

номики, обеспечивающей экологическую чистоту и конкурентоспособность продукции, рост производственного потенциала в пределах хозяйственной емкости экосистем.

В долгосрочной перспективе основной целью устойчивого развития будет гармонизация взаимоотношений общества и природы на основе воспитания высоких духовно-нравственных ценностей в сфере экологического сознания.

ЛИТЕРАТУРА

1. Наше общее будущее // Доклад Международной комиссии по окружающей среде и развитию (МКОСР). М.: Прогресс, 1989. – 57 с.
2. Национальная стратегия устойчивого социально-экономического развития Республики Беларусь на период до 2020 года. Мн., 2004. – 184 с.

УДК 373.5.091.33:796 (476.6)

ИНТЕНСИВНОСТЬ И КРАТКАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА ОСНОВНЫХ ВИДОВ СЕЛЬСКОХОЗЯЙСТВЕННЫХ РАБОТ, ВЫПОЛНЯЕМЫХ СЕЛЬСКИМИ ШКОЛЬНИКАМИ

Снежицкий П. В.¹, Городилин С. К.², Григоревич В. В.³

¹ – УО «Гродненский государственный аграрный университет»

г. Гродно, Республика Беларусь

² – УО «Гродненский государственный университет им. Я. Купалы»

г. Гродно, Республика Беларусь

³ – УО «Гродненский государственный медицинский университет»

г. Гродно, Республика Беларусь

В 2008 г. доля участия частного сектора (личных приусадебных хозяйств) в общем объеме производства сельхозпродукции в Республике Беларусь составила 35,8%. Объем самостоятельно выполняемых детьми 12–17-летнего возраста работ в личных приусадебных хозяйствах в весенне-осенний период в настоящее время достигает 42,73%. Это объясняется максимальной профессионально-трудовой занятостью их родителей в эти периоды на сельскохозяйственном производстве [1]. Сельские школьники к 12-летнему возрасту уже имеют определенный круг ежедневных сложившихся обязанностей в семье по ведению личного приусадебного хозяйства (ЛПХ). В содержание данного вида деятельности входят следующие виды работ: обеспечение колодезной водой, доставка из поленицы в дом печного топлива и растопка печей (котлов), уход за домашними птицами и животными. Кроме того, в течение года сельские школьники оказывают помощь своим родителям

в заготовке леса для печного топлива, распилке и колке дров, в заготовке грубых кормов для крупного рогатого скота, в ремонте дома и хозяйственных построек. Данные виды деятельности занимают значительное время в режиме дня сельских школьников.

В период осенних сельскохозяйственных работ сельские школьники принимают непосредственное участие в уборке урожая картофеля, корнеплодов, овощей и льнотресты на приусадебных участках и в базовом сельском хозяйстве. В апреле-мае они заняты подготовкой почвы для посева и посадки, а также подготовкой посадочного материала данных культур и прополкой их всходов. Кроме того, региональные лесничества в этот период привлекают их к посадке леса и прополке лесопитомников.

Анализ интенсивности сельскохозяйственных работ (подъем льнотресты, подборка картофеля с борозды, уборка корнеплодов, прополка всходов) показал, что физическая нагрузка при выполнении данных видов деятельности в основном имеет аэробную направленность и находится в умеренной зоне интенсивности при ЧСС $126 \pm 9,8$ ударов в минуту. Такие виды сельскохозяйственных работ, как перекопка почвы под посев и посадка леса, имеют большую интенсивность – ЧСС $134 \pm 11,3$ ударов в минуту. Ежедневное участие подростков в сельскохозяйственных работах в осенний период гораздо продолжительнее, чем в весенний. Это объясняется большим объемом сельскохозяйственных работ в целом и необходимостью уборки урожая в минимально короткие сроки. Продолжительность работ в базовом сельском хозяйстве и региональном лесничестве регламентируется нормативными документами и не превышает, как правило, четырех часов в сутки.

Время уборки картофеля и корнеплодов с приусадебных участков превышает 4–5 часов, а в выходные дни достигает 8–10 часов. Такой режим труда сельских школьников часто приводит к переутомлению и негативно сказывается на их функциональном состоянии.

Большинство сельскохозяйственных работ сопряжено с пребыванием обучающихся в согнутом положении продолжительное время, что оказывает большую нагрузку на костно-мышечную систему позвоночного столба и всего опорно-двигательного аппарата, имеет негативные последствия для развивающегося организма подростка. Поэтому в такие периоды при проведении занятий общей физической подготовкой необходимо применять физические упражнения, направленные на восстановление опорно-двигательного аппарата. Наряду с этим требуется снижение общей физической нагрузки при проведении физкультурных занятий, т. к. сельские школьники получают ее в больших объемах в течение дня.

ЛИТЕРАТУРА

1. Хлыстун, Л. Сумма вершков и корешков / Л. Хлыстун // Сов. Беларусь сегодня. – 2008. – 1 окт. – С. 3.
2. Эйдер, Ежи. Научно-методические основы возрастного развития и направленного совершенствования физических качеств школьников 7–19 лет : дис. ... канд. пед. наук : 13.00.04 / Ежи Эйдер. – Минск, 1997. – 216 л.
3. Sniezycki, Pawel. Stan zdrowia fizycznego uczniow a problemy wychowania fizycznego w wiejskich szkolach na Bialorusi / Pawel Sniezycki, Wiktor Grigorewicz // Spoleczno-edukacyjne oblicza wspolczesnego sportu i olimpizmu. Wychowanie fizyczne i sport dzieci wiejskich i w malych miastach; redakcja naukowa: Jerzy Nowocien. – Warszawa, 2008 – T.I. – С. 324 – 328.

УДК 373.5.091.33:796 (476.6)

ХАРАКТЕРИСТИКА ВНЕКЛАССНОЙ ДВИГАТЕЛЬНОЙ АКТИВНОСТИ СЕЛЬСКИХ ШКОЛЬНИКОВ

Снежицкий П. В., Марчук А. Н., Томашев Г. К.

УО «Гродненский государственный аграрный университет»

г. Гродно, Республика Беларусь

Детский организм в среднем и старшем школьном возрасте (12–17 лет) характеризуется выраженной перестройкой эндокринного аппарата, что является причиной нестабильности функциональных показателей деятельности его основных систем. ЧСС представляет собой лабильный показатель функционального состояния сердечно-сосудистой системы. Она изменяется как в процессе роста ребенка, так и под влиянием внутренних и внешних раздражителей. Воздействие температуры, эмоций, мышечной работы приводит к учащению ритма сердечной деятельности. Поэтому при определении реакции сердечно-сосудистой системы развивающегося организма на различные физические нагрузки, присутствующие в повседневной двигательной активности, необходимо использовать показатель высоты пульсовой реакции (ВПР), который учитывает только величину изменения ЧСС от исходного (в состоянии покоя) до максимального (после выполнения физической нагрузки) уровней. Данную величину можно рассматривать как показатель функциональной дееспособности подросткового организма на физическую нагрузку в чистом виде [1]. Расчет данного показателя позволяет более объективно определять степень воздействия физической нагрузки на подростков различного возраста, пола, физической и функциональной готовности. Показатель ВПР мы использовали в дальнейшем для измерения пульсовой стоимости (ПС) различных двигательных режимов и видов деятельности обучающихся.