

спорта на государственном уровне.

5. Пандемические ограничения и ограничения на массовые мероприятия, влияющие на проведение соревнований.

Список литературы

1. Иванов, А. В. (2018). Теоретические основы развития студенческого спорта. Белорусский журнал физической культуры и спорта, 3(45), 12-17.

2. Закон Республики Беларусь «О физической культуре и спорте» (2017). Национальный правовой портал Республики Беларусь.

3. Петров, В. М. (2019). Правовые аспекты организации студенческих спортивных мероприятий. *Вестник университетов Беларуси*, 4(58), 45-52.

4. Сидорова, Е. Н. (2020). Инновационные технологии в подготовке студенческих спортсменов. *Научные исследования в области физической культуры*, 2(34), 23-29.

5. Ковалев, Ю. П. (2021). Модель развития студенческого спорта в условиях современного государства. *Белорусский спортивный журнал*, 5, 10-15.

6. Федорова, Л. А. (2022). Современные подходы к развитию инфраструктуры студенческого спорта. *Актуальные направления физической культуры и спорта*, 1(50), 7-13.

УДК 611.7

ВОЗДЕЙСТВИЕ ВЕЙПОВ НА ОРГАНИЗМ СТУДЕНТОВ ИНЖЕНЕРНЫХ СПЕЦИАЛЬНОСТЕЙ

Смольский С.М., кандидат биологических наук, доцент;

Сонина Н.В., кандидат педагогических наук, доцент

Учреждение образования «Белорусский государственный аграрный
технический университет», г. Минск, Республика Беларусь

Abstract. The aerosols and oils contained in vapes include many potentially dangerous substances, such as glycerin, propanediol, and heavy metal salts. The main danger of vapes lies in their latent period. A student may still feel healthy, but the lungs are already developing pathology. This happens much faster than with regular cigarette smoking.

Курение – серьезная медицинская и социальная проблема. В настоящее время курение превратилось в массовую эпидемию, распространившуюся не только среди взрослых людей, но и среди подростков, что наносит существенный ущерб здоровью населения. Курение электронных сигарет, или вейпов, породило целую вейп-

культуру. Не замечать ее уже невозможно.

Электронная сигарета – это электронное устройство, похожее на обыкновенную сигарету и позволяющее имитировать процесс курения.

Основные части устройства составляют мундштук, батарея и атомайзер, включающий нагревательный элемент, картридж или резервуар со специальной жидкостью-наполнителем. Жидкость обычно содержит никотин (но бывают жидкости и без никотина), глицерин, пропиленгликоль, и ароматические добавки, в отдельных случаях – тетрагидроканнабинол. Процесс курения электронных сигарет и других подобных устройств называется вейпингом.

Потребители электронных сигарет считают, что «лучше парить, чем курить», но разумнее «не парить» и «не курить». В любом случае это приносит вред здоровью. С точки зрения наркологии всё не так уж радужно: человек всё равно продолжает потреблять психоактивное вещество, вызывающее зависимость, электронные сигареты лишь заменяют табак, но не избавляют от привычки. Придумал этот электронный гаджет в 2003 году китайский инженер Хон Лик [1].

«Попкорновая болезнь», или EVALI, – так называют характерные изменения в легких у любителей вейпов. Дословно с английского название переводится как «повреждение легких, ассоциированное с курением электронных сигарет и вейпов». Заболевание еще недостаточно изучено, но то, что оно прогрессирует в странах, где электронные сигареты активно вошли в моду у молодежи, – факт.

За границей первые случаи болезни вейперов отмечались еще в 2012-2014 годах. Впервые EVALI описали в США, когда в 2019-м там случилась эпидемия – число таких диагнозов превысило 2 тысячи, погибли около 70 человек.

В марте этого года болезнь EVALI нашли у подростка в российском Томске. Врачи предупреждают, что EVALI – серьезное воспаление, которое зачастую требует госпитализации. Оно появляется вследствие вдыхания частиц испаряемого жидкого никотина – именно эта технология лежит в основе всех электронных сигарет и вейпов. Обычно симптомы могут развиваться у людей, которые использовали испарительные устройства примерно 90 дней.

Среди известных симптомов «попкорновой болезни» врачи выделяют боль в груди, тахикардию, одышку, боль в животе, тошноту, рвоту, диарею, лихорадку, озноб и даже немотивированную потерю веса.

Сегодня уже установлена основная причина развития заболевания – это ацетат витамина Е, точнее, маслянистая синтетическая форма этого вещества, которую добавляют в некоторые курительные смеси. К такому выводу пришли американские ученые в 2019 году, когда проанализировали образцы жидкости из легких 29 пациентов, пораженных EVALI. Другие исследования в Штатах нашли следы вещества в образцах легочной жидкости 48 из 51 исследуемого

пациента. К слову, опасный химикат часто добавляют в нелегальные смеси для вейпинга с тетрагидроканнабинолом.

Специфической терапии, направленной именно на «попкорновую болезнь», в современной медицине пока не существует. Необходимо так же помнить и об опасности пассивного курения [2, 3].

Вейпинг стал популярным у студентов по нескольким причинам. Одним из основных факторов является маркетинг, который активно направлен на молодежную аудиторию. Яркие упаковки, вкусные ароматы и изображение вейпов как безопасной альтернативы сигаретам привлекают юношей и девушек, создавая ложное впечатление о безвредности этих устройств.

Вейпинг воспринимается как модное и социально приемлемое занятие, что делает его привлекательным для молодежи. Давление со стороны сверстников и желание быть частью группы также играют свою роль в популярности вейпинга.

Среди студентов «Белорусского государственного аграрного технического университета» был проведен опрос с целью изучения распространенности использования вейпа и осведомленности его вредного влияния на молодой организм.

В опросе, проведенном методом анкетирования, приняли участие 453 студента 1 курса всех специальностей. Среди анкетированных 87% составили юноши и 13% девушки.

По результатам опроса 81% студентов знают о таком явлении, как вейпинг и только 19% не знают, что это такое. Это можно объяснить тем, что вейпинг имеет большую популярность среди молодежи, а вейперов можно встретить в любых общественных местах.

Как показали результаты опроса, 31% студентов пробовали заниматься вейпингом, что является весомой долей среди опрошенных студентов, однако положительным фактом является, что 69% анкетированных не пробовали вейп. Важно было изучить, как часто занимаются вейпингом студенты. Результаты распределились следующим образом: большинство студентов пробовали вейп только 1 раз в жизни – 34,5% опрошенных, 30,9% – парят несколько раз в день, 24,3 % - занимаются вейпингом при случае (день рождения, вечеринка и т.д.), остальные 5,5% - парят 1 раз в день и 2,7% несколько раз в месяц. Основная причина занятия вейпингом среди опрошенных студентов является снятие стресса, так ответили 33,5%. приносит удовольствие – 12,7% опрошенных. Однако 9,5% занимаются вейпингом из-за хайпа (англ. «hype» – трюк для привлечения внимания).

По мнению студентов, занимающихся вейпингом, считают, что у них нет вейп-зависимости – 82%, а 18% студентов признают, что имеют зависимость от вейпа. Однако, 91,8% анкетированных уверены, что избавиться от вейп-зависимости возможно, и только 8,2% уверены в обратном. У студентов в анкете была возможность предложить свой вариант, как можно избавиться от вейп-зависимости. Популярными

вариантами ответа стали: начать заниматься спортом и вести ЗОЖ; забыть о вейпе; найти интересное хобби; личная сила воли. Студенты хорошо осведомлены о вредном влиянии вейпинга на дыхательную систему – 96,1%, сердечно-сосудистую систему – 78,3%, нервную систему – 63,9% опрошенных.

Таким образом, получается, что студенты, обладая информацией о негативных сторонах вейпа, все равно активно используют их в повседневной жизни. В процессе использования вейпа или после, у 26,9% студентов отмечалось ухудшения самочувствия, а именно появление кашля – у 44,4% студентов, першение в горле – 41,2 %, головокружение – у 39,2 %, потеря аппетита – у 15,3%, тошнота – у 1,2%.

При проведении анализа было установлено, что практически половина студентов пробовали оставить вейпинг – 50,4%. Это может говорить об информированности студентов о вреде, который они могут наносить своему организму занимаясь вейпингом. Остальные 49,6% не пробовали оставить это занятие.

Рассмотрев полученные данные, можем сделать вывод, что студенты «Белорусского государственного аграрного технического университета» осознают, что вейпинг негативно влияет на все системы организма, вызывая тяжелые заболевания.

Несмотря, на то, что большинство студентов, проходивших опрос, вейпингом не занимаются, есть часть студентов, использующих вейп в повседневной жизни, что указывает на необходимость проведения активной массовой профилактической работы о вредном влиянии вейпинга на организм человека.

Профилактика вейпинга среди молодежи – это одна из современных задач для родителей, преподавателей, воспитателей и общественности. Важно проводить разъяснительные беседы о вреде вейпинга, а также объяснять, какие последствия могут возникнуть в результате использования электронных сигарет. Регулярные занятия физической культурой, консультации с врачом о здоровье, психологическая поддержка и создание благоприятной среды для студентов могут помочь избежать начала курения вейпа.

Список литературы

1. Влияние электронных сигарет на дыхательную систему студентов / Толмачев Д.А. // Электронный научный журнал «Дневник науки» [Электронный ресурс]. – 2024. – №2. – Режим доступа: https://dnevniknauki.ru/images/publications/2024/2/medicine/Tolmachev_Shaimar_danova_Zhukova.pdf/. – Дата доступа: 23.11.2025.

2. Влияние вейпов на организм: не стоит верить в их безопасность / С.Е. Алексейчик // Беларусь сегодня [Электронный ресурс]. – 2025. – Режим доступа: <https://sb.by/articles/dymovaya-zavesa-veip->

[zdorovie.html/](#). – Дата доступа: 25.11.2025.

3. Нет дыма без огня, или как курение вейпов влияет на сердечно-сосудистую и дыхательную системы / Медицинский вестник [Электронный ресурс]. – 2025. – Режим доступа: <https://medvestnik.by/technology/net-dyma-bez-ognya-ili-kak-kurenie-vejпов-vliyaet-na-serdechno-sosudistuyu-i-dykhatelnyuyu-sistemy/>. – Дата доступа: 25.11.2025.

УДК 796.

ВОЗМОЖНОСТИ СПЕЦИАЛИЗАЦИИ ПО ВОЛЕЙБОЛУ В РАМКАХ УЧЕБНОГО ПРОЦЕССА СТУДЕНТОВ

В.А. Ткачук, доц, канд. пед. наук;

А.А. Тимофеев, доц, канд. пед. наук;

А.В. Езутов, препод.

Учреждение образования «Белорусский государственный университет информатики и радиоэлектроники»,
г. Минск, Республика Беларусь

В рамках программы по физическому воспитанию для высших учебных заведений, включающей различные виды спорта, достойное место отведено волейболу. Наиболее эффективной формой организации занятий по волейболу со студентами является специализированная группа.

Занимаясь волейболом в вузе, студенты в соответствии с требованиями программы на теоретических занятиях знакомятся с правилами игры, основными методами обучения и тренировки, методами и средствами физической, технической, тактической, психологической и другими видами подготовки, а также сведениями по истории развития волейбола. На практических занятиях по волейболу студенты укрепляют свое здоровье, развивают специальные физические качества, овладевают элементами техники и тактики игры, повышают спортивное мастерство. Поскольку работа спортивных групп по волейболу наряду с другими видами стала одной из основных форм организации физического воспитания в высшей школе, то особого внимания заслуживают вопросы планирования такой работы, определение объема и содержания учебного материала, а также методики обучения.

Курс физического воспитания студентов основного отделения, специализирующихся по волейболу, предусматривает:

- сохранение и укрепление здоровья, содействие правильному формированию и всестороннему развитию организма, поддержание высокой работоспособности на протяжении всего периода обучения;
- всестороннюю физическую подготовку;