

объединять нацию. Так известная широкомасштабная акция «Я люблю Беларусь» включает наглядную агитацию на рекламных носителях (щитах, плакатах, магнитах), в теле- и радио- проектах и др.

В Республике Беларусь социальная реклама входит преимущественно в сферу государственных интересов, в то время как в США и в большинстве стран Запада социальную рекламу активно размещают как некоммерческие, так и коммерческие организации. Несмотря на это, в обоих случаях она выполняет свою основную задачу – социальная реклама бьет по гражданским чувствам. Она заставляет общество задуматься над общими вопросами и изменить свое отношение к какой-либо проблеме, а в долгосрочной перспективе – выработать новые социальные ценности.

СПИСОК ИСПОЛЬЗУЕМЫХ ИСТОЧНИКОВ:

1. Романов, А. Социальная реклама: что это такое, примеры и виды [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://reklamaplanet.ru/marketing/sotsialnaya-reklama/>. – Дата доступа: 20.03.2020.
2. Социальная реклама в Беларуси [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://sociama.ru/sotsialnaya-reklama-v-belarusi/>. – Дата доступа: 20.03.2020.

Бавтрук С. В., БГУКИ, студент 201а группы
очной формы обучения
Научный руководитель – Цыркунова Г. М.,
старший преподаватель

СПОРТИВНЫЕ ТРАДИЦИИ В СЕМЬЕ КАК ФАКТОР ФИЗИЧЕСКОГО РАЗВИТИЯ ЛИЧНОСТИ

Современный этап развития общества характеризуется возрастанием роли семьи как основного социального института. Семья представляет собой сложную систему отношений, как правило, объединяя не только родителей и их детей, а также других родственников и близких людей. Одна из главных задач семьи – задача воспитательная. Успех решения этой задачи зависит от условий и средств, определяющих педагогические возможности семьи. Большое значение имеют личный пример отца и матери, традиции семьи. Семья, являясь наследницей и хранительницей традиций, больше всего воспитывает детей своим укладом жизни, пониманием необходимости не только хранить, но и умножать то, что досталось от предыдущих поколений. Люди всегда знали о том, что движение – неотъемлемая часть их жизни. Трудно представить себе систему воспитания ребенка, из которой исключены подвижные игры и физические упражнения. Здоровье – это составляющая часть нашей жизни, а соответственно часть каждой семьи. Здоровье родителей – это здоровье семьи. Здоровье детей – это здоровье общества. Таким образом, для полной гармонии в семье, необходимо устанавливать семейные традиции, связанные с физической культурой и спортом [1]. Семейные спортивные традиции помогают не только укрепить здоровье ребёнка, но и мотивировать его на дальнейшую спортивную активность в сознательном возрасте. Недостаток внимания развивает у ребенка замкнутость, не прививаются полезные привычки. Активное участие родителей в осуществлении физической активности, формирует потребность в занятиях спортом, укреплении семейных связей и формировании привычек, необходимых для физического развития личности.

Прежде чем вводить физическое воспитание в семью, нужно составить график, который будет удобен всем её членам, чтобы ребенок успевал сделать домашнее задание, а родители вовремя справлялись с делами по дому. Самое главное в таком воспитании – регулярность. Достаточно уделять занятиям физкультурой от 15 минут до 30 минут в день, это лучше, чем изнурять всех активным «досугом» несколько часов. Но делать это нужно,

желательно, каждый день. Совсем не обязательно заниматься одним видом спорта в течение месяца. Можно чередовать: разные виды спорта будут укреплять различные виды мышц, будут развиваться новые навыки и умения. Самой распространенной формой занятия физической культурой – утренняя гимнастика. Регулярные занятия улучшают общее состояние организма и способствуют быстрому пробуждению. В летний период времени занятия физической культурой можно перенести на свежий воздух, где можно заняться разнообразными видами физических упражнений. Это может быть игра в бадминтон, в теннис, в футбол, прыжки на скакалке, подтягивания, дартс. Для всей семьи также хорошо подходит плавание. В воде позвоночник находится в горизонтальном положении, тем самым освобождаются нагрузки на него, формируется правильная осанка; улучшается кровообращение, выносливость, успокаивается нервная система, увеличивается глубина дыхания, закаливается организм. Походы и пешие прогулки укрепляют отношения между родителями и детьми, повышают выносливость, сплоченность и терпение. В зимний период времени родители могут выбрать для своих детей катание на лыжах, санках, коньках, игру в хоккей или снежки. Оздоровительным занятием для всей семьи будут лыжные прогулки в лесу. Такие прогулки положительно воздействуют на дыхательную систему и опорно-двигательный аппарат; помимо этого можно любоваться зимними пейзажами и спусками с гор. Но случается и так, что по какой-то причине, родители перестают заниматься физической культурой и спортом, но при этом хотят, чтобы их ребёнок укреплял свое здоровье, был ловким и выносливым. В этом случае родители с раннего детства отдают детей в спортивные школы, танцевальные студии и мотивируют детей к активной жизненной позиции, подкрепляя это совместными выездами на соревнования и просмотром выступлений спортивных коллективов. Государство также заинтересовано в спортивном развитии населения страны. Летом, в городских парках, организаторы устраивают семейные дни, где могут соревноваться несколько семей. Множество спортивных квестов и

эстафет, предусмотренных для участия маленьких детей, позволяют сплотиться всей семье и занять призовые места. Такие же мероприятия устраивают активисты из разных сфер деятельности, где работают родители. Как пример, каждый год, автоцентр «Volkswagen» арендует большой комплекс отдыха для своих работников, где проходят различные спортивные соревнования между филиалами автоцентров страны и приезжих на праздник работников из стран СНГ. Участники собирают команды, проходят испытания и эстафеты, привлекают к участию всю свою семью и друзей, и по окончании мероприятия получают памятные призы и отдыхают в дружных компаниях на протяжении двух вечеров. Все эти мероприятия позволяют подрастающему поколению самостоятельно проявлять инициативу к занятиям спорта, участвовать в соревнованиях и занимать призовые места в городских и международных соревнованиях. Таким образом, можно сделать вывод, что спортивные традиции в семье очень важны для развития ребёнка в его дальнейшем жизненном пути. Инициативность родителей, их стремление показать на своем примере всю важность спортивной активности, позволяют ребёнку привить эти знания и привычки еще в раннем возрасте, позволяя в дальнейшем быть сильным и выносливым, участвовать и побеждать в спортивных соревнованиях или поддерживать свою физическую форму на протяжении жизни.

СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННЫХ ИСТОЧНИКОВ:

1. Жигальцова, А. В. Роль семьи в формировании физического воспитания у детей / А. В. Жигальцова, Т. Ю.Ковтун // Научно-методический электронный журнал «Концепт». – 2017. – Т. 26. – С. 88 – 91.
2. Земцовский, Э.В. Физические нагрузки в подростковом возрасте / Э. В. Земцовский // Подростковая медицина. – СПб., 2016. – С. 659 – 689.