

и игрового кино (репортажная съемка, интервью, введение хроники, актерская игра и др.), но это лишь легитимирует иллюзию реальности.

1. Демшина, А.Ю. Визуальные искусства в ситуации глобализации культуры: институциональный аспект / А. Ю. Демшина. – М. : Litres, 2017. – 474 с.

2. Местергази, Е.Г. Литература нон-фикшн/non-fiction. Экспериментальная энциклопедия. Русская версия / Е. Г. Местергази. – М. : Совпадение : Университетская книга, 2007. – 325 с.

Волчик М.И., студент

Научный руководитель – Сидоренко В.М.

**МОТИВАЦИЯ К МЕТОДИЧЕСКИ ГРАМОТНОМУ ВЫПОЛНЕНИЮ
ФИЗИЧЕСКИХ УПРАЖНЕНИЙ НА ЗАНЯТИЯХ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ
КУЛЬТУРЕ В УЧРЕЖДЕНИИ ОБРАЗОВАНИЯ «БЕЛОРУССКИЙ
ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ КУЛЬТУРЫ И ИСКУССТВ»**

«Движение – жизнь!» – еще в далеком прошлом появилась эта фраза и стала современной истиной. Все мы знаем, что недостаток физической активности пагубно сказывается на состоянии общего здоровья, приводит к развитию патологии, вызывает расстройства эмоциональной сферы, депрессии, неврозы.

Многие люди склонны связывать эти явления с экологической обстановкой, нагрузками на работе и в школе, проблемами в семье. Все взаимосвязано, и движение играет далеко не последнюю роль в качестве нашей жизни [2].

На сегодняшний день увеличилось количество людей, которые придерживаются здорового образа жизни, мощно пропагандируют занятие спортом, мотивируют других на поддержание себя в хорошей физической

форме. Этого результата, этой моды мы ждали очень давно. И наконец-то настал момент, когда большинство понимает значимость и необходимость в том, что бы поддерживать свое здоровье. Повышение эффективности и качества занятий физической культурой студентов становится задачей государственной важности, поскольку недооценка их роли в социокультурных процессах привела к ухудшению физической подготовленности и здоровья молодежи [1].

В настоящий момент занятия, на которых можно и нужно показывать свое здоровое и крепкое тело, представлены в основных сферах жизнедеятельности студенческой молодежи на недопустимо низком уровне, поскольку не отвечают возрастающим потребностям студентов, имеет низкий рейтинг в системе ее ценностей.

Многолетние научные исследования доказывают, что занятия физической культурой и спортом оказывают положительное влияние практически на все функции и системы организма, являются мощным средством профилактики заболеваний, способствуют формированию морально-волевых качеств личности [3].

Однако, данная «формула успеха» имеет значение только при качественном выполнении всех упражнений. Проводя много времени в спортивном зале, мы не всегда можем быть уверены в результате, а все почему? Потому что важно не «где» и «что», а важно «как». Неправильно выполняя те или иные упражнения, человек теряет драгоценный процент полезности вместе с затраченной энергией. Происходит неправильное развитие мышц, неестественное изменение тела и возможность получение серьезных травм. Поэтому важно серьезно подходить к занятию спортом даже, если это будет проходить на обычных занятиях по физической культуре в университете.

Цель моей работы заключается в выявлении причин неграмотного выполнения физических упражнений и поиск путей решения данного вопроса.

Актуальность и важность исследования подкреплена моими собственными наблюдениями и анализом посещения занятий по физической культуре в течение трех курсов обучения в высшем учебном заведении.

Исследования проводились среди студентов 3-его курса ФТБКиСИ в количестве 20 человек. Из них 5 человек были отнесены по состоянию здоровья к специальной медицинской группе, а 15 оставшихся состоят в основной группе.

Данная работа имела свое начало в эмпирическом методе исследования на занятиях по физической культуре. В результате наблюдения было выявлено:

- 10% - студентов выполняют только 1/3 часть упражнений;
- 30% - выполняют в полную силу;
- 60% - студентов выполняют нагрузки неграмотно и нестарательно;

Данная статистика имеет негативный настрой, учитывая, что университет предлагает стандартную программу средней тяжести, а результаты серьезного отношения студентов к занятию зависят, на удивление, не от уровня их физической подготовки.

После проведения анкетирования, с целью выяснения причин неграмотного выполнения упражнений, мы можем видеть следующие выводы:

- 45% - делаю, как получается;
- 27% - такие упражнения/количество не для меня;
- 10% - не знаю, как правильно;
- 25% - лень;

Из результатов анкетирования следует, что, благодаря краткому предисловию об упражнении от преподавателя, большинство студентов знают, как грамотно их выполнять. Так же какая-то часть студентов не выполняет упражнения, потому что просто лениться. Самое угнетающе, что большой процент студентов выполняют упражнения без особых усилий, как получается.

Подводя итог анкетированию, мы приходим к выводу, что студенты зачастую жалеют себя и пренебрегают золотым правилом «качество важнее количества». Жаль, что студенты не понимают (либо не желают понимать)

значимость грамотного выполнения физических упражнений и сравнительное количество полученной пользы от качественного и некачественного занятия.

Для формирования мотивации к грамотному занятию физической культуры в БГУКИ мной выделены некоторые методы решения причин анти мотивации:

1) Введение в учебный процесс теоретической части занятий. Устная информация о том, какие мышцы задействованы при выполнении тех или иных упражнений, насколько снижается процент пользы от неграмотных занятий, какие травматические последствия могут произойти, запускают у студентов процесс самоконтроля.

2) Также необходимо учитывать индивидуальный подход к разным группам студентов и планировать ход занятий, учитывая специфические особенности профессий. Например, такие статичные профессии как библиотекарь или художник.

В результате исследований мы выяснили, что такая проблема, как отсутствие мотивации к грамотному выполнению упражнений существует по большей части из-за пренебрежительного отношения студентов к качеству своей же работы.

В связи с этим были предложены методы решения вопроса, представленные в виде теоретической части занятий и индивидуальном подходе к специфике будущей профессиональной деятельности. Таким образом, студенты будут не только регулярно посещать занятия по физической культуре, но будут знать, каким образом расставлять приоритеты и поддерживать именно свою физическую форму.

1. Зароднюк, Г.В. Формирование потребности к занятиям физическими упражнениями как основа здорового образа жизни / Г.В. Зароднюк // Здоровье – основа человеческого потенциала – проблемы и пути их решения. – 2012. – Т. 7, № 1. – С. 221–222.

2. Ивчатова, Т.В. Здоровье и двигательная активность человека / Т.В. Ивчатова. – К. : Научный мир, 2011. – 260 с
3. Ильин, Е. П. Мотивация и мотивы / Е.П. Ильин. – СПб. : Питер, 2003. – 512 с.

Воробьева В.И., студент

Научный руководитель – Гляков П.В.

ИСПОЛЬЗОВАНИЕ ИНФОГРАФИКИ В СМИ БЕЛАРУСИ

В XXI веке наглядное представление данных и знаний с помощью иллюстраций и графики считается актуальным, эффективным и выразительным для многих источников информации: печатных изданий, интернет-СМИ, рекламы, маркетинга, PR, сайтов различного характера (новостных, развлекательных и др.). Это связано с тем, что, в основном, люди ориентированы и легче воспринимают зрительные образы – изображения, схемы, коллажи, клипы. Инфографика позволяет упростить суть излагаемого материала и в то же время передать всю необходимую информацию, визуально представляя, обозначая и интегрируя идеи, факты, связи, выводы.

В переводе с латинского *informatio* – осведомление, разъяснение, изложение, а *grafiko* – писать, то есть инфографика – это графический способ передачи информации, данных и знаний. Более точное определение дает В. Лаптев: «Инфографика – это область коммуникативного дизайна, в основе которой лежит графическое представление информации, связей, числовых данных и знаний» [3]. Основными принципами инфографики являются актуальность, содержательность, легкость восприятия, креативность и эстетическая привлекательность.

Наиболее часто в инфографике отображаются следующие объекты:

- статистика (доли, объемы, суммы и прочее);