

Список использованных источников

1. Достижения спорта и развитие туризма в Беларуси [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://vetliva.ru/belarus/sport/>. – Дата доступа: 10.03.2020.
2. Европейские игры 2019 в Минске [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://www.belarus.by/ru/about-belarus/sport/2019-european-games-minsk>. – Дата доступа: 10.03.2020.
3. Сборная Беларуси на чемпионате мира по хоккею-2014 [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://www.belarus.by/ru/about-belarus/sport/iihf-world-championship-2014/team-belarus>. – Дата доступа: 10.03.2020.
4. Спорт в Беларуси [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://www.belarus.by/ru/about-belarus/sport>. – Дата доступа: 10.03.2020.
5. Чемпионат мира по хоккею-2014 в Минске [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://www.belarus.by/ru/about-belarus/sport/iihf-world-championship-2014>. – Дата доступа: 10.03.2020.

УДК 796:631.145

КОРПОРАТИВНЫЙ СПОРТ РАБОТНИКОВ АПК

Максимович А.Д. – 69 м, 3 курс, АМФ

Руководитель: ст. преподаватель Старовойтова Ю.В.

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

В последнее время стала актуальна проблема, как сплочение сотрудников предприятий. Это случилось в начале 90-х годов прошлого столетия. Когда активно зарождался малый и средний бизнес в нашей стране. Существует много примеров и методик, как сделать коллектив более дружным, сплоченным и способным к взаимовыручке внутри коллектива. Но в данной работе мы расскажем о корпоративном спорте, что это, для чего он нужен и кому подходит [2, с.10].

Корпоративный спорт – это совместное занятие сотрудниками компании тем или иным видом спорта, а также участие в спортивных мероприятиях, которые могут проводиться как внутри коллектива фирмы, так и в рамках отраслевых, городских и даже международных турниров, олимпиад и т. п.

Корпоративный спорт не несет в себе отдельную дисциплину. Сюда включают, по усмотрению, самые высоко популярные направления, а также рассматриваются пожелания участвующих работников. Разбег игр может быть большой. Начиная от футбола и лапты, заканчивая гольфом. Сотрудники формируют команды и состязаются как внутри коллектива, так и между работниками других компаний. [4 с.24].

Если бы соревнования не были актуальны, то их бы никто не организовывал. Можно выделить основные плюсы коллективных состязаний:

- Повышение физической активности и оздоровление организма;
- Рост производительности и эффективности компании
- Взаимовыручка; сплочение коллектива;
- Любовь и уважение сотрудников к руководителю;
- Формирование морали и традиций в кругу коллектива;
- Возможность установить дружеские отношения внутри коллектива.

Прежде всего, дело в построении коллектива и мотивации. Правильно подобранный совместный активный отдых положительно сказывается на сплочённости коллектива. К тому же, спортивные мероприятия менее затратные в сравнении со специфическими тренингами по тимбилдингу - и при этом настолько же результативны. Тимбилдинг – термин, обычно используемый в контексте бизнеса и применяемый к широкому диапазону действий для создания и повышения эффективности работы команды [1 с.65]. Кроме того, активный отдых остаётся отдыхом. Если разбавить соревновательную программу несколькими шуточными дисциплинами, то избавление от стресса и налаживание социальных контактов между сотрудниками будет ещё более эффективным.

Корпоративный спорт в профессиональной деятельности также важен. Менеджерам, секретарям, директорам, программистам, бухгалтерам, всем работникам офиса, необходимо делать упражнения для спины на тренажерах. Очень полезны танцы или йога. Для людей такой профессиональной деятельности отлично подойдёт коллективная аэробика. Она позволит повысить физическую активность, поднять настроение и сплотить коллектив.

Больших сил требует работа стилистов, продавцов, хирургов, официантов, барменов – им часами приходится стоять на ногах. Представителям этих профессий подойдет бег, ходьба, танцы, ролики, лыжи, йога и аэробика. Хорошо если есть велосипед.

Большая польза от любого вида спорта будет, если заниматься им всем коллективом. Как сказано было ранее в работе, корпоративный спорт несет в себе много плюсов и достоинств [3 с.14–15].

Исходя из всего этого мы можем сделать выводы:

1. Корпоративный спорт – это один из эффективных методов сплочения коллектива. В сплоченном коллективе людям работается лучше и легче.

2. Успешность компании на прямую зависит от умения и желания персонала эффективно работать, реализуя свой творческий и профессиональный потенциал через средства корпоративного спорта.

Список использованных источников

1. Иванова С. Корпоративная культура – эффективное средство мотивации сотрудников // Служба персонала. – 2005. – №9 – 65с.

2. Ляшкова Е. Особенности корпоративного отдыха // Спортивная жизнь трудоголика. – 2007. – №4 – С 4–25.

3. Атрашкин А., Морган Х. Человеческие ресурсы: некоторые особенности управления // Управление компанией. – 2001. – №1. – С. 14–17.

4. Пригожин А.И. Методы развития организаций / А.И. Пригожин. – М.: МЦФЭР, 2003. С. 20–36.

УДК 796.8

ЗНАЧЕНИЕ ГИБКОСТИ В ЕДИНОБОРСТВАХ

Осадчий Н.С. – 93 э, 1 курс, АЭФ

Научный руководитель: преподаватель Корнеев Л.Л.

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

Гибкость – это способность выполнять движения с максимальной амплитудой в суставах. Различают виды (формы проявления) гибкости – активная и пассивная.