

The **aim** of the study was to apply and report the impact of autogenic training / AT / practiced twice within a procedure of kinesitherapy/ KT / from patients with MS .

#### **Contingent , organization and methodology of the study**

The study was realized within the period October 2010 – August 2012 at the Diagnostic Consultative Centre 17 - Sofia and the Centre for Kinesitherapy at Sofia City University " St. Kliment Ohridski" . Twelve MS patients were studied as the disease was in different form and period of development . Eight of the patients were women and four - men. The average age of the patients was 44.

At the beginning and at the end of the treatment with KT some parameters were observed, which focused on the global movements of everyday life, relating to whole limb or locomotion as a whole, without testing separate muscle groups.

#### **Methods of Kinesitherapy**

Particular procedures were with medium duration of 60-120 min., with a break in the middle of the procedure, combined with self relaxation. Each procedure in the experimental group began and ended with AT, while the control group does not apply AT. In the experimental group we focused on some methods for improving of the mobility of the spine. Procedures were conducted every other day - three times a week.

**Keywords:** multiple sclerosis, kinesitherapy, autogenic training

УДК 796.034.2.011.1

Н.Н. Филиппов, д-р пед. наук, зав. кафедрой  
(БГТУ, г. Минск)

### **СРАВНИТЕЛЬНАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА ИНТЕРЕСОВ СТУДЕНЧЕСКОЙ МОЛОДЕЖИ К ЗАНЯТИЯМ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРОЙ**

Анализ результатов анкетного опроса среди респондентов различных регионов Республики Беларусь показывает, что большинство студентов (от 75,4% в Гомельской области до 82,1% в г. Минске) желают дополнительно заниматься физической культурой по месту жительства; значительная часть студентов (от 12,9% в г. Минске до 21,3% в Гомельской области) не имеет конкретного мнения по данному вопросу. Следует отметить, что только незначительная часть опрошенных (от 2,5% студентов Могилевской области до 5,0% в г. Минске) выразила абсолютно негативное отношение к дополнительным занятиям физической культурой.

В ходе исследования установлена структура физкультурно-оздоровительных интересов студентов. Юноши проявляют наиболь-

ший интерес к занятиям в спортивных секциях, в группах атлетической гимнастики и в группе общей физической подготовки, девушки – к занятиям в группах ритмической гимнастики (аэробики), плавания и тенниса или бадминтона. Что касается сравнительной характеристики интересов студентов всех регионов республики, то необходимо отметить, что заметное снижение интереса к занятиям в группах общефизической подготовки наблюдается как у юношей, так и у девушек г. Минска (6,2% и 5,0%). Выявленная типология интересов позволяет формировать наиболее соответствующие запросам студентов физкультурно-спортивные и оздоровительные группы.

Необходимо подчеркнуть, что большая часть респондентов (56,2–61,9% в зависимости от региона республики) не удовлетворена своим физическим развитием; 18,5–20,7% студентов затрудняются ответить на данный вопрос, и только 19,6–23,7% от количества опрошенных удовлетворены своим физическим развитием.

В настоящем исследовании предпринята попытка анализа существующей деятельности студентов в занятиях физической культурой и выявления стереотипов деятельности в этой области. Современные социальные и экономические условия, реальное положение дел на практике постоянно требуют пересмотра привычных взглядов на организацию физкультурно-оздоровительной работы с молодежью в различных регионах Республики Беларусь.

УДК 796.011.3:378.6

Ю.Н. Вихляев, д-р пед. наук, проф.

(Национальный технический университет Украины «КПИ»)

### **ПУТИ ОПТИМИЗАЦИИ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ В ТЕХНИЧЕСКОМ ВУЗЕ**

Изучение и анализ реалий и недостатков общепринятой консервативной формы принудительных занятий общефизической подготовкой в составе академических групп по дисциплине «физическое воспитание» в вузах Украины позволил нам создать и реализовать в Национальном техническом университете Украины «КПИ» новую инновационную модель секционной формы учебного процесса по физическому воспитанию в технических вузах.

Основные задачи учебного процесса:

- 1) повышение физического состояния и здоровья студентов;
- 2) предоставление студентам практического опыта занятий спортом или видом двигательной активности по их выбору;