

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА И ТУРИЗМА РЕСПУБЛИКИ БЕЛАРУСЬ

НАЦИОНАЛЬНЫЙ ОЛИМПИЙСКИЙ КОМИТЕТ РЕСПУБЛИКИ БЕЛАРУСЬ

БЕЛОРУССКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ

БЕЛОРУССКАЯ ОЛИМПИЙСКАЯ АКАДЕМИЯ

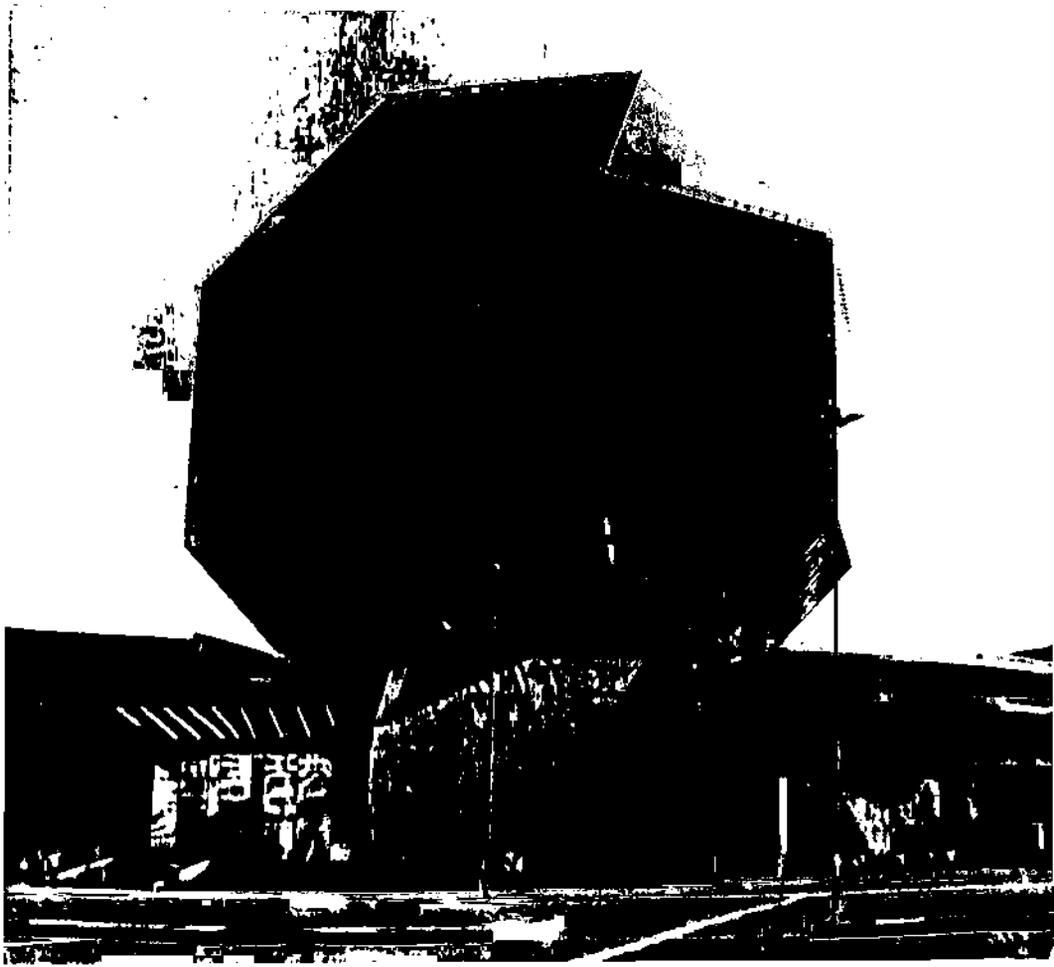
**XI  
Международный  
научный конгресс**

**СОВРЕМЕННЫЙ  
ОЛИМПИЙСКИЙ СПОРТ  
И СПОРТ ДЛЯ ВСЕХ**

10-12 октября 2007 г.

Часть 2

Минск  
2007



<b>Шахлина Л.Г.</b> Медицинские аспекты обеспечения спортивной подготовки женщин .....	100
<b>Шеренков А.О.</b> Особенности морфологии сердца у спортсменов с дислипидемиями .....	103
<b>Ярмолинский В.И.</b> Экспресс-контроль функционального состояния в нагрузке – путь к снижению рисков внезапной смерти и повышению качества физической подготовки спортсменов .....	105
<b>III научное направление</b> <b>«Оздоровительная и адаптивная физическая культура» .....</b>	<b>109</b>
<b>Андреева Е.В., Благий А.Л., Чернявский М.В.</b> Структура двигательной активности младших школьников и стратегия ее коррекции.....	109
<b>Анисим А.Н., Сыманович П.Г., Лаврова Л.Г., Ермилов В.В., Оляха В.И.</b> Обоснование эффективности оздоровительной методики с применением средств плавания у студенток технического университета .....	111
<b>Апанасенко Г.Л., Долженко Л.П.</b> Модельные характеристики уровней физического здоровья студенческой молодежи .....	113
<b>Ахмаева И.В.</b> Современный подход к оценке уровня физкультурной образованности студенческой молодежи .....	116
<b>Благий А.Л., Ярмак Е.Н.</b> Современные подходы к оценке уровня физического состояния школьников .....	119
<b>Бринзак В.П., Киселевская С.М.</b> Особенности физического развития студенток специальной и основной медицинской группы .....	121
<b>Воскресенская Т.В., Приходько В.И., Солдатенкова А.И.</b> Особенности вегетативной нервной системы лиц, занимающихся физической культурой и спортом – как средство врачебно-педагогического контроля .....	123
<b>Гоглюватая Н.О., Усачев Ю.А.</b> Программирование физкультурно-оздоровительных занятий аквафитнесом с женщинами 21–35 лет .....	125
<b>Голузов А.И.</b> Формирование сети физкультурно-спортивных сооружений .....	128
<b>Гончарова Н.Н.</b> Физическая работоспособность и функциональные показатели организма детей младшего школьного возраста с различным уровнем соматического здоровья.....	130
<b>Дутчак М.В.</b> Деятельность общемировых межправительственных организаций по развитию спорта для всех.....	133

На конец учебного года ситуация практически не изменилась, за исключением учеников, отнесенных к СУСЗ, для которых были характерны ниже среднего (16,67 %) и средний (83,33 %) уровень работоспособности.

**Выводы.** Проведенные исследования функционального состояния организма детей 8–11 лет с различным уровнем СЗ свидетельствуют о том, что по показателям ЧСС, АД<sub>с</sub>, АД<sub>д</sub> наблюдается повышение значений на фоне снижения уровня СЗ. А по показателям ЖЕЛ, проба Штанге и Генче достоверное повышение результатов наблюдается с повышением уровня СЗ. Анализ динамики показателей свидетельствует о том, что только для детей с НУСЗ было характерно изменение показателей в течение учебного года. Анализ зависимости между уровнями соматического здоровья и показателями работоспособности организма выявил наличие прямой связи.

1. Эволюция биоэнергетики и здоровья человека / Г.Л. Апанасенко. – СПб.: МГП «Петрополис», 1992. – 123 с.

2. Вовченко, И.И. Программирование занятий по оздоровительной ходьбе для детей младшего школьного возраста с различным уровнем физического состояния: дис. ... канд. наук по ФВ и С: 24.00.02 / И.И. Вовченко; НУФВСУ. – Киев, 2003. – 204 с.

3. <http://lib.sportedu.ru/Books/XXPI/2001n3/p41-46.htm>.

4. [http://www.websib.ru/noos/psi/Biblio/child\\_health.html](http://www.websib.ru/noos/psi/Biblio/child_health.html).

## **Деятельность общемировых межправительственных организаций по развитию спорта для всех**

М.В. Дутчак

*Национальный университет физического воспитания и спорта Украины,  
Киев, Украина*

**Введение.** В Украине отмечается низкий уровень охвата населения организованной двигательной активностью. Гиподинамия стала одним из ведущих факторов риска состояния здоровья украинцев. Решение этой проблемы возможно путем усовершенствования государственной политики в области спорта для всех. В связи с этим особую актуальность приобретают исследования международного опыта поддержки программ и проектов по обеспечению доступности занятий спортом для широких слоев населения.

**Цель и методы исследования.** Цель работы – изучение основных направлений, задач и организации работы межправительственных организаций мирового уровня по развитию спорта для всех и на этой основе определение в дальнейшем перспективных путей повышения эффективности массового спорта в Украине.

В работе использованы такие методы теоретических исследований, как анализ и синтез, индукции и дедукции, прогнозирования, органического единства теории и практики, а также метод системного анализа, метод исторического и логического анализа литературных источников, метод сравнительного анализа.

**Результаты исследования и их обсуждение.** Организация Объединенных Наций (ООН) по инициативе Международного олимпийского комитета 1994 году впервые объявила Международным годом спорта и олимпийских идеалов (резолюция 48/11 Генеральной ассамблеи ООН от 25 октября 1993 года). Год столетия МОК благодаря общим усилиям стал годом укрепления мира и утверждения более счастливой жизни на планете путем воспитания молодежи с помощью спорта. Символично, что в 1994 году отмечался и Международный год семьи (резолюция 44/82 Генеральной Ассамблеи ООН от 8 декабря 1989 года).

Значительное содействие доступности спорта для широких слоев населения со стороны ООН оказал ее бывший Генеральный секретарь Кофи Аннан, который был главным административным должностным лицом этой организации в течение 1997–2006 годов. В частности, 28 февраля 2001 года введена должность Специального советника Генерального секретаря ООН по спорту для развития и мира; на нее назначен Адольф Оги – бывший президент Швейцарии (1993–2000 гг.), почетный президент Национального олимпийского комитета Швейцарии.

А. Оги на протяжении 2001–2002 годов возглавлял специальную комиссию ООН, которая изучала возможности спорта для развития и мира в мире. В январе 2003 года в Париже состоялся международный «круглый стол» министров, ответственных за спорт, где были высказаны намерения обеспечить полное признание и повышение роли спорта и физического воспитания. В результате на 58-й сессии Генеральной ассамблеи ООН была принята резолюция 58/5 от 3 ноября 2003 года «Спорт как средство содействия воспитанию, здоровью, развитию и миру».

В указанном документе правительствам стран мира предлагается использовать спорт для всех в качестве средства достижения согласованных на международном уровне целей развития, в частности, предусмотренных в Декларации тысячелетия ООН. Кроме этого, 2005 год провозглашен Международным годом спорта и физического воспитания, предложено правительствам организовать мероприятия с целью использования спорта для укрепления здоровья, воспитания, развития и мира в своих странах, включение спортивных программ и проектов к национальным планам повышения качества жизни людей.

В 125 странах мира состоялись мероприятия, посвященные Международному году спорта и физического воспитания. В частности, проведено 24 международных и 18 региональных конференций, на которых рассматривались вопросы пропаганды положительных ценностей спорта. Среди результатов Международного года спорта и физического воспитания надо отметить признание «спорта для всех» во многих странах как одного из национальных приоритетов. Спорт в мире стал идентифицироваться как: 1) эффективное средство воспитания, сохранения здоровья и личного развития; 2) важный стандарт здоровья популяции; 3) катализатор постоянного развития общества и 4) укрепления мира [5].

Итоговые документы и результаты Международного года спорта и физического воспитания были представлены на II Маглингенской конференции по спорту и развитию 4–6 декабря 2005 года (Швейцария), в которой приняли участие 400 представителей из 70-ти стран. На этой конференции принят «Призыв к действию», в котором, в частности, указывается, что правительствам во всех секторах рекомендуется: оказывать содействие преобразованию в жизнь идеи «спорт для всех»; разрабатывать открытую для всех членов общества и последовательную политику в области спорта, привлекать все заинтересованные стороны к ее реализации; укреплять и осуществлять поддержку спорта и физического воспитания в школах и общеобразовательных системах; интегрировать спорт, физическое воспитание и игры в политику в области здравоохранения и в другие соответствующие стратегии [6].

Впервые вопросы спорта были официально включены в деятельность Организации Объединенных Наций по вопросам образования, науки и культуры (ЮНЕСКО) на I Международной конференции министров, ответственных за спорт, в Париже в 1976 году. По его итогам был создан Межправительственный комитет по физическому воспитанию и спорту, а также подготовлена и принята в 1978 году Международная хартия физического воспитания и спорта. В этом документе в статье I отмечается, что занятие физическим воспитанием и спортом является основным правом каждого человека [3].

Под эгидой ЮНЕСКО в течение 1976–2004 годов проведено четыре международных конференции министров, ответственных за спорт, с целью обмена мнениями по разработке, стимулированию и пропаганде надлежащей государственной политики и практики в области физического воспитания и спорта. Первая конференция, как уже отмечалось, состоялась в Париже в 1976 году, вторая – прошла в Москве в 1988-м, третья – в Пунта-дель-Эсте в 1999-м и четвертая – в Афинах в 2004 году. Указанные мероприятия оказывали содействие процессу подготовки на международном уровне согласованной стратегии развития физического воспитания и спорта, рассматриваемых в качестве одного из главных элементов гармонического развития человека и одного из важных аспектов права на образование и культуру, являющегося неотъемлемой характеристикой современного гуманизма.

С целью распространения в мире идей ЮНЕСКО и популяризации физического воспитания и спорта в деле воспитания подрастающего поколения присуждается звание «Чемпион ЮНЕСКО по спорту». Среди выдающихся спортсменов, удостоенных этого звания, трое украинцев – Сергей Бубка, Виталий и Владимир Кличко.

В начале III тысячелетие Всемирная организация здравоохранения (ВОЗ) обратила внимание на тенденцию увеличения значения хронических заболеваний среди причин смертности современного человека, в результате этого на 53-й сессии Всемирной ассамблеи здравоохранения в мае 2000 года принято решение о необходимости профилактики неинфекционных заболеваний и борьбы с ними. В большинстве стран основные детерминанты неинфекционных заболеваний большей частью идентичны и среди них ведущую роль играет недостаточный уровень двигательной активности по месту жительства, на работе, во время отдыха и в транспорте.

В 2002 году ВОЗ Всемирный день здоровья провела под лозунгом «Движение ради здоровья». Итоги этой акции были рассмотрены на 55-й сессии Всемирной ассамблеи здравоохранения в мае 2002 года, где принята резолюция WHA 55/23 «О рационе питания, двигательной активности и здоровье» [2]. ВОЗ призывает своих членов ежегодно проводить день «Движения ради здоровья» с целью содействия двигательной активности населения в качестве необходимого компонента здоровья и благополучия. Такой день предложено проводить 10 мая каждого года. Особое место среди мероприятий отводится привлечению широких слоев населения к массовому спорту.

В докладе о состоянии здравоохранения в мире на тему «Уменьшение риска, содействие здоровому образу жизни» [7] подчеркивается, что отсутствие надлежащего уровня двигательной активности является причиной 1,9 миллиона случаев смертей (в 2000 году) и 15–20 % случаев ишемической болезни сердца, диабета и некоторых видов рака. В мире больше 60 % взрослого населения не занимается двигательной активностью в объеме, который мог бы принести пользу для здоровья. В Европе образ жизни каждого пятого человека характеризуется незначительным уровнем или полным отсутствием двигательной активности; эта проблема наиболее актуальна для стран восточной части континента.

Дефицит двигательной активности населения наносит убытки экономике стран. В Европе они составляют 150–300 евро на каждого человека в год [4].

В мае 2004 года на 57-й сессии Всемирной ассамблеи здравоохранения принята Глобальная стратегия ВОЗ по питанию, двигательной активности и здоровью [1], в которой подчеркнута, что двигательная активность – основное средство улучшения физического и психического здоровья личности. Она оказывает содействие снижению кровяного давления, повышает уровень липопротеидов холестерина, нормализует показатели глюкозы в крови и уменьшает риск возникновения рака прямой кишки и рака груди у женщин. Каждому индивиду рекомендуется обеспечить адекватный для

него уровень двигательной активности на протяжении всей жизни. Для взрослого человека необходимо, по меньшей мере, 30 минут регулярной двигательной активности средней интенсивности на протяжении большинства дней недели.

**Выводы.** Межправительственные организации мирового уровня (ООН, ЮНЕСКО, ВОЗ) играют ведущую роль в вопросах формирования базовых принципов, определения приоритетных направлений и инициирования программ реализации политики в области спорта для всех. Они осуществляют постоянный мониторинг ситуации и предоставляют рекомендации правительствам и общественным организациям относительно обеспечения доступности занятий спортом для разных групп населения. ООН, ЮНЕСКО и ВОЗ поддерживают спорт для всех с целью использования его возможностей для: улучшения качества жизни людей; гармонического развития личности; ускорения социальной интеграции и повышения социальной сплоченности, особенно среди молодежи; воспитания взаимного уважения, солидарности, справедливости и толерантности; укрепления мира и активного привлечения граждан к развитию и демократизации общества; формирования здорового образа жизни, профилактики заболеваний, укрепления индивидуального и общественного здоровья.

1. Глобальная стратегия по питанию, физической активности и здоровью. – Женева: Всемирная организация здравоохранения, 2004. – 15 с.
2. Ежегодная глобальная инициатива Движение за здоровье: концептуальный документ. – Женева: Всемирная организация здравоохранения, 2003. – 13 с.
3. Международная хартия физического воспитания и спорта // Наука в олимпийском спорте. – 2001. – № 3. – С. 102–106.
4. Physical activity and health in Europe: evidence for action / Edited by N. Cavill, S. Kahlmeier, F. Racioppi. – Copenhagen: WHO Regional Office for Europe, 2006. – 40 p.
5. Sport for a Better World: Report on the International Year of Sport and Physical Education 2005. – New York: United Nations, 2006. – 423 p.
6. The Magglingen Call to Action 2005 // [http://www.magglingen2005.org /downloads/Magglingen call to action.pdf](http://www.magglingen2005.org/downloads/Magglingen_call_to_action.pdf).
7. The World health report: 2002: Reducing risks, promoting healthy life. – Geneva: World Health Organization, 2002. – 238 p.

### **Влияние гипокинезии на организм человека**

И.И. Ефременко

*Учреждение образования «Витебский государственный университет им. П.М. Машерова»,  
Витебск, Республика Беларусь*

Любая патология, приводящая человека к инвалидности независимо от вызвавшей ее причины и нозологической формы, непременно отражается на двигательной функции. Малоподвижность приводит к гипокинезии и гиподинамии, проявляющихся целым рядом негативных последствий – снижением функциональных возможностей и работоспособности, нарушениями социальных связей и условий самореализации, потерей экономической и бытовой независимости, что, в свою очередь, вызывает стойкий эмоциональный стресс.

Двигательная функция – одна из основных функций, обеспечивающих адекватность жизни организма, что практически всегда предполагает интенсивную мышечную деятельность. Это единственная функция, обеспечивающая активное воздействие человека на природную среду.