В.</i>	85
THE PREVENTION OF ANXIETY OF FIRST-YEAR STUDENTS IN THE HIGH SCHOOL CONDITIONS <i>Medvedok T.V.</i>	85
ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ СУЩНОСТЬ И ЗДОРОВЬЕ ЛИЧНОСТИ <i>Мещеряков С.А.</i>	89
PSYCHOLOGICAL ESSENCE AND HEALTH OF A PERSON <i>Mesheryakov S.</i>	89
ИССЛЕДОВАНИЕ СКЛОННОСТИ СТУДЕНТОВ К АДДИКТИВНОМУ ПОВЕДЕНИЮ <i>Короткевич О.А., Новак Н.Г.</i>	93
THE STUDY OF THE INCLINATION OF STUDENTS TO ADDICTIVE BEHAVIOR <i>Korotkevich O., Novak N.</i>	93

ПЕДАГОГИЧЕСКАЯ МОДЕЛЬ ФОРМИРОВАНИЯ КУЛЬТУРЫ ЗДОРОВЬЯ СТУДЕНТА	
<i>Левкевич В.Г., Ножка И.А., Шило О.В.</i>	99
PEDAGOGICAL MODEL OF FORMATION OF CULTURE OF HEALTH OF THE STUDENT	
<i>Levkevich V.G., Nojka I.A., Shylo O.V.</i>	99
СФОРМИРОВАННОСТЬ КОМПОНЕНТОВ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ У СТУДЕНТОВ СПЕЦИАЛЬНОСТИ «СОЦИАЛЬНАЯ РАБОТА»	
<i>Пантюк И.В., Янушевич И.И., Омелюсик В.С.</i>	103
FORMATION OF THE COMPONENTS OF A HEALTHY LIFESTYLE AMONG STUDENTS OF THE SPECIALTY «SOCIAL WORK»	
<i>Pantiouk I., Yanushevich I., Amialiusik V.</i>	103
ВЛИЯНИЕ ОБРАЗА ЖИЗНИ СТУДЕНТОВ НА СТОМАТОЛОГИЧЕСКОЕ ЗДОРОВЬЕ	
<i>Полоник И.С., Громова В.С., Шандора Н.И.</i>	111
THE IMPACT OF STUDENTS' LIFESTYLE ON THEIR DENTAL HEALTH	
<i>Palonik I., Hromava V., Shandora N.</i>	111
ТЕОРЕТИЧЕСКИЙ АНАЛИЗ ПРОБЛЕМЫ СКЛОННОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ К АДДИКТИВНОМУ ПОВЕДЕНИЮ	
<i>Прокопенко А.С.</i>	115
THEORETICAL ANALYSIS OF THE PROBLEM THE PROPENSITY OF STUDENTS TO THE ADDICTIVE BEHAVIOR	
<i>Prokopenko A.</i>	116
ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ МОЛОДЕЖИ	
<i>Пылишева И.А.</i>	119
PSYCHOLOGICAL AND PEDAGOGICAL ASPECTS OF A HEALTHY LIFESTYLE OF YOUNG PEOPLE	
<i>Pylishева I.</i>	120
К УСЛОВИЯМ БЕЗОПАСНОСТИ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ СРЕДЫ	
<i>Ракицкая А.В.</i>	124
SAFETY CONDITIONS OF THE EDUCATIONAL ENVIRONMENT	
<i>Rakitskaya H.</i>	124

ФОРМИРОВАНИЕ ЛИЧНОСТНОГО ОТНОШЕНИЯ К СВОЕМУ ЗДОРОВЬЮ	
<i>Самусик А.И., Евшель И.В.</i>	129
FORMATION OF PERSONAL ATTITUDES TOWARDS ONE'S HEALTH	
<i>Samusik A.I., Evshel I.V.</i>	129
ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА АДДИКТИВНОЙ ЛИЧНОСТИ	
<i>Тихуня А.Е.</i>	133
PSYCHOLOGICAL CHARACTERISTICS OF ADDICTIVE PERSONALITY	
<i>Tsikhinia A.</i>	133
ПРОБЛЕМЫ ФОРМИРОВАНИЯ ЛИЧНОСТИ КУРСАНТОВ В ПРОЦЕССЕ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ	
<i>Шафрановский М.Е., Фильгина Е.В.</i>	138
THE PROBLEMS OF FORMATION OF CADETS' PERSONALITY IN THE PROCESS OF PHYSICAL EDUCATION	
<i>Shafranouski M., Filgina A.</i>	139
СРАВНИТЕЛЬНЫЙ АНАЛИЗ ПОКАЗАТЕЛЕЙ ПСИХОФИЗИОЛОГИЧЕСКОЙ АДАПТАЦИИ СТУДЕНТОВ 1-5 КУРСОВ К УЧЕБНОМУ ПРОЦЕССУ	
<i>Шестиловская Н.А.</i>	143
COMPARATIVE ANALYSIS OF PSYCHOPHYSIOLOGICAL ADAPTATION INDICATORS OF STUDENTS FROM THE FIRST TO THE FIFTH YEARS TO THE EDUCATIONAL PROCESS	
<i>Shetilovskaya N.</i>	143
РОЛЬ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ В ПРОЦЕССЕ САМОВОСПИТАНИЯ ЛИЧНОСТИ СТУДЕНТА	
<i>Левкевич В.Г., Ножка И.А., Шило О.В.</i>	147
THE ROLE OF PHYSICAL EDUCATION IN THE PROCESS OF THE SELF-FORMATION OF STUDENT'S INDIVIDUALITY	
<i>Levkevich V.G., Nojka I.A., Shiloh O.V.</i>	147

СЕКЦИЯ 3
ВНЕДРЕНИЕ И ИСПОЛЬЗОВАНИЕ ЗДОРОВЬЕСОЗИДАЮЩИХ
ТЕХНОЛОГИЙ В ОБРАЗОВАТЕЛЬНОМ ПРОЦЕССЕ ВУЗА И В
ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ СТУДЕНТОВ

ОТНОШЕНИЯ СТУДЕНТОВ К ЗАНЯТИЯМ ПО ДИСЦИПЛИНЕ «ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА» В УВО <i>Самусик А.И., Евшель И.В.</i>	151
RELATIONS OF STUDENTS TO CLASSES ON SUBJECTS "PHYSICAL CULTURE" IN SVR <i>Samusik A.I., Evshel I.V.</i>	151
МИНИ-ГОЛЬФ КАК СРЕДСТВО ФИЗИЧЕСКОЙ РЕКРЕАЦИИ СРЕДИ ВЗРОСЛОГО НАСЕЛЕНИЯ <i>Баранаев Ю.А., Ситкевич Г.Н.</i>	155
MINI GOLF AS A MEANS OF PHYSICAL RECREATION AMONG THE POPULATION <i>Baranaev Yu.A., Sitkevich G.N.</i>	155
ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИЕ ТЕХНОЛОГИИ В ОБРАЗОВАТЕЛЬНОМ ПРОЦЕССЕ СТУДЕНТОВ ТВОРЧЕСКОГО ВУЗА <i>Бутько А.В.</i>	158
HEALTH-SAVING TECHNOLOGIES IN THE EDUCATIONAL PROCESS OF CREATIVE HIGH SCHOOL STUDENTS <i>Butko A.V.</i>	159
СРАВНЕНИЕ МОРФОФУНКЦИОНАЛЬНОГО СОСТОЯНИЯ ОРГАНИЗМА СТУДЕНТОВ РАЗНЫХ ФАКУЛЬТЕТОВ, ИМЕЮЩИХ ОТЛИЧИЯ ПО УРОВНЮ ДВИГАТЕЛЬНОЙ АКТИВНОСТИ <i>Герасевич А.Н., Олексюк А.П., Пархоц Е.Г.</i>	163
COMPARISON OF THE MORPHOFUNCTIONAL STATE OF THE ORGANISM OF STUDENTS OF DIFFERENT FACULTIES HAVING DIFFERENCES IN THE LEVEL OF PHYSICAL ACTIVITY <i>Gerasevich A.N., Oleksiuk A.P., Parhoc E.G.</i>	163
ПРОФЕССИОНАЛЬНЫЕ ЗАБОЛЕВАНИЯ ПЕДАГОГА И ИХ ПРОФИЛАКТИКА В ПРОЦЕССЕ ОБУЧЕНИЯ СТУДЕНТОВ <i>Глазько Т.А., Лепешинская И.А., Суша З.Н.</i>	169
TEACHER'S PROFESSIONAL DISEASES AND THEIR PREVENTION IN THE PROCESS OF TEACHING STUDENTS <i>Glazko T.A., Lepeshinskaya I.A., Susha Z.N.</i>	169

ОЗДОРОВИТЕЛЬНАЯ СЛАВЯНСКАЯ ГИМНАСТИКА «ЗДРАВА» <i>Зыгмант И.В., Оленская Т.Л., Остапюк Е.С., Коваленко Ю.А.</i>	174
WELLNESS SLAVIC GYMNASTICS «ZDRAVA» <i>Zygmant I., Alenskaya T., Astapiuk A., Kavalenka Yu.</i>	174
СКАНДИНАВСКАЯ ХОДЬБА И ТЕРРЕНКУР КАК ФОРМА ФИЗИЧЕСКОГО ОЗДОРОВЛЕНИЯ СТУДЕНТОВ СПЕЦИАЛЬНЫХ МЕДИЦИНСКИХ ГРУПП УО «ВИТЕБСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ МЕДИЦИНСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ» <i>Зыгмант И.В., Оленская Т.Л., Остапюк Е.С., Коваленко Ю.А.</i>	179
NORDIC WALKING AND TERRENKUR AS A FORM OF PHYSICAL REHABILITATION OF SPECIAL MEDICAL GROUPS OF STUDENTS OF THE VITEBSK STATE MEDICAL UNIVERSITY <i>Zygmant I.V., Olenskaya T.L., Ostapyuk E.S., Kovalenko Yu.A.</i>	179
ИНТЕРАКТИВНАЯ ДОСКА И ФАКТОРЫ ЗДОРОВЬЕСБЕРЕЖЕНИЯ <i>Кавцевич В.Н., Жудрик Е.В., Свирид И.П.</i>	183
INTERACTIVE BOARD AND HEALTH-SAVING FACTORS <i>Kavtsevich V.N., Zhudrik E.V., Svirid I.P.</i>	183
РЕПРОДУКТИВНОЕ ЗДОРОВЬЕ МОЛОДЕЖИ: ПРОБЛЕМЫ И РЕШЕНИЯ <i>Левшук Л.М., Альшевская С.В., Загарских И.Н., Саржевская Е.А.</i>	190
REPRODUCTIVE HEALTH OF YOUTH: PROBLEMS AND SOLUTIONS <i>Levshuk L.M., Alshevskaya S.V., Zagarskikh I.N., Sarzhevskaya E.A.</i>	190
ПОЯВЛЕНИЕ И РАЗВИТИЕ ФИТНЕС-ТЕХНОЛОГИЙ В ФИТНЕС- ИНДУСТРИИ ШКОЛЬНОГО ФИЗКУЛЬТУРНОГО ОБРАЗОВАНИЯ <i>Лутковская О.Ю., Миненок Е.В.</i>	196
THE EMERGENCE AND DEVELOPMENT OF FITNESS TECHNOLOGIES IN THE FITNESS INDUSTRY OF SCHOOL PHYSICAL EDUCATION <i>Lutkovska O.Yu., Minenok E.V.</i>	196
ВЕЛОМАРШРУТЫ: РОЛЬ В ПОЗНАНИИ ПРИРОДЫ И КУЛЬТУРЫ БЕЛАРУСИ И ПРОПАГАНДЕ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ <i>Львова А.А.</i>	201
BICYCLE ROUTES: ROLE IN UNDERSTANDING THE NATURE AND CULTURE OF BELARUS AND THE PROMOTION OF HEALTHY LIFESTYLES <i>Lvova A.</i>	202

ФОРМИРОВАНИЕ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ СТУДЕНТОВ: ИЗ ОПЫТА РАБОТЫ <i>Новак Н.Г., Соболева Л.Г.</i>	206
THE FORMATION OF A HEALTHY LIFESTYLE OF STUDENTS: FROM WORK EXPERIENCE <i>Novak N., Soboleva L.</i>	207
СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ МЕЖЛИЧНОСТНЫХ КОММУНИКАЦИЙ В ОРГАНИЗАЦИЯХ ЗДРАВООХРАНЕНИЯ КАК МЕРА ПО УЛУЧШЕНИЮ ПРИВЕРЖЕННОСТИ ЛЕЧЕНИЮ, ПРОФИЛАКТИКЕ И ОЗДОРОВЛЕНИЮ ОБРАЗА ЖИЗНИ СРЕДИ МОЛОДЕЖИ <i>Селиванова Т.В.</i>	212
INTERPERSONAL INTERACTION OPTIMIZATION IN HEALTHCARE INSTITUTIONS AS A MEASURE FOR IMPROVEMENT OF TREATMENT LOYALTY, DISEASE PREVENTION AND HEALTH ENHANCEMENT AMONG YOUNG PEOPLE <i>Selivanava T.V.</i>	213
ЗДОРОВЫЙ ОБРАЗ ЖИЗНИ, ТВОРЧЕСКАЯ АКТИВНОСТЬ, ДОЛГОЛЕТИЕ <i>Телюк Н.А., Прокошева В.А.</i>	219
HEALTHY LIFESTYLE, CREATIVE ACTIVITY, LONGEVITY <i>Tsialiuk N.A., Prokashava V.A.</i>	219
ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИЕ ТЕХНОЛОГИИ В ПРАКТИКЕ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ СТУДЕНТОК <i>Филимонова Н.И., Трищина Т.И., Дивисенко О.Н.</i>	226
HEALTH SAVING TECHNOLOGIES IN THE PRACTICE OF FEMALE STUDENTS' PHYSICAL EDUCATION <i>Filimonova N.I., Trischina T.I., Divisenko O.N.</i>	226
ОСНОВЫ ОРГАНИЗАЦИИ ВОСПИТАНИЯ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ СТУДЕНТОВ ВУЗА <i>Трофимчук А.Г.</i>	231
BASICS OF ORGANIZATION OF UPBRINGING HEALTHY LIFESTYLE OF STUDENTS <i>Trofimchuk A.G.</i>	231
ПРОФИЛАКТИКА РАСПРОСТРАНЕНИЯ НАРКОМАНИИ В МОЛОДЕЖНОЙ СРЕДЕ СИЛАМИ ДОБРОВОЛЬЧЕСКОГО АНТИНАРКОТИЧЕСКОГО ОТРЯДА ВУЗА <i>Ярошевич А.С., Самаль Е.С.</i>	237

PREVENTING THE SPREAD OF DRUG ADDICTION AMONG YOUTH FORCES VOLUNTEER ANTI-DRUG UNIT OF THE UNIVERSITY <i>Yaroshevich H.S., Samal H.S.</i>	237
----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	-----

СЕКЦИЯ 4

**КУЛЬТУРОЛОГИЧЕСКИЕ И СОЦИАЛЬНЫЕ АСПЕКТЫ
ФОРМИРОВАНИЯ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ У ДЕТЕЙ
И МОЛОДЕЖИ**

САЦЫЯКУЛЬТУРНАЯ АДАПТАЦЫЯ ДЗЯЦЕЙ І МОЛАДЗІ ЭМІГРАНТАЎ ПРАЗ СПОРТ: ПРАБЛЕМАТЫЧНЫ ШЛЯХ ДА ІДЭІ ЗДАРОВАГА ЛАДУ ЖЫЦЦЯ <i>Люкевіч Ул.П.</i>	241
SOCIOCULTURAL ADAPTATION OF CHILDREN AND YOUTH OF EMIGRANTS THROUGH SPORT: THE PROBLEMATIC PATH TO THE IDEA OF A HEALTHY LIFESTYLE <i>Lukiëvic V.</i>	241
ОСОБЕННОСТИ ЦЕННОСТНЫХ ОРИЕНТАЦИЙ СТУДЕНТОВ, ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО СПЕЦИАЛЬНОСТИ «СОЦИАЛЬНАЯ РАБОТА» <i>Антоненко Е.А., Зуева Е.Н., Антоненко А.Н.</i>	246
FEATURES OF VALUE ORIENTATIONS OF STUDENTS ENROLLED IN THE SPECIALTY «SOCIAL WORK» <i>Antonienka Yauh., Zuyeva E., Antonienka A.</i>	247
ИССЛЕДОВАНИЕ КУЛЬТУРОЛОГИЧЕСКИХ И СОЦИАЛЬНЫХ АСПЕКТОВ ФОРМИРОВАНИЯ ЗОЖ У СТУДЕНТОВ БГУКИ <i>Виленчик Б.Т.</i>	250
CULTUROLOGICAL RESEARCH AND SOCIAL ASPECTS OF FORMATION OF HLS OF BGUKI STUDENTS <i>Vilenchik B.</i>	250
ИСПОЛЬЗОВАНИЕ СПЕЦИАЛЬНЫХ ЗНАНИЙ КАК ГАРАНТИЯ ЗАЩИТЫ ПРАВ И ЗАКОННЫХ ИНТЕРЕСОВ НЕСОВЕРШЕННОЛЕТНИХ В УГОЛОВНОМ ПРОЦЕССЕ <i>Гаврилюк Т.А.</i>	256
THE USE OF SPECIAL KNOWLEDGE AS A GUARANTEE OF PROTECTION OF THE RIGHTS AND LEGITIMATE INTERESTS OF MINORS IN CRIMINAL PROCEEDINGS <i>Gavriluk T.</i>	256

ВЕДЗЬМА Ў МІФАЛАГІЧНАЙ ТРАДЫЦЫІ ГОМЕЛЬШЧЫНЫ (НА МАТЭРЫЯЛІЕ ФАЛЬКЛОРУ ГОМЕЛЬСКАГА РАЁНА) <i>Каменюкова В.А.</i>	261
WITCH IN THE MYTHOLOGICAL TRADITION OF GOMEL (ON A MATERIAL OF FOLKLORE GOMEL REGION) <i>Kamieniukova V.</i>	262
АКТУАЛЬНЫЕ ПРОБЛЕМЫ ОБРАЗА ЖИЗНИ МОЛОДЕЖИ И ПУТИ ИХ РЕШЕНИЯ <i>Коченко Э.В., Астрейко Н.Н.</i>	266
CURRENT PROBLEMS OF LIFE YOUTH AND SOLUTIONS <i>Kochenko E., Astreyko N.</i>	266
ФОРМИРОВАНИЕ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ У СТУДЕНЧЕСКОЙ МОЛОДЕЖИ — ОСНОВНОЙ ПУТЬ ПРОФИЛАКТИКИ ЗАБОЛЕВАНИЙ НЕИНФЕКЦИОННОЙ ЭТИОЛОГИИ <i>Мархоцкий Я.Л., Полянская А.В.</i>	270
THE FORMATION OF A HEALTHY WAY OF LIFE OF STUDENT'S YOUTH IS THE MAIN WAY OF NON-COMMUNICABLE DISEASE PREVENTION ETIOLOGY <i>Marhocki Ya., Polyanskaya A.</i>	270
СОЛОМОПЛЕТЕНИЕ КАК МЕТОД ЭРГОТЕРАПИИ И ЭТНОРЕАБИЛИТАЦИИ <i>Оленская Т.Л., Процаев К.И., Черных Е.Д., Валуй А.А., Воробьева Л.Н., Стахнев К.И., Наджафова С.Г.</i>	273
THE STRAW AS A METHOD OF OCCUPATIONAL THERAPY AND ETHNOREHABILITATION <i>Alenskaya T., Prashchayeu K., Chernikh E., Valuj A., Vorobyova L., Staknnev K., Nadzhafova S.</i>	274
МОДЕЛИ СОМАТИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ СТУДЕНТА: ПРОГРАММА СОЦИОЛОГИЧЕСКОГО ИССЛЕДОВАНИЯ <i>Цымбалюк Е.А.</i>	279
PATTERNS OF SOMATIC CULTURE OF A STUDENT: THE PROGRAM OF SOCIOLOGICAL RESEARCH <i>Tsybalyuk E.A.</i>	279
СОЛОВЬИНЫЕ ВЕЛОПРОГУЛКИ В БЕЛАРУСИ <i>Шайкин Р.В.</i>	285

THE CYCLING FOR LISTENING TO THE NIGHTINGALES IN BELARUS <i>Shaikin R.V.</i>	286
ПРОБЛЕМА СОЗВУЧИЯ НРАВСТВЕННОГО И ФИЗИЧЕСКОГО В ВОСПИТАНИИ: ИСТОРИКО-ФИЛОСОФСКИЙ РАКУРС <i>Яхно В.Н.</i>	290
THE PROBLEM OF HARMONY OF THE MORAL AND PHYSICAL IN EDUCATION: HISTORICAL AND PHILOSOPHICAL PERSPECTIVE <i>Yakhno V.</i>	290