

*Голенко А. С., Сурков С. А.*

**ТРАДИЦИЯ ПРОВЕДЕНИЯ ЛЕГКОАТЛЕТИЧЕСКОГО КРОССА  
В БРЕСТСКОМ ГОСУДАРСТВЕННОМ УНИВЕРСИТЕТЕ ИМЕНИ  
А. С. ПУШКИНА КАК СРЕДСТВО ФОРМИРОВАНИЯ  
ОСНОВ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ**

*Брестский государственный университет им. А. С. Пушкина, Беларусь*

Осенний легкоатлетический кросс проводился в Брестском государственном университете ежегодно. Двенадцать лет назад во время обсуждения на кафедре легкой атлетики, плавания и лыжного спорта программы очередного

кросса было решение сделать его более красочным, веселым, компактным, решающим не только задачи выявления сильнейших спортсменов-кроссменов, но в первую очередь стимулирующим студентов к занятиям физической культурой и спортом, оздоровительным бегом. По этой причине в положении об осеннем легкоатлетическом кроссе появилось новое название «Золотая миля», он стали личным. Программа соревнований для юношей стала включать бег на 1 милю, для девушек бег 1/2 мили. (Раньше студенты соревновались на традиционных дистанциях 1000 и 500 метров, увеличение дистанции объясняется желанием уменьшить интенсивность бега, тем самым увеличив оздоровительную направленность соревнований.)

В качестве основных задач кросса были выделены следующие:

- формирование навыков здорового образа жизни и досуговой культуры;
- популяризация бега, оздоровление студентов;
- патриотическое воспитание личности;
- формирование общей и профессиональной культуры (приобретение навыков участия в соревнованиях, организации и проведения соревнований);
- определение сильнейших кроссменов университета.

Название соревнований «Золотая миля» предполагает необходимость, проведения кросса в разгар осени в ее «золотую» пору, когда на деревьях еще желтая листва и на улице стоит теплая погода. Именно фактор погоды мы рассматривали как важный аспект в формировании у студентов мотивации к занятиям физической культурой и спортом. В дождливую, холодную, ветреную погоду трудно получить удовлетворение от бега. Известно, что удовлетворенность деятельностью рассматривается как один из побуждающих мотивов занятий физической культурой и спортом.

Таким образом, были определены практически постоянные сроки проведения ежегодного кросса, в канун дня учителя. Мы рассматриваем кросс как важное средство патриотического воспитания студентов. Традиционно кросс приурочен к различным памятным датам, например «65-летию победы в Великой Отечественной войне», 40-летию факультета физического воспитания и др. Организаторы кросса (соорганизаторами выступают спортивный клуб и кафедра физической культуры) много лет приглашают на «Золотую милю» ветерана Великой Отечественной Войны, заслуженного тренера СССР Евгения Михайловича Шукевича.

Важным, на наш взгляд, фактором, способствующим массовости и полезности соревнований «Золотая миля» является участие в организации и проведении студенческих общественных организаций (спортивного клуба университета, профкома студентов, первичной организации БРСМ) и самих студентов.

Особо следует сказать о студентах-судьях. Мы убеждены, что профессиональные компетенции будущих специалистов в области физической культуры должны распространяться не только на учебные формы работы, но и на разнообразные внеучебные спортивно-массовые и оздоровительные мероприятия. Активное привлечение к судейству обучающихся факультета физического воспитания — важная отличительная особенность спортивно-массовых мероприятий, проводимых кафедрой. (Полигоном для формирования у студентов важных на

наш взгляд, навыков организации, судейства спортивно-массовых мероприятий, наряду с легкоатлетическим кроссом «Золотая миля», стали первенства университета по легкой атлетике и плаванию, а также легкоатлетический турнир на призы заслуженного тренера СССР Е. М. Шукевича и другие городские, областные и республиканские соревнования в Бресте.)

Думается, привлекательность кросса для студентов обусловлена и кругом участников, системой подведения итогов: победители определяются в двух номинациях — «Абсолютное первенство» и «Первенство среди любителей», т. е. юношей и девушек, не занимающихся спортом. Победители и призеры кросса в индивидуальном первенстве награждаются сразу в ходе соревнований. В настоящее время, в связи с тем, что кросс включен в программу круглогодичной спартакиады, в соответствии с положением победители определяются и командном первенстве (среди юношей и девушек).

В 2012 г. Открытое первенство Брестского государственного университета по легкоатлетическому кроссу «Золотая миля» было посвящено Дню учителя, 43-летию факультета физического воспитания.

Третьего октября 2012 г. в 15 часов студенты одиннадцати факультетов собрались в городском парке, чтобы на его дорожках включиться в борьбу за почетные призы спартакиады в соревнованиях по легкоатлетическому кроссу, а может быть и установить новые рекорды. (Авторами рекордов являются теперь уже выпускники университета разных лет: у девушек Гордиевская Татьяна (социально-педагогический факультет) — 2.26,5 с (2006 г.) и Жесько Антон (факультет физического воспитания) — 4.18,4 (2006 г.). Эти ребята в свое время являлись членами сборной команды БрГУ по легкой атлетике.)

Победителями легкоатлетического кросса «Золотая миля» за двенадцать лет проведения в основном становились студенты факультета физического воспитания. Причем двукратными победителями были Шемчук Александр, Жесько Антон и Король Роман. У девушек стать трехкратной победительницей и обладательницей высшего достижения удалось студентке социально-педагогического факультета Гордиевской Татьяне. Дважды поднималась на высшую ступеньку пьедестала почета мастер спорта в беге на 3000 м с препятствиями Григорьева Наталья и кандидат в мастера спорта в беге на средние дистанции Рулько Инна студентки факультета физического воспитания.

У кроссменов БрГУ им. А. С. Пушкина есть высокие личные и командные спортивные достижения. Много лет команда БрГУ по легкоатлетическому кроссу являлась призером, а в 2008 и 2009 гг. становилась победительницей республиканской универсиады. Причем весомый вклад в победу команды внесли участники, призеры и победители кросса «Золотая миля» Р. Король, А. Матвеюк, Е. Герасименко, Н. Григорьева, Н. Кузич, И. Зданевич, С. Крылов, А. Курис, А. Кулинко и др. Будущие члены сборной команды университета доказывали право попасть в нее на дорожках парка.

Организаторы кросса надеются, что сложившие традиции будут продолжаться, благодаря кроссу появятся имена новых победителей, будут улучшены спортивные результаты и все больше студентов приобщится к занятиям оздоровительным бегом и здоровому образу жизни.