

спорта в соответствии с желаниями студентов, что способствует формированию и развитию интереса к занятиям тем или иным видом деятельности. Во-вторых, на специализации «Настольный теннис» используются следующие приемы повышающие мотивацию у студентов.

1. Прием в группы настольного тенниса всех желающих с тем, чтобы на первоначальном этапе не снизить интереса к занятиям физкультурой.

2. Создание доброжелательной обстановки на занятиях, формирование позитивного отношения к занятиям спортом.

3. Совершенствование учебно-тренировочного процесса с целью более эффективного освоения студентами технических элементов и тем самым повышению интереса у них к занятиям. Известно, что успешность в избранном виде деятельности повышает интерес к нему (С.М. Вайцеховский, 1980).

4. Максимальное количество игровых и соревновательных форм, в ходе которых происходят реализация приобретенных умений и навыков, развитие морально-волевых качеств, совершенствование физических качеств (повышение уровня физического развития). Соревнования организовываются таким образом, чтобы в них было вовлечено максимальное число занимающихся настольным теннисом независимо от уровня их подготовленности. В 2005/2006 учебном году было проведено 6 соревнований по настольному теннису: Спартакиада БГЭУ, личное первенство БГЭУ, открытый Кубок БГЭУ, первенство специализации, рождественский турнир, первенство БГЭУ среди общежитий. Также проводились товарищеские встречи со студентами БНТУ, со спортсменами СК «Трактор». В них приняли участие около 250 человек.

5. Организация судейской практики для студентов. Студенты принимали участие в судействе соревнований республиканского масштаба (Чемпионат Республики Беларусь, Универсиада Республики Беларусь, Спартакиада стран СНГ, пострадавших в результате ЧАЭС, и др.). Некоторые из студентов выполнили требования для присвоения 1-й судейской категории.

6. Организация совместного просмотра квалификационных матчей Европейской лиги с участием сильнейших спортсменов мира, проходивших в г. Минске.

7. Проведение разъяснительных бесед по формированию у молодых людей теоретических знаний о роли физической культуры, профилактики болезней, режиме двигательной активности, биологическом возрасте.

*С.Н. Ситдикова, Н.М. Кошширко*

БГЭУ (Минск)

## **ГУВИТ СТУДЕНТА ПИВО**

Потребление психо-активных веществ в молодежной среде — одна из форм девиантного поведения. Влияние одурманивающих средств на

психику, организм, поведение и личность молодежи масштабно и последствия весьма трагичны.

Основная причина бегства в царство наркотического кайфа — духовная опустошенность, потеря смысла жизни, размытость нравственных ориентиров, идеология потребительства и культ материального преуспеяния.

Истоки этого недуга коренятся также в неправильном воспитании, заманчивых соблазнах получить наслаждение и массу потрясающих впечатлений, а потом — в привычке устранить дискомфорт одурманивающим средством.

В последнее время эксперты отмечают достаточно высокий уровень приобщения учащейся молодежи к слабоалкогольным напиткам, особенно пиву, которое поощряется родителями, обществом и даже становится необходимым элементом образа жизни.

Приобщение молодежи к зелью происходит, как правило, в неформальных группах. Молодые люди формируют свое отношение к наркотикам в основном через общение со сверстниками. А все начинается с разрешенных психо-активных веществ — сигарет, пива, крепких алкогольных напитков и заканчивается сильнодействующими наркотиками.

Для профилактики необходимо вернуться к исходному звену в цепочке формирования зависимости — курению и пивному алкоголизму.

«Зеленый свет зеленому змию» — это как будто негласный девиз той кампании, которая ведется в средствах массовой информации, рекламируя пиво и делая его наиболее популярным напитком. Но реклама умалчивает о его специфическом и опасном свойстве.

Пиво — легкий алкогольный напиток, крепость которого, как правило, не превышает 4,5—5 градусов, обладает обманчивыми свойствами. Его кажущаяся легкость, приятный вкус и традиции дружелюбных пивных застолий скрывают серьезные наркологические проблемы. Именно низкий алкогольный градус позволяет незаметно выпивать большие дозы пива, что, по сути дела, приближает уровень такой интоксикации к алкогольному опьянению крепкими спиртными напитками (3 бутылки пива, т.е. 1,5 л содержат 75 мл спирта, или примерно 160 мл водки — почти стакан). С пивом в организм попадают лишние, ненужные ему биологически активные вещества.

Некоторые популярные среди молодежи сорта пива содержат повышенную концентрацию природных, натуральных растительных гормонов, которые вызывают гормональные сдвиги вплоть до развития бесплодия и импотенции. Другим опасным свойством пива является его действие на нервную ткань, что приводит к снижению памяти, внимания, ухудшению успеваемости и утрате альтернативных интересов.

Употребление психо-активных веществ, бегство в мир игры — это не причина, а следствие. Таким образом, молодежь хочет отвлечься от своих проблем. А нужно научить ее преодолевать трудности конструктивно, используя различные варианты поведения, которые будут замещать психо-активные вещества и при этом давать ожидаемый эффект — снимать стресс.