

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

**ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
«КУБАНСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ
ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ, СПОРТА И ТУРИЗМА»**

**МАТЕРИАЛЫ
НАУЧНОЙ И НАУЧНО-МЕТОДИЧЕСКОЙ КОНФЕРЕНЦИИ
ПРОФЕССОРСКО-ПРЕПОДАВАТЕЛЬСКОГО СОСТАВА
КУБАНСКОГО ГОСУДАРСТВЕННОГО УНИВЕРСИТЕТА
ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ, СПОРТА И ТУРИЗМА
(17-24 МАЯ 2021 ГОДА, Г. КРАСНОДАР)**

Материалы конференции

**Краснодар
2021**

УДК 796(06)
ББК 75
М 34

Печатается по решению редакционного совета
Кубанского государственного университета физической культуры,
спорта и туризма

Редакционная коллегия:

профессор *С.М. Ахметов*, профессор *А.А. Тарасенко*,
профессор *Г.Д. Алексянц*, профессор *А.И. Погребной*,
профессор *Е.М. Бердичевская*, профессор *Г.Б. Горская*,
профессор *Т.А. Самсоненко*, профессор *И.Н. Калинина*

М 34 **Материалы научной и научно-методической конференции профессорско-преподавательского состава Кубанского государственного университета физической культуры, спорта и туризма (17-24 мая 2021 года, г. Краснодар): материалы конференции / ред. коллегия С.М. Ахметов, А.А. Тарасенко, Г.Д. Алексянц, А.И. Погребной, Е.М. Бердичевская, Г.Б. Горская, Т.А. Самсоненко, И.Н. Калинина. – Краснодар: КГУФКСТ, 2021 – 280 с. – Текст: непосредственный.**

В сборнике материалов конференции представлены результаты исследований и разработок, проведенных профессорско-преподавательским составом в 2020-2021 учебном году по актуальным проблемам физической культуры и спорта.

УДК 796(06)
ББК 75

СОДЕРЖАНИЕ

Раздел 1:

ПОСТРОЕНИЕ И СОДЕРЖАНИЕ ПРОЦЕССА МНОГОЛЕТНЕЙ ПОДГОТОВКИ СПОРТСМЕНОВ РАЗЛИЧНОЙ КВАЛИФИКАЦИИ.....	13
ДИНАМИКА ФОРМИРОВАНИЯ ОПОРНОГО ГРЕБКА В ПРОЦЕССЕ ОБУЧЕНИЯ ДЕТЕЙ 9-10 ЛЕТ ТЕХНИКЕ СПОРТИВНЫХ СПОСОБОВ ПЛАВАНИЯ.....	13
А.В. Аришин, М.С. Малиновский	13
СПЕЦИАЛИЗИРОВАННЫЙ ОТБОР АКРОБАТОВ – ВЕРХНИХ В МУЖСКИХ ГРУППОВЫХ УПРАЖНЕНИЯХ ВЫСОКОЙ КВАЛИФИКАЦИИ ПО ПОКАЗАТЕЛЯМ СИЛОВОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ.....	16
Н.В. Береславская, Л.В. Жигайлова, В.А. Кузьменко	16
СПОСОБЫ ВЫЯВЛЕНИЯ ИНДИВИДУАЛЬНЫХ ДВИГАТЕЛЬНЫХ ПРЕДПОЧТЕНИЙ У НАЧИНАЮЩИХ БОКСЕРОВ.....	18
А.А. Близнюк, И.Г. Малазония	18
ТЕНДЕНЦИИ РАЗВИТИЯ ТЕХНИКИ БЕГА В ЛЫЖНОМ БИАТЛОНЕ	20
И.И. Горбиков, Н.О. Букреева.....	20
СОСТАВ БОЕВЫХ ДЕЙСТВИЙ И РЕЗУЛЬТАТИВНОСТЬ У КВАЛИФИЦИРОВАННЫХ ФЕХТОВАЛЬЩИКОВ НА РАПИРАХ.....	23
Б.А. Десятериков, А.И. Харитонов.....	23
ПРОГРАММА СОВЕРШЕНСТВОВАНИЯ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ ГИМНАСТОК 11-12 ЛЕТ ДЛЯ ВЫПОЛНЕНИЯ ОПОРНОГО ПРЫЖКА ТИПА «ЦУКАХАРА».....	25
Л.В. Жигайлова, И.В. Тихонова, О.Ф. Барчо	25
ОЦЕНКА СКОРОСТНОЙ ВЫНОСЛИВОСТИ БАСКЕТБОЛИСТОВ КГУФКСТ НА ОСНОВЕ АНАЛИЗА ОБЪЕМА ВЫПОЛНЯЕМЫХ УСКОРЕНИЙ В ДИНАМИКЕ МАТЧА	28
Е.А. Колесникова, Д.Е. Поздеева.....	28
ОЦЕНКА УРОВНЯ СПЕЦИАЛЬНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ БАСКЕТБОЛИСТОК КГУФКСТ В ПОДГОТОВИТЕЛЬНОМ ПЕРИОДЕ.....	31
Е.А. Колесникова, Ю. Саврикова	31

ИЗМЕНЕНИЕ ПРАВИЛ СОРЕВНОВАНИЙ ПО СПОРТИВНОЙ АКРОБАТИКЕ ДЛЯ МУЖСКИХ ГРУПП (2017-2020гг.).....	34
В.А. Кузьменко, Н.В. Береславская, В.И. Иванасова	34
РАЗРАБОТКА ТАБЛИЦЫ ОЧКОВ ДЛЯ ОЦЕНКИ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ СПОРТСМЕНОВ-ПОЛИАТЛОНИСТОВ 12-17 ЛЕТ	37
А.В. Погожев, А.И. Погребной	37
ПОВЫШЕНИЕ ЭФФЕКТИВНОСТИ ПРОЦЕССА СКОРОСТНО-СИЛОВОЙ ПОДГОТОВКИ ЮНЫХ ЛЕГКОАТЛЕТОВ В ПОДГОТОВИТЕЛЬНОМ ПЕРИОДЕ.....	41
И.К. Спирина, С.П. Лавриченко	41
СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ АКРОБАТИЧЕСКИХ ПОДДЕРЖЕК В ЭСТЕТИЧЕСКОЙ ГИМНАСТИКЕ	44
И.В. Тихонова, Г.М. Свистун, О.Ф. Барчо.....	44
К ОЦЕНКЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО МАСТЕРСТВА ТРЕНЕРОВ ДЕТЕЙ И ПОДРОСТКОВ	47
В.И. Тхорев, С.П. Аршинник	47
СИТУАЦИОННАЯ ЦЕЛЕСООБРАЗНОСТЬ АТАКУЮЩИХ ТЕХНИКО-ТАКТИЧЕСКИХ ДЕЙСТВИЙ ЮНЫХ ФУТБОЛИСТОВ ЛИНИИ ЗАЩИТЫ .	50
М.М. Шестаков	50
ДИНАМИКА ПОКАЗАТЕЛЕЙ СКОРОСТНО-СИЛОВОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ СПОРТСМЕНОВ В ГОДИЧНОМ ЦИКЛЕ ТРЕНИРОВКИ НА ЭТАПЕ НАЧАЛЬНОЙ ПОДГОТОВКИ	53
М.С. Шубин, Н.Г. Шубина, Ф.В. Григорьев.....	53
Раздел 2:	
НАУЧНО-КУЛЬТУРОЛОГИЧЕСКИЕ И СОЦИАЛЬНО-ЭКОНОМИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ РАЗВИТИЯ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ, СПОРТА И ТУРИЗМА	56
ОСОБЕННОСТИ ПРАВОПОНИМАНИЯ В СОВРЕМЕННОЙ МОЛОДЕЖНОЙ СРЕДЕ В УСЛОВИЯХ СОЦИАЛЬНОЙ РЕАЛЬНОСТИ	56
О.О. Айвазян, А.А. Кукушкина	56
ПРАКТИЧЕСКИЙ КУРС «МЕЖКУЛЬТУРНЫЕ КОММУНИКАЦИИ НА ИНОСТРАННОМ ЯЗЫКЕ» ДЛЯ НАПРАВЛЕНИЯ ПОДГОТОВКИ ТУРИЗМ	61
О.Б. Анисимова, Ж.А. Терпелец, Л.Г. Ярмолинец	61

КУЛЬТУРА БЛАГОТВОРИТЕЛЬНОСТИ И СОЦИАЛЬНАЯ ОТВЕТСТВЕННОСТЬ РОССИЙСКИХ СПОРТСМЕНОВ	64
Л.Г. Битарова, Е.А. Найденко, Ю.Г. Бич	64
МИРОВОЗЗРЕНЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ КУЛЬТУРЫ ЗДОРОВЬЯ ГРАЖДАН РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ	67
Л.Г. Битарова, А.В. Тонковидова, Т.В. Мишина	67
РАЗВИТИЕ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ В УЧЕБНЫХ ЗАВЕДЕНИЯХ КУБАНСКОЙ ОБЛАСТИ	70
Ю.Г. Бич, Л.Г. Битарова, А.В. Тонковидова	70
НАУЧНЫЕ ИССЛЕДОВАНИЯ В ОБЛАСТИ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА	73
С.С. Воеводина, А.А. Витер	73
ИССЛЕДОВАНИЕ НАПРАВЛЕНИЙ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЯ ОРГАНИЗАЦИОННО-УПРАВЛЕНЧЕСКОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ В ОБЛАСТИ СПОРТА	76
С.С. Воеводина, Е.П. Гетман, Л.А. Гремина	76
ЯЗЫКОВЫЕ И ОБРАЗНО-ВЫРАЗИТЕЛЬНЫЕ СРЕДСТВА ЯЗЫКА ПУБЛИЦИСТИКИ СПОРТИВНОГО ДИСКУРСА.....	79
Е.И. Гетман, В.П. Осадчая.....	79
ДИСЦИПЛИНА ЭКОЛОГИЧЕСКИЙ МЕНЕДЖМЕНТ В КОНТЕКСТЕ НАЦИОНАЛЬНОГО ПРОЕКТА ЭКОЛОГИЯ	82
Е.П. Гетман.....	82
ПРОБЛЕМЫ И ПЕРСПЕКТИВЫ РАЗВИТИЯ МЕЖДУНАРОДНОГО СПОРТИВНОГО ДВИЖЕНИЯ БЕЗ БОЛЕЛЬЩИКОВ НА ТРИБУНАХ.....	85
Е.А. Еремина, В.А. Кузьменко, А.И. Кузьменко	85
СОВРЕМЕННЫЕ ОСНОВЫ КУЛЬТУРНО-ДОСУГОВЫХ УСЛУГ ДЛЯ МОЛОДЕЖИ В ТУРИЗМЕ	88
Е.А. Еремина, В.А. Кузьменко, И.В. Макрушина.....	88
АНАЛИЗ СОСТОЯНИЯ ЭКОЛОГИЧЕСКИХ МАРШРУТОВ ПРИРОДООХРАННЫХ ТЕРРИТОРИЙ КРАСНОДАРСКОГО КРАЯ	91
Е.Л. Заднепровская, Т.А. Джум, М.С. Белошапкин	91
ВАЖНОСТЬ ПРОФЕССИОНАЛЬНЫХ И ЛИЧНЫХ КАЧЕСТВ СПОРТИВНОГО МЕНЕДЖЕРА ДЛЯ ЭФФЕКТИВНОГО УПРАВЛЕНИЯ СПОРТИВНОЙ ОРГАНИЗАЦИИ	95
М.Г. Коваленко	95

СОВРЕМЕННЫЕ КОНЦЕПЦИИ МЕНЕДЖМЕНТА СПОРТИВНОЙ ОРГАНИЗАЦИИ	98
М.Г. Коваленко	98
СТИЛИ РУКОВОДСТВА В СПОРТИВНОМ МЕНЕДЖМЕНТЕ	101
М.Г. Коваленко	101
ВЛИЯНИЕ КРУПНЫХ СПОРТИВНЫХ МЕРОПРИЯТИЙ НА БРЕНДИНГ ТЕРРИТОРИЙ РОССИИ	105
Д.А. Кружков, А.С. Косорукова	105
ВОЛОНТЕРСКАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ КАК ФЕНОМЕН МЕЖКУЛЬТУРНОЙ КОММУНИКАЦИИ.....	107
Д.А. Кружков, Д.А. Осина.....	107
КОММУНИКАЦИЯ И ПРАКТИКО-ОРИЕНТИРОВАННОСТЬ В ПРОЦЕССЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ В СФЕРЕ ТУРИЗМА И ГОСТЕПРИИМСТВА	109
И.М. Кучеренко, А.А. Юрченко	109
ФОРМИРОВАНИЕ УНИВЕРСАЛЬНЫХ КОМПЕТЕНЦИЙ ДИСЦИПЛИНЫ «ОРГАНИЗАЦИЯ ДОБРОВОЛЬЧЕСКОЙ (ВОЛОНТЕРСКОЙ) ДЕЯТЕЛЬНОСТИ И ВЗАИМОДЕЙСТВИЕ С СОЦИАЛЬНО ОРИЕНТИРОВАННЫМИ НКО» В КГУФКСТ	113
И.В. Макрушина, Е.А. Еремина, Е.В. Ползикова	113
ИСТОРИОГРАФИЧЕСКИЙ ОБЗОР СОВРЕМЕННЫХ ПУБЛИКАЦИЙ, ПОСВЯЩЕННЫХ АЛЕКСАНДРУ НЕВСКОМУ.....	119
Г.О. Мациевский.....	119
АНАЛИЗ ПРОГРАММ ПРОЕКТОВ, ВХОДЯЩИХ В СТРАТЕГИЮ РАЗВИТИЯ ТУРИЗМА В РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ В ПЕРИОД ДО 2035 ГОДА.....	122
В.Г. Минченко, Е.В. Ползикова	122–
ТРАНСФОРМАЦИЯ АКСИОЛОГИЧЕСКОЙ СФЕРЫ СПОРТА	125
Т.В. Мишина, Ю.Г. Бич	125
ЭТНОСПОРТ КАК ФОРМА СОХРАНЕНИЯ КУЛЬТУРНОГО НАСЛЕДИЯ	128
Т.В. Мишина, Т.А. Самсоненко	128
СПОРТ В КОНТЕКСТЕ ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ	131
М.Г. Напалкова	131
ПРОЕКТИРОВАНИЕ ЗРЕЛИЩНЫХ СОБЫТИЙ МАССОВОЙ КУЛЬТУРЫ	134

А.В. Плотников.....	134
ХУДОЖЕСТВЕННО-СПОРТИВНЫЕ ЗРЕЛИЩА КАК ФЕНОМЕН МАССОВОЙ КУЛЬТУРЫ	137
А.В. Плотников.....	137
ОБРАЗНОЕ РЕШЕНИЕ ХУДОЖЕСТВЕННО-СПОРТИВНЫХ ПРЕДСТАВЛЕНИЙ	140
Г.Г. Плотникова.....	140
ОРИЕНТИРЫ РАЗВИТИЯ ОБРАЗОВАНИЯ В УСЛОВИЯХ ГЛОБАЛИЗАЦИИ.....	143
Т.Н. Поддубная, В.Г. Минченко, Е.Л. Заднепровская.....	143
РАЗВИТИЕ ТВОРЧЕСКОГО ПОТЕНЦИАЛА БУДУЩИХ РЕЖИССЕРОВ ТЕАТРАЛИЗОВАННЫХ ПРЕДСТАВЛЕНИЙ И ПРАЗДНИКОВ В ПРОЦЕССЕ ПРЕПОДАВАНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ «СЦЕНИЧЕСКАЯ ПЛАСТИКА И ХОРЕОГРАФИЯ».....	145
И.Н. Подольская, А.И. Догадова	145
ДИСКУРС ТЕЛЕСНОСТИ В КОНТЕКСТЕ СОЦИОКУЛЬТУРНЫХ ТРАНСФОРМАЦИЙ: ТРАДИЦИЯ VS СОВРЕМЕННОСТЬ	148
Т.А. Самсоненко, В.Н. Нехай, А.А. Шаов	148
СТРУКТУРА И ОСОБЕННОСТИ ЯЗЫКА СПОРТИВНОГО РЕКЛАМНОГО ДИСКУРСА.....	152
Ф.Н. Шарикова, Ж.А. Терпелец.....	152
МЕТОДИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ МАРКЕТИНГОВЫХ ИССЛЕДОВАНИЙ В ТУРИЗМЕ	155
О.В. Шпырня.....	155
ЯЗЫКОВОЕ ВЫРАЖЕНИЕ ПОЛИТКОРРЕКТНОСТИ В ИНКЛЮЗИВНЫХ ВИДАХ СПОРТА (НА МАТЕРИАЛЕ АНГЛИЙСКОГО ЯЗЫКА).....	158
Л.Г. Ярмолинец, О.Б. Анисимова, Ж.А. Терпелец	158

Раздел 3:

МЕДИКО-БИОЛОГИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА, СОВРЕМЕННЫЕ ФИЗКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫЕ ТЕХНОЛОГИИ 161

ИНФОРМАЦИОННЫЕ ТЕХНОЛОГИИ В КОРРЕКЦИИ ПИЩЕВОГО СТАТУСА И СПОРТИВНЫХ ДОСТИЖЕНИЙ ЮНЫХ СПОРТСМЕНОВ 161
Н.К. Артемьева 161

ДИНАМИКА МОЧЕВОЙ КИСЛОТЫ В АЭРОБНОЙ РАБОТОСПОСОБНОСТИ ВЕЛОСИПЕДИСТОВ-ШОССЕЙНИКОВ 165
Я.Е. Бугаец, И.В. Феоктистов 165

КОНТРОЛЬ УРОВНЯ ТРЕНИРОВАННОСТИ ОБУЧАЕМЫХ В ПРОЦЕССЕ СПОРТИВНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫХ СБОРОВ В УСЛОВИЯХ СРЕДНЕГОРЬЯ ПО РЕЗУЛЬТАТАМ ОРТОСТАТИЧЕСКОЙ ПРОБЫ..... 168
О.С. Васильченко, В.Б. Парамзин, И.Ю. Пугачев 168

МЕТОДИКА ЗАНЯТИЙ ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫМ БЕГОМ С УЧЕТОМ СПЕЦИФИКИ ТРУДОВОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ЖЕНЩИН ПЕРВОГО ЗРЕЛОГО ВОЗРАСТА 171
Л.С. Дворкин, О.Д. Рябова 171

ВЛИЯНИЕ ПОДВИЖНЫХ ИГР НА ИНТЕНСИВНОСТЬ И ОБЪЕМ ДВИГАТЕЛЬНОЙ АКТИВНОСТИ ДЕТЕЙ 5-6 ЛЕТ РАЗЛИЧНОГО ПОЛА В ЗАЛЕ И НА УЛИЦЕ 174
Н.И. Дворкина, С.А. Абид, Н.В. Андрусенко 174

ВЛИЯНИЯ БАЗОВЫХ И ИЗОЛИРУЮЩИХ УПРАЖНЕНИЙ НА ФИЗИЧЕСКУЮ ПОДГОТОВЛЕННОСТЬ ДЕТЕЙ И ПОДРОСТКОВ 12-13 ЛЕТ, ПРОЖИВАЮЩИХ В СЕЛЬСКОЙ МЕСТНОСТИ 177
Н.И. Дворкина, П.В. Головки 177

МЕТОДИКА ИСПОЛЬЗОВАНИЯ ДЫХАТЕЛЬНЫХ ПРАКТИК НА ЗАНЯТИЯХ ЙОГОЙ С ДЕВУШКАМИ 17 ЛЕТ 180
Н.И. Дворкина, О.С. Трофимова, О.Г. Лызарь 180

ФАКТОРЫ, ОПРЕДЕЛЯЮЩИЕ ВЫБОР ЖЕСТОВ ДЛЯ ОБЩЕНИЯ В СРЕДЕ СПОРТСМЕНОВ С НАРУШЕНИЕМ СЛУХА 183
Е.А. Иващенко 183

ОСВЕДОМЛЕННОСТЬ СТУДЕНТОВ СПОРТИВНЫХ ВУЗОВ В РОССИИ И ЗАРУБЕЖОМ О ПРОБЛЕМЕ ПРИМЕНЕНИЯ ДОПИНГА 186

А.В. Казалиева, А.С. Прохорцева, Е.Г. Солопова.....	186
ОСОБЕННОСТИ СПЕЦИАЛЬНОЙ ДВИГАТЕЛЬНОЙ ПОДГОТОВКИ КИКБОКСЕРОВ РАЗЛИЧНЫХ ВОЗРАСТНЫХ ГРУПП.....	189
О.Г. Лызарь, А.В. Тутаева	189
ОЦЕНКА ПСИХОЭМОЦИОНАЛЬНОГО СОСТОЯНИЯ СПОРТСМЕНОВ, ЗАНИМАЮЩИХСЯ СТРЕЛЬБОЙ ИЗ ЛУКА.....	191
М.В. Малука, Е.М. Игнатенко.....	191
ОСОБЕННОСТИ ПРЕПОДАВАНИЯ АНАТОМИИ ЧЕЛОВЕКА В УСЛОВИЯХ ПАНДЕМИИ НОВОЙ КОРОНОВИРУСНОЙ ИНФЕКЦИИ	193
О.В. Маякова, Ю.А. Кудряшова, А.М. Филенко.....	193
ЭФФЕКТИВНОСТЬ ЗАНЯТИЙ ТАНЦЕВАЛЬНЫМ ФИТНЕСОМ НА ФИЗИЧЕСКОЕ СОСТОЯНИЕ ДЕТЕЙ 6-8 ЛЕТ	196
Е.И. Ончукова, Я.А. Манакова, В.Ю. Фролкина.....	196
ОСОБЕННОСТИ РАЗВИТИЯ СИЛОВЫХ ВОЗМОЖНОСТЕЙ У МУЖЧИН 22-25 ЛЕТ ПРИ ЗАНЯТИЯХ СПОРТИВНЫМИ НАПРАВЛЕНИЯМИ ФИТНЕСА.....	199
Е.И. Ончукова, О.С. Трофимова, И.И. Самохин	199
ОПРЕДЕЛЕНИЕ АДАПТАЦИОННЫХ ВОЗМОЖНОСТЕЙ СТУДЕНТОВ ПО РЕЗУЛЬТАТАМ ПРОБЫ ШТАНГЕ.....	202
В.Б. Парамзин, О.С. Васильченко, С.В. Разновская	202
ПОИСК И ПРИВЛЕЧЕНИЕ ЛЮДЕЙ С ОГРАНИЧЕННЫМИ ВОЗМОЖНОСТЯМИ ЗДОРОВЬЯ К ЗАНЯТИЯМ АДАПТИВНЫМ СПОРТОМ.....	204
А.С. Позняк, С.П. Лавриченко, А.В. Деговцева.....	204
ОСОБЕННОСТИ КОМПОНЕНТНОГО СОСТАВА ДЕТЕЙ МЛАДШЕГО ШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА, ЗАНИМАЮЩИХСЯ КАРАТЕ КИОКУШИНКАЙ.....	207
М.Г. Половникова, И.Н. Калинина, А.И. Латоша.....	207
ВЛИЯНИЕ ЗАНЯТИЙ ФУНКЦИОНАЛЬНОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ НА СНИЖЕНИЕ ИЗБЫТОЧНОЙ МАССЫ ТЕЛА ЖЕНЩИН 30-35 ЛЕТ	211
Н.И. Романенко, В.В. Сударь, Е.Д. Юркина.....	211
ВЛИЯНИЕ ЗАНЯТИЙ BODY-FLEX НА МОРФОФУНКЦИОНАЛЬНОЕ СОСТОЯНИЕ ЖЕНЩИН ВТОРОГО ЗРЕЛОГО ВОЗРАСТА	214
Н.И. Романенко, Д.В. Ладейщикова	214

ВЛИЯНИЕ ГРУППОВЫХ ЗАНЯТИЙ ФИТНЕСОМ НА ФИЗИЧЕСКОЕ СОСТОЯНИЕ ЖЕНЩИН ВТОРОГО ПЕРИОДА ЗРЕЛОГО ВОЗРАСТА.....	217
В.В. Сударь, Л.С. Комнатная	217
ИСПОЛЬЗОВАНИЕ СРЕДСТВ ФИТНЕСА В ПРОЦЕССЕ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ СПОРТСМЕНОВ 13-15 ЛЕТ В АКАДЕМИЧЕСКОЙ ГРЕБЛЕ.....	220
В.В. Сударь, Н.И. Романенко	220
МЕТОДИКА ПРИМЕНЕНИЯ ЗАНЯТИЙ ВОСТОЧНЫМИ ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫМИ СИСТЕМАМИ С ЖЕНЩИНАМИ ПОЖИЛОГО ВОЗРАСТА	223
О.С. Трофимова, Е.И. Ончукова, Я.А. Манакова	223
МЕТОДИКА ЗАНЯТИЙ ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРОЙ С ЖЕНЩИНАМИ ПРЕДПЕНСИОННОГО ВОЗРАСТА	226
С.А. Хазова, Я.А. Манакова	226
ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫЙ ПОТЕНЦИАЛ СОВОКУПНОГО ПРИМЕНЕНИЯ РАЗНЫХ ПРОГРАММ ФИТНЕСА В ПРОЦЕССЕ ФИКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫХ ТРЕНИРОВОК СТУДЕНТОК ВУЗОВ	229
М.М. Шестаков, Ж.Г. Аникиенко	229
 Раздел 4:	
ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ И СОЦИАЛЬНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ СОВРЕМЕННОГО ОБРАЗОВАНИЯ И ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ	232
ОСОБЕННОСТИ ОРГАНИЗАЦИИ ЗАНЯТИЙ ПО ФИЗИЧЕСКОМУ РАЗВИТИЮ В ДОШКОЛЬНОМ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОМ УЧРЕЖДЕНИИ.....	232
Н.В. Иванова, Ю.М. Аушева, О.К. Карагезян	232
ФОРМИРОВАНИЕ ОСНОВ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ У СТУДЕНТОВ ПРИ ОБУЧЕНИИ ПО НАПРАВЛЕНИЮ ПОДГОТОВКИ ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА	235
А.Г. Ахромова, Н.В. Иванова, К.Р. Саакова	235
ЭМОЦИОНАЛЬНЫЙ ИНТЕЛЛЕКТ И КОПИНГ-СТРАТЕГИИ КАК КОМПОНЕНТЫ ГОТОВНОСТИ СПОРТСМЕНОВ К КОМАНДНЫМ ВЗАИМОДЕЙСТВИЯМ	238
Е.И. Берилова	238

ОСОБЕННОСТИ МОТИВАЦИИ У СТУДЕНТОВ СПОРТИВНОГО ВУЗА НА РАЗНЫХ ЭТАПАХ ОБУЧЕНИЯ.....	241
Ю.М. Босенко, А.С. Распопова	241
КОРРЕЛЯЦИОННЫЙ АНАЛИЗ В ОЦЕНКЕ ЗНАЧИМОСТИ ПОДГОТОВИТЕЛЬНЫХ УПРАЖНЕНИЙ ДЛЯ РАЗВИТИЯ СИЛОВЫХ КАЧЕСТВ У МОЛОДЕЖИ	244
О.С. Васильченко, В.Б. Парамзин, И.Д. Иванов	244
К ВОПРОСУ О ПРОБЛЕМЕ ВЫБОРА МЕТОДОВ ПРИ ПРОВЕДЕНИИ ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКИХ ИССЛЕДОВАНИЙ.....	247
Е.П. Гетман.....	247
ЭМОЦИОНАЛЬНЫЙ ИНТЕЛЛЕКТ КАК РЕСУРС ПРЕОДОЛЕНИЯ ПСИХИЧЕСКИХ ПЕРЕГРУЗОК И ЭФФЕКТИВНОСТИ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ВЫСОКОКВАЛИФИЦИРОВАННЫХ СПОРТСМЕНОВ, СПЕЦИАЛИЗИРУЮЩИХСЯ В АКАДЕМИЧЕСКОЙ ГРЕБЛЕ.....	250
Г.Б. Горская, Е.М. Потапова	250
ВЗАИМОСВЯЗЬ ДИСПОЗИЦИОННОГО ОПТИМИЗМА И БАЗИСНЫХ УБЕЖДЕНИЙ СПОРТСМЕНОВ ЮНОШЕСКОГО ВОЗРАСТА	253
К.А. Дробышева.....	253
ОСОБЕННОСТИ ВЗАИМОСВЯЗИ ЭМПАТИИ И ТРЕВОЖНОСТИ В ПОДРОСТОВОМ ВОЗРАСТЕ	256
А.А. Дубовова, Е.А. Пархоменко	256
PSYCHOLOGICAL BURNOUT IN SPORT	258
V.V. Ermak, A.S. Poznyak, N.S. Degovtsev	258
ОБЕСПЕЧЕНИЕ ПЕДАГОГИЧЕСКОГО КОНТРОЛЯ ДЛЯ УЧАЩИХСЯ СРЕДНИХ УЧЕБНЫХ ЗАВЕДЕНИЙ КРАСНОДАРСКОГО КРАЯ ПО ПРОГРАММЕ «САМБО – В ШКОЛУ»	260
И.А. Коротких, И.А. Бушин, Ю.С. Андреев.....	260
ПОВЫШЕНИЕ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ 6-9 КЛАССОВ СЕЛЬСКОЙ ШКОЛЫ ПО ОКОНЧАНИИ СОЦИАЛЬНОЙ ИЗОЛЯЦИИ В УСЛОВИЯХ ЭПИДЕМИИ	262
М.В. Махинова, А.В. Колмыков, М.А. Колмыкова	262
СТАТИСТИЧЕСКИЙ АНАЛИЗ УЧАСТИЯ РЕГИОНОВ РОССИИ ВО ВСЕРОССИЙСКОЙ ОЛИМПИАДЕ ШКОЛЬНИКОВ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ ЗА 2016-2020 ГОДА	265
Е.А. Пархоменко, Т.А. Банникова, В.В. Кузьмина.....	265

АНАЛИЗ СТАТИСТИЧЕСКИХ ДАННЫХ ПОБЕДИТЕЛЕЙ И ПРИЗЕРОВ ВО ВСЕРОССИЙСКОЙ ОЛИМПИАДЕ ШКОЛЬНИКОВ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ КРАСНОДАРСКОГО КРАЯ	268
Е.А. Пархоменко, Т.А. Банникова, В.В. Кузьмина	268
ПСИХОЛОГИЧЕСКОЕ ВЫГОРАНИЕ В СПОРТЕ	271
А.С. Позняк, А.В. Деговцева, Н.С. Деговцев	271
УЧЕБНАЯ ИНФОРМАЦИЯ И ОСОБЕННОСТИ ЕЕ ПОЛУЧЕНИЯ В ПЕДАГОГИЧЕСКОМ ПРОЦЕССЕ	274
И.В. Тихонова, Л.В. Жигайлова, О.Ф. Барчо	274
ДИФФЕРЕНЦИРОВАНИЕ ДВИГАТЕЛЬНЫХ И ПСИХОМОТОРНЫХ СПОСОБНОСТЕЙ ВОЕННЫХ ЛЕТЧИКОВ ПО ОСНОВАНИЮ ВЗИМОСВЯЗИ С ПАРАМЕТРАМИ УПРАВЛЕНИЯ САМОЛЕТОМ	276
М.М. Шестаков, О.В. Сакиркин.....	276
ФОРМИРОВАНИЕ НАВЫКОВ ПЕРЕДВИЖЕНИЯ НА ЛЫЖЕРОЛЛЕРАХ У ОБУЧАЮЩИХСЯ В КГУФКСТ	279
В.З. Яцык, Н.О. Букреева.....	279

Раздел 1: ПОСТРОЕНИЕ И СОДЕРЖАНИЕ ПРОЦЕССА МНОГОЛЕТНЕЙ ПОДГОТОВКИ СПОРТСМЕНОВ РАЗЛИЧНОЙ КВАЛИФИКАЦИИ

УДК: 797.212

ДИНАМИКА ФОРМИРОВАНИЯ ОПОРНОГО ГРЕБКА В ПРОЦЕССЕ ОБУЧЕНИЯ ДЕТЕЙ 9-10 ЛЕТ ТЕХНИКЕ СПОРТИВНЫХ СПОСОБОВ ПЛАВАНИЯ

**Кандидат педагогических наук, доцент А.В. Аришин
Преподаватель М.С. Малиновский**

*Кафедра теории и методики плавания, парусного и гребного спорта
Контактная информация для переписки: 350015, Россия, г. Краснодар, ул. Буденного, 161,
e-mail: malinovsky.maxim@yandex.ru*

Аннотация. В работе представлены результаты исследований динамики формирования опорного гребка при обучении детей 9-10 лет технике плавания. В основу методики обучения был включен специально разработанный комплекс упражнений, направленный на обучение упору в воде и дальнейшему совершенствованию техники плавания. В результате эксперимента была установлена выраженная динамика формирования умения выполнить опорный гребок и его положительное влияние на степень освоения техники спортивных способов плавания.

Ключевые слова: опорный гребок, обучение плаванию, техника спортивных способов плавания, совершенствование техники плавания, дети 9-10 лет.

Поиск средств и методов быстрого и качественного обучения и совершенствования техники плавания является одной из приоритетных задач как начального, так и дальнейших этапов подготовки. Уже с первых занятий в бассейне педагогами решается задача формирования базы движений, которые впоследствии будут способствовать более качественному и быстрому формированию навыка плавания [1, 2, 5]. Однако большинство методик исключают из своего арсенала освоение такого технического элемента как опорный гребок. Многими специалистами в области начального обучения плаванию опорный гребок не выделяется как обязательное средство обучения, а основной задачей является освоение техники по элементам – движение ног, движение рук и др. Обучению создания опоры в воде не уделяется должного внимания, либо эта задача игнорируется. Именно такой подход к обучению на начальных этапах подготовки не обеспечивает должной эффективности. Исходя из этого, актуальным является обоснование использования опорного гребка при начальном обучении и дальнейшем совершенствовании.

Целью исследования являлось изучение динамики формирования эффективности опорного гребка при обучении и совершенствовании техники плавания с включением в процесс обучения специально разработанного комплекса упражнений.

Исследование проводилось на базе бассейна КГУФКСТ в период с февраля по апрель 2021 г. В исследовании приняли участие 30 детей в возрасте 9-10 лет разделенных на 2 группы: контрольную (КГ) и экспериментальную (ЭГ). Занятия в КГ проходили по общепринятой методике начального обучения без использования упражнений, направленных на обучение опорному гребку. В занятия ЭГ были введены упражнения на изучение опорного гребка с первого занятия. Общий объем, отводимый на изучение опорного гребка в одном занятии, составлял 10 минут.

Первоначальной задачей была разработка комплекса упражнений с учетом возрастных особенностей испытуемых. Основой всего комплекса являлось формирование образного представления о предлагаемых упражнениях, а также использование разработанных средств, для более качественного и быстрого освоения техники опорного гребка [3, 4]. В качестве подводящих, использовались упражнения на суше, для имитации опорного гребка, а также более четкого понимания и корректировки со стороны тренера [5]. Основная часть упражнений применялась непосредственно в воде. Как и в обучении элементам спортивных способов плавания, использовалась методическая последовательность:

Выполнение упражнений в опорном положении → с частичной опорой в безопорном положении → с использованием вспомогательных средств.

Контроль над выполнением упражнений и регистрация исследуемых параметров осуществлялась посредством экшн камеры, после чего проводился покадровый анализ техники опорного гребка.

Анализ полученных результатов показал следующее. При обучении опорному гребку каждой рукой отдельно, было зарегистрировано достоверное улучшение по количеству выполненных движений за 20 с уже на 6 занятии на 10 раз ($p < 0,05$). Количество правильно выполненных движений достоверно улучшилось к 3-му занятию на 8 ($p < 0,05$), а неправильно выполненных снизилось к 5 занятию на 7 ($p < 0,05$). Достоверных различий между гребками правой и левой рукой обнаружено не было ($p > 0,05$).

Результаты, полученные при анализе удержания на поверхности воды двумя руками согнув ноги, показали, что количество выполненных гребков за 20 с достоверно улучшается уже к 4 занятию на 12 ($p < 0,05$). Аналогичная динамика наблюдается при рассмотрении количества правильно выполненных движений на 8 ($p < 0,05$). Количество неправильно выполненных движений уменьшается к 7 занятию на 4 ($p < 0,05$).

Удержание на поверхности воды в положении лежа на спине за счет движений опорного гребка по времени удержания, количеству выполненных движений, а также правильно выполненных гребков достоверно улучшается к 3-му занятию на 8 ($p < 0,05$). Это говорит о том, что уже к третьему занятию дети

способны удерживаться на поверхности воды в положении лежа за счет движений опорного гребка. Количество неправильно выполненных движений при этом уменьшается на 6 к 3-му занятию ($p < 0,05$).

При анализе результатов удержания в вертикальном положении обеими руками было обнаружено, что время удержания на поверхности воды и количество движений за данный временной промежуток достоверно увеличивается уже на 3 занятия на 12 ($p < 0,05$). Количество правильно выполненных движений достоверно улучшается уже на 4 занятия на 8, чему соответствует и уменьшение количества неправильно выполненных движений на 6 ($p < 0,05$).

Сравнительный анализ освоения спортивных способов плавания, таких как кроль на груди и на спине показал, что дети ЭГ уже к 12 занятию могли преодолеть 25 м способом кроль на спине, в то время как дети КГ лишь к 18 занятию демонстрировали это ($p < 0,05$). При обучении способу кроль на груди было отмечено, что у детей ЭГ уже на 16 занятия проплывали данным способом на задержке дыхания до 12 м, а дети КГ лишь к 22 занятию ($p < 0,05$). Проплывание отрезка 25 м в согласовании с дыханием дети ЭГ достигали к 20 занятию, что на 6 занятий меньше по сравнению с детьми КГ ($p < 0,05$).

Таким образом, можно заключить, что применение упражнений опорного гребка на начальном этапе подготовки демонстрирует выраженную динамику формирования данного умения и обеспечивает более раннее и эффективное освоение техники спортивных способов плавания, что отражено в результатах данного исследования. Дети ЭГ, в занятия которых был включен специально разработанный комплекс по обучению опорному гребку, намного быстрее овладели способами кроль на груди и кроль на спине по сравнению с детьми КГ.

Литература:

1. Аришин, А. В. Формирование и контроль техники плавания на первом году обучения в спортивных школах : специальность 13.00.04 «Теория и методика физического воспитания, спортивной тренировки, оздоровительной и адаптивной физической культуры» : диссертация на соискание ученой степени кандидата педагогических наук / Аришин Андрей Васильевич. – Краснодар, 2002. – 171 с.
2. Биомеханические основы обучения плаванию : учебное пособие / В. Т. Гринев, А. И. Погребной, Ю. И. Костюк, Т. М. Звягинцева. – Краснодар, 1990. – 82 с.
3. Максимова, М. Н. Теория и методика синхронного плавания : учебник / М. Н. Максимова. – Москва : Издательство «Спорт», 2017. – 304 с.
4. Пигида, К. С. Особенности кинематических характеристик опорного гребка в горизонтальных позициях синхронного плавания / К. С. Пигида // Проблемы современного педагогического образования. – 2016. – № 53-11. – С. 3–10.
5. Погребной, А. И. Научно-педагогические основы начального обучения плаванию в школьном возрасте : автореф. дисс. ... докт. пед. наук. – Краснодар, 1997. – 57 с.

УДК: 796.417.2

СПЕЦИАЛИЗИРОВАННЫЙ ОТБОР АКРОБАТОВ – ВЕРХНИХ В МУЖСКИХ ГРУППОВЫХ УПРАЖНЕНИЯХ ВЫСОКОЙ КВАЛИФИКАЦИИ ПО ПОКАЗАТЕЛЯМ СИЛОВОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ

**Кандидат педагогических наук, доцент Н.В. Береславская
Кандидат педагогических наук, доцент Л.В. Жигайлова
Преподаватель В.А. Кузьменко**

Кафедра теории и методики гимнастики

*Контактная информация для переписки: 350015, Россия, г. Краснодар, ул. Буденного, 161,
e-mail: beresla@mail.ru.*

Аннотация. На этапе специализированного отбора одну из решающих ролей играет силовая подготовленность акробатов. Проведенными исследованиями установлена взаимосвязь предложенных текстовых заданий для определения уровня силовой подготовленности акробатов – верхних высокой квалификации с соревновательным результатом и определены те, которые можно применять для отбора при комплектовании состава в мужских групповых упражнениях.

Ключевые слова: специализированный отбор; спортивная акробатика; акробаты – верхние; мужские группы, силовая физическая подготовленность.

Современная спортивная акробатика является видом спорта, который характеризуется выполнением разнообразных технически сложных элементов и комбинаций, а основными составляющими спортивного мастерства являются физическая и техническая подготовленность [3], уровень развития которой делает соревновательные упражнения конкурентоспособными. С каждым олимпийским циклом продолжается совершенствование правил соревнований, вектор которых продолжает быть направлен в сторону увеличения трудности соревновательных программ [4].

Совершенствование средств специализированного отбора должно способствовать неуклонному росту спортивных результатов и стимулировать тренеров находить передовые эффективные подходы в решении его организационно – практических проблем [1, 2, 5]. Следовательно, выявление научно подтвержденных объективных критериев специализированного отбора, позволит определить возможность достижения наивысших результатов акробатами – верхними высокой квалификации, участниками мужских групп.

В исследовании принимали участие семь акробатов – верхних высокой квалификации, участников составов мужских групповых упражнений. Определение упражнений, которые можно применять в качестве контрольных заданий специализированного отбора по показателям силовой подготовленности, проводилось на основе положений математической теории тестов (Рисунок).

Тесты	M±m	σ	r	p
«из упора углом вне, стойка силой - согнувшись» (кол-во раз)	34,1±3,2	1,21	0,89	<0,01
«из стойки на одной руке опускание в упор углом вне» (кол-во раз)	14,5±0,5	1,19	0,91	<0,01
«сгибание-разгибание рук в стойке на руках» (кол-во раз)	25,2±2,8	1,06	0,68	<0,05
«присед со штангой весом 50кг» (кол-во раз)	11,5±2,9	1,09	0,69	<0,05
«из вися на гимнастической стенке с отягощением 1,5кг - вис углом» (кол-во раз)	36,8±1,5	0,56	0,93	<0,01
«из полуприседа со штангой 25кг на плечах - выпрыжка» (кол-во раз)	19,8±1,3	0,49	0,97	<0,01
«лежа на спине на гимнастическом коне поперек с весом 10кг» (с)	23,4±0,4	1,15	0,88	<0,05
«горизонтальный упор ноги врозь на стоялках» (с)	21,5±1,3	0,49	0,95	<0,01

Рисунок – Взаимосвязь тестов силовой подготовленности акробатов – верхних высокой квалификации в мужских групповых упражнениях с соревновательным результатом (n=7)

Проверка тестов на соответствие критерию информативности показала, что все они проявили высокую ($p<0,01$) и среднюю ($p<0,05$) взаимосвязь с соревновательным результатом. Так как в нашем исследовании принимали участие только высококвалифицированные акробаты - верхние, мы сочли возможность рекомендовать для применения в качестве контрольных заданий только те, которые проявили высокую степень взаимосвязи с соревновательным результатом ($p<0,01$). Это:

- «из упора углом вне, стойка силой - согнувшись» (кол-во раз)
- «из стойки на одной руке опускание в упор угол вне» (кол-во раз)
- «из вися на гимнастической стенке с отягощением 1,5кг - вис углом» (кол-во раз)
- «из полуприседа со штангой 25кг на плечах – выпрыгивание» (кол-во раз)
- «горизонтальный упор ноги врозь на стоялках» (с).

Таким образом, применение данной батареи тестов позволит сократить время для определения пригодности акробатов высокой квалификации к работе верхними в составах мужских групп высокой квалификации.

Литература:

1. Гавердовский, Ю. К. Теория и методика спортивной гимнастики : учебник в 2 т. – Т. 2 / Ю. К. Гавердовский, В. М. Смолевский. – Москва : Советский спорт, 2014. – С. 73–83.
2. Профилированная теория и методика избранного вида спорта : курс лекций / сост. Н. Н. Пилюк, Л. В. Жигайлова, Г. М. Свистун [и др.]. – Краснодар : КГУФКСТ, 2018. – С. 101–102.
3. Свод правил по спортивной акробатике 2017–2020. – ФИЖ, 2016. – 72 с.
4. Теория и методика избранного вида спорта: Гимнастика : курс лекций / Н. Н. Пилюк, Г. М. Свистун, Н. В. Береславская [и др.]. – Краснодар : КГУФКСТ, 2015. – Ч. 2. – С. 66–76.
5. Фискалов, В. Д. Спорт и система подготовки спортсменов : учебник для вузов / В. Д. Фискалов – Москва : Советский спорт, 2010. – С. 144–153.

УДК: 796.83

СПОСОБЫ ВЫЯВЛЕНИЯ ИНДИВИДУАЛЬНЫХ ДВИГАТЕЛЬНЫХ ПРЕДПОЧТЕНИЙ У НАЧИНАЮЩИХ БОКСЕРОВ

Кандидат педагогических наук, доцент А.А. Близнюк
Кандидат педагогических наук, доцент И.Г. Малазония

*Кафедра теории и методики спортивных единоборств,
тяжелой атлетики и стрелкового спорта*

*Контактная информация для переписки: 350015, Россия, г. Краснодар, ул. Буденного, 161,
e-mail: abliznyuk@kgufkst.ru*

Аннотация. В статье представлены материалы двухгодичного эксперимента по определению двигательных предпочтений начинающих спортсменов, с точки зрения предрасположенности к использованию той, или иной стойки.

Ключевые слова: начинающие боксеры; двигательные предпочтения; предрасположенность.

Продолжительное время отношение окружающих к людям с ведущей левой рукой, или ногой было неоднозначным. Они зачастую подвергались различного рода нападкам, а на рубеже XIX-XX веков была выдвинута теория, которая говорила о том, что «левши» – неполноценны и даже склонны к различным заболеваниям. Подобных людей переучивали, заставляя различными способами выполнять все только правой рукой [3, 4].

Прошло значительное количество времени, прежде чем ученые пришли к единому мнению о том, что подобное переучивание приносит людям и, в частности, детям вред [2]. Несмотря на это, многие тренеры при ведении тренировочной деятельности с начинающими боксерами не учитывают факт наличия у своих воспитанников индивидуальных двигательных предпочтений и ведут обучение только с позиции праворукости.

На основе анализа данных научно-методической литературы, а также личного опыта, нами были разработаны предложения, направленные на бестравматичное определение у начинающих боксеров индивидуальной двигательной асимметрии, которая в свою очередь позволит в дальнейшем составить для них алгоритмы применения технико-тактических действий в различных кинематических ситуациях, возникающих во время поединков боксеров [1, 5].

Суть предложений заключается в следующем: начинающим спортсменам, которые впервые пришли на занятия показывают различные варианты боевых стоек, а затем предлагают несколько раз занять боевую позицию. В результате данного приема фиксировалась индивидуальная предрасположенность каждого начинающего спортсмена к использованию той, или иной боевой стойки. Полученную информацию мы внесли в индивидуальные карты каждого спортсмена, где в дальнейшем так же фиксировались их индивидуальные технико-тактические данные.

После прохождения года тренировок нами было проведено тестирование тех же участников исследования на предмет информативности, предложенного нами метода определения склонности к использованию той или иной стойки. Таким образом, нами было определено соответствие исходных показателей по использованию левосторонней, или правосторонней стойки с итоговыми показателями (Рисунок).

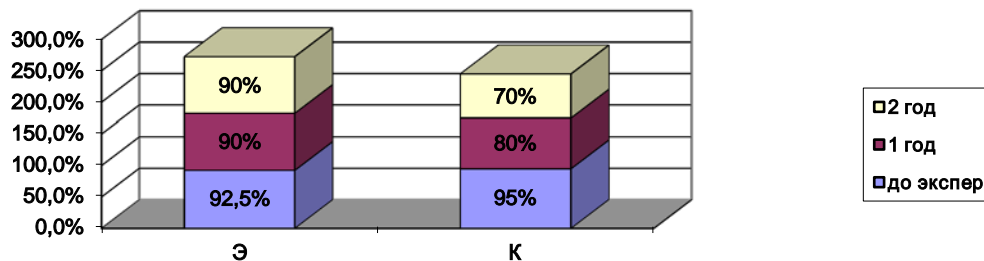


Рисунок – динамика изменений количества спортсменов, использующих левостороннюю и правостороннюю стойки

В исследуемой нами группе в начале исследования было установлено, что 92,5% исследуемых имели предрасположенность к использованию левосторонней стойки. По прошествии одного года тренировок число спортсменов, стоящих в левосторонней стойке сократилось до 90% от группы и осталось неизменным до окончания второго года тренировок. Подобное исследование нами было проведено и в другой группе начинающих спортсменов, в котором не применялся предложенный нами способ определения предрасположенности к использованию правосторонней или левосторонней стойки. В результате этого выяснилось, что в этой группе в начале тренировок присутствовало 95% занимающихся, использующих левостороннюю стойку. Данное количество в последствии резко уменьшалось и к окончанию второго года тренировок достигло 70%.

Таким образом, неправильный подход к выбору стойки у начинающих спортсменов приводит к тому, что впоследствии они возвращаются к той стойке, в которой им легче вести поединок, а это, в свою очередь, ведет к дополнительному времени на разучивание технико-тактического арсенала боксеров.

Литература:

1. Близнюк, А. А. Биомеханические показатели зависимости защиты от взаимоположений в боксе / Проблемы современного педагогического образования. –2016. – № 53–5. – С. 50–57.
2. Малазония, И. Г. Особенности асимметричных действий боксеров разного моторного фенотипа в изменяющихся кинематических ситуациях. Журнал Педагогико-психологические и медико-биологические проблемы физической культуры и спорта / И. Г. Малазония, А. С. Гронская. – 2016. – Т. 11. – №4. – С. 217–224.
3. Скопа, М. В. Ребенок-левша / Вестник научных конференций / М. В. Скопа, Т. В. Подъяблонская, Л. А. Кошель. – 2017. – № 1–2 (17). – С. 107–109.
4. Тихонова, И. В. Современные технологии обучения и пути их реализации / И. В. Тихонова, К. С. Пигида, И. И. Иванов // Проблемы современного педагогического образования. – 2020. – № 66–4. – С. 269–272.
5. Юдина, Л. В. Особенности формирования качественной техники выполнения соревновательных действий боксеров / Л. В. Юдина, М. С. Прокопьев // Тезисы докладов XLVII научной конференции студентов и молодых ученых вузов Южного Федерального округа. – Краснодар, 2020. – С. 36.

ТЕНДЕНЦИИ РАЗВИТИЯ ТЕХНИКИ БЕГА В ЛЫЖНОМ БИАТЛОНЕ

**Кандидат педагогических наук, доцент И.И. Горбиков
Обучающаяся Н.О. Букреева**

*Кафедра теории и методики зимних видов, велосипедного спорта
и спортивного туризма*

*Контактная информация для переписки: 350015, Россия, г. Краснодар, ул. Буденного, 161,
e-mail: 4591040@mail.ru*

Аннотация. Техника бега биатлониста в значительной степени соответствует технике передвижения лыжника и вносит определяющий вклад в формирование скорости бега. Техника бега в биатлоне развивалась по мере развития физической работоспособности, совершенствования лыж, мазей (и техники их нанесения) и спортивных сооружений.

Ключевые слова: техника, бег, биатлон, координационные и кондиционные способности.

Безупречность техники бега биатлониста оказывает решающее влияние на такой компонент соревновательной деятельности, как скорость бега. Движения биатлониста, которые он выполняет для передвижения на лыжах, примерно соответствуют технике лыжника. Различия техник заключаются в ношении оружия как дополнительного веса и в несколько измененном положении тела во время бега. В целом в биатлоне бег на лыжах и бег с винтовкой представляет многократно повторяющуюся последовательность действий, что дает основания относить их к числу циклических видов спорта [1, 4, 7].

За внешней простотой на самом деле скрываются сложные и трудноисполнимые движения, которые, учитывая значительный вклад техники бега в общее спортивное достижение, необходимо изучить и овладеть ими в совершенстве. Решение этой задачи возможно только с использованием знаний из других областей [3].

На формирование безупречной техники бега в значительной мере влияют координационные способности, существенно влияющие на продолжительность и качество процесса обучения двигательным действиям [5].

Координационные способности тесно связаны с психологическими способностями и основываются на механизме регулирования и управления нейромоторной системой и, в итоге, в большей или меньшей степени влияют на выполнение движений в лыжном беге. По Блуме, на общую спортивную деятельность влияют семь координационных способностей. Для бега на лыжах большое значение имеют способности к ориентации в пространстве и координации движений частей тела, способность удерживать равновесие, способность ритмизации, способность к различению и способность к переключению [2, 6].

В меньшей степени в лыжном беге востребована скорость реагирования, поскольку моторные действия в таком циклическом виде спорта как биатлон протекают в относительно низких временных программах. Поэтому для оптимального выполнения движений в лыжном беге необходимо автоматизировать действия по определению и изменению положения корпуса, перемещению в пространстве и времени (способность к ориентации), выполняемые посредством пространственно-временной координации работы ног и рук с постоянной ритмической сменой движений. Движения скольжения на лыжах и постоянно сменяющие друг друга отталкивания рук и ног, обеспечивающие поступательное движение, требуют сохранения равновесия, точной дифференциации для оптимального выполнения моторных функций, что обеспечивает экономию сил на продолжительный период. Речь идет о том, чтобы настроиться или перестроиться под внешние условия (силы сопротивления, качество лыжни, влияние соперников и т.д.). Для бега на лыжах и, в частности, бега с винтовкой важно комплексное действие координационных способностей.

Поэтому в благоприятном для освоения нового возрасте необходимо, прежде всего, развивать у молодых спортсменов координационные способности и формировать устойчивые технические навыки и лишь затем реализовывать более обширные специфические задачи кондиционной подготовки [6, 7].

Любой устойчивый технический недостаток суммируется на соревновательной дистанции с каждым отдельным отталкиванием руками или ногами как энергия, затраченная на каждом отдельном цикле, но так и не преобразованная в поступательное движение, и негативно отражается на общем результате. Поэтому необходимо доводить технику до высокого уровня, сочетая ее с совершенствованием кондиционных способностей.

Техника бега в биатлоне постоянно развивалась по мере развития физической работоспособности, совершенствования лыж, мазей (и техники их нанесения) и спортивных сооружений [2].

Сформировались различные способы и технические приемы движения вперед по равнинной местности, на подъемах и спусках, а также для изменения направления (табл. 1).

Носителями этого развития всегда являлись самые успешные участники соревнований. В поисках соответствующих оптимальных технических решений возникли и существуют уже в течение продолжительного времени новые представления о технике, которые привели к тому, что, начиная с 1985-1986 года, лыжные соревнования на разных дистанциях стали проводиться как свободным, так и классическим стилем. UIPMB было принято решение о свободном выборе техники бега в биатлоне.

Такое развитие определяется целевой ориентацией, направленной на поиск наиболее целесообразной и наиболее эффективной техники передвижения. При этом варианты решения абсолютно не новы. Лыжники всегда использовали коньковый ход. Новым является переход от лыж, обеспечивающих держание, к лыжам скольжения [1].

В соответствии с новой тенденцией ведущие биатлонисты стремятся подобрать для разных профилей дистанции наиболее эффективную технику передвижения и постоянно совершенствуют необходимые для этого кондиционные и координационные способности и навыки (табл. 1).

Таблица 1

Ориентировочные контрольные значения при отработке техники с различными частотой и силовыми импульсами по Клаусу Ницше (2018)

Измеряемые параметры	Крутизна склона					
		+8	+4	+2	±0	-2
v (м/сек)	a	2,73	4,37	6,48	8,80	12,41
	b	2,43	3,92	5,50	8,21	11,94
Длина шага (м)	a	3,28	5,34	7,78	10,56	14,89
	b	2,24	3,62	5,08	7,58	11,02
Перемещение в направлении движения (м)	a	2,19	3,49	5,19	7,04	9,93
	b	1,49	2,41	3,39	5,05	7,35

$a = P = 35,9 \text{ кгсм/сек}$, $f = 50 \text{ шагов в минуту}$; $b = P = 31,9 \text{ кгсм/сек}$, $f = 65 \text{ шагов в минуту}$
при $M = 75 \text{ кг}$, $m = 0,035$, $F_L = 0,01875 \cdot v^2$

Выводы. Высокая динамика развития достижений ведущих биатлонистов обеспечивается благодаря большому числу факторов, действующих в комплексе. Наряду с постоянным совершенствованием физической работоспособности происходит развитие в области лыжного оборудования, мазей, спортивных сооружений. Что касается бега как компонента биатлона, здесь развитие осуществляется в направлении выявления и применения наиболее эффективных технических приемов передвижения.

Литература:

1. Болотин, А. Э. Методы исследования физического состояния и резервных возможностей организма у биатлонистов в процессе развития выносливости / А. Э. Болотин, В. Б. Парамзин, В. З. Яцык // Физическая культура и спорт. Олимпийское образование : Материалы междунар. научно-практич. конференции. – 2019. – С. 250–252.
2. Биатлон. Спортивная деятельность – тренировки – соревнования : учебник для тренеров, инструкторов и спортсменов ; под общим руководством Клауса Ницше в сотрудничестве с Акселем Блуме. – Висбаден : Limpert, 2018. – 355 с.
3. Горбиков, И. И. Формирование двигательных умений и навыков у начинающих лыжников-гонщиков в процессе учебного сбора в среднегорье / И. И. Горбиков, В. З. Яцык : материалы научной и научно-методической конференции профессорско-преподавательского состава КГУФКСТ. – Краснодар : КГУФКСТ, 2012. – С. 51–53.
4. Карганова, Т. А. Структура спортивной деятельности в биатлоне и факторы, обеспечивающие ее эффективность / Т. А. Карганова, В. З. Яцык // Тезисы докладов XXXXIII научной конференции студентов и молодых ученых КГУФКСТ. – Краснодар : КГУФКСТ, 2016. – 44 с.
5. Парамзин, В. Б. Педагогическая технология развития координационных способностей у бойцов рукопашного боя и оценка ее эффективности / В. Б. Парамзин, В. З. Яцык, А. Э. Болотин, А. В. Новиков // Физическая культура, спорт – наука и практика. – 2018. – № 2. – С. 24–33.
6. Яцык, В. З. Структура физических качеств лыжника-гонщика / В. З. Яцык // В сборнике: Физическая культура и спорт. Олимпийское образование : Материалы международной научно-практической конференции. – 2019. – С. 176–178.
7. Яцык, В. З. Факторы, обеспечивающие эффективность соревновательной деятельности в биатлоне / В. З. Яцык // Материалы научной и научно-методической конференции ППС КГУФКСТ. – 2016. – № 1. – С. 50–52.

УДК: 796.862

СОСТАВ БОЕВЫХ ДЕЙСТВИЙ И РЕЗУЛЬТАТИВНОСТЬ У КВАЛИФИЦИРОВАННЫХ ФЕХТОВАЛЬЩИКОВ НА РАПИРАХ

Кандидат педагогических наук, доцент **Б.А. Десятериков**
Обучающийся **А.И. Харитонов**

*Кафедра теории и методики спортивных единоборств, тяжелой атлетики
и стрелкового спорта*

*Контактная информация для переписки: 350015, Россия, г. Краснодар, ул. Буденного, 161,
e-mail: desyaterikov2010@yandex.ru*

Аннотация. В статье рассматриваются боевые действия, применяемые в поединках квалифицированных фехтовальщиков на рапирах. При сравнении показателей состава и результативности боевых действий фехтовальщиков на рапирах обращено внимание на часто встречающиеся в их поединках ситуации ближнего боя. Эти ситуации пока не нашли своего отражения в общепринятой классификации боевых действий фехтовальщиков и не учитывались при анализе поединков.

Ключевые слова: фехтование на рапирах, атаки, контратаки, защиты и ответы, ремизы, ближний бой.

Видеоанализ поединков квалифицированных фехтовальщиков на рапирах проводился в трех возрастных категориях: кадеты, юниоры, взрослые и включал в себя исследование состава и результативности боевых действий, применяемых спортсменами в поединках. Анализу были подвергнуты традиционно рассматриваемые виды боевых действий: атаки, защиты с ответами, контратаки, ремизы. В видео анализ были включены ситуации ближнего боя, определяемые в теории спортивного фехтования как фрагменты поединка, в котором участники имеют возможность поразить противника, действуя только оружием [1, 2]. Ситуации ближнего боя рассматривались в связи с их частым появлением в современных поединках фехтовальщиков на рапирах, с целью определения причины возникновения данных ситуаций.

Всего было проанализировано 150 боев, по 50 в каждой из трех групп в соответствии с их возрастной категорией: кадеты, юниоры, взрослые.

В первую группу вошли поединки фехтовальщиков на рапирах у юношей кадетской возрастной категории (от 13 до 17 лет). Для анализа были выбраны бои с первенства мира по фехтованию среди кадетов 2019 года. Во вторую группу исследуемых вошли поединки фехтовальщиков на рапирах возрастной категории спортсменов до 21 года, участвовавших в соревнованиях на первенство мира по фехтованию на рапирах среди юниоров 2019 года. В категории взрослых спортсменов исследовались бои высококвалифицированных фехтовальщиков на рапирах – участников чемпионата мира по фехтованию 2019 года. В результате проведенного видео анализа поединков получены показатели применения боевых действий и их результативности (таблица).

**Показатели применения боевых действий и результативность у
квалифицированных фехтовальщиков на рапирах**

№	Боевые действия	Фехтовальщики на рапирах до 17 лет		Фехтовальщики на рапирах до 21 лет		Высококвалифицированные фехтовальщики на рапирах	
		соотношение боевых действий	результативность	соотношение боевых действий	результативность	соотношение боевых действий	результативность
1.	Атаки	54,6%	17,57%	59,3%	28,3	40,3%	45,9%
2.	Контратаки	21,68%	30,5%	18,4%	20%	20,5%	38,7%
3.	Защиты и ответы	18,94%	22,89%	14,9 %	24,48%	22,5%	55,6%
4.	Ближний бой	4,33%	31,57%	3,4%	36,36%	10,9%	42,3%
5.	Ремизы	0,45%	0%	4%	61,5%	5,8%	48,1%

Таким образом, в результате сравнительного анализа показателей применения боевых действий и их результативности в поединках квалифицированных фехтовальщиков на рапирах кадетской, юниорской, взрослой возрастных категорий удалось установить:

1. Составы боевых действий спортсменов с ростом их спортивного стажа и мастерства расширяются, становятся более сбалансированными и более результативными.

2. Достижение высокой результативности осуществляется в основном за счет преднамеренного применения боевых действий, высокого уровня их подготовки и техники исполнения.

3. Ситуации ближнего боя стали неотъемлемой частью поединков на всех уровнях подготовки фехтовальщиков на рапирах. Тем самым подтверждается их значимость и проявляется необходимость в тренировке ситуаций ближнего боя, при подготовке фехтовальщиков на рапирах. Отсутствие достоверных результатов научных исследований по данному вопросу предполагает необходимость их дальнейшего проведения.

Литература:

1. Аркадьев, В. А. Фехтование. – Москва : Физкультура и спорт, 1959. – 372 с.
2. Бычков, Ю. М. Тренер в уроке фехтования : монография / Ю. М. Бычков. – Москва : Физическая культура, 2006. – 176 с.
3. Тышлер, Д. Многолетняя тренировка юных фехтовальщиков : учебное пособие / Д. Тышлер, А. Мовшович, Г. Тышлер. – Москва : Деловая лига, 2002. – 202 с.
4. Тышлер, Д. А. Спортивное фехтование – Москва : Физкультура и спорт, 1997 – 47 с.
5. Тышлер, Д. А. Фехтование : учебник для институтов физической культуры. – Москва : Физкультура и спорт, 1978 – 336 с.

УДК: 796.413/418

ПРОГРАММА СОВЕРШЕНСТВОВАНИЯ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ ГИМНАСТОК 11-12 ЛЕТ ДЛЯ ВЫПОЛНЕНИЯ ОПОРНОГО ПРЫЖКА ТИПА «ЦУКАХАРА»

Кандидат педагогических наук, доцент Л.В. Жигайлова
Кандидат педагогических наук, профессор И.В. Тихонова
Старший преподаватель О.Ф. Барчо

Кафедра теории и методики гимнастики

*Контактная информация для переписки: 350015, Россия, г. Краснодар, ул. Буденного, 161,
e-mail: Zhigailovalarisa88@mail.ru*

Аннотация. В работе представлены результаты применения в тренировочном процессе гимнасток подводящих упражнений без/с использованием гимнастического соревновательного коня для совершенствования физической подготовленности и подготовки спортсменок к выполнению опорного прыжка типа «Цукахара».

Ключевые слова: спортивная гимнастика, опорный прыжок, тренировочный процесс.

В спортивной гимнастике предъявляются высокие требования к выполнению отдельных элементов в опорном прыжке. Для выполнения заявленных в правилах соревнований прыжков необходимы высокий уровень развития скоростно-силовых и координационных качеств [1, 5].

Возрастающая конкуренция на мировом гимнастическом помосте и большая «акробатизация» движений предполагает, что первенство будет сохраняться за теми спортсменками, которые способны выполнять опорные прыжки различных структурных групп [2, 3].

Поэтому требуется еще более качественный подход к содержанию специальной физической подготовки гимнасток, основывающийся на принципах индивидуализации и опережающего развития в постоянно изменяющихся условиях, в которых функционируют спортсменки [4].

Исследование проводилось с ноября 2020 года по февраль 2021 года, на базе МБУДО ДЮСШ № 2, МО г. Донецк Ростовской области.

В течении всего исследования проводилась работа по подготовке гимнасток к освоению нового элемента «Цукахара» в опорном прыжке.

Нами были использованы подводящие упражнения, разработанные с учетом специфики технической деятельности гимнасток, их координационных способностей, а также физической подготовленности.

На первой неделе, выполняя данные упражнения, велось наблюдение за технической подготовленностью гимнасток, какие ошибки допускаются при выполнении, указывали на их устранение.

На второй неделе экспериментальной части исследования усложняли выполнение подводящих упражнений, тем самым подготавливали спортсменок к основному выполнению опорного прыжка типа «Цукахара».

На третьей и четвертой неделе девушки выполняли подводящие упражнения близкие по технике выполнения прыжка «Цукахара».

Все задания программы обучения выполнялись в основной части тренировочного занятия по 25-35 минут.

В начале и в конце исследования спортсменки – 12 человек были протестированы для определения уровня физической подготовленности. Все результаты тестовых заданий были переведены в баллы, так как единицы измерения были разные. Использовались шкалы оценок программы спортивной подготовки по спортивной гимнастике, утвержденной МБУДО ДЮСШ № 2, МО г. Донецк Ростовской области.

На рисунке представлены результаты тестирования показателей физической подготовленности гимнасток тренировочной группы 4 года обучения в ходе исследования.

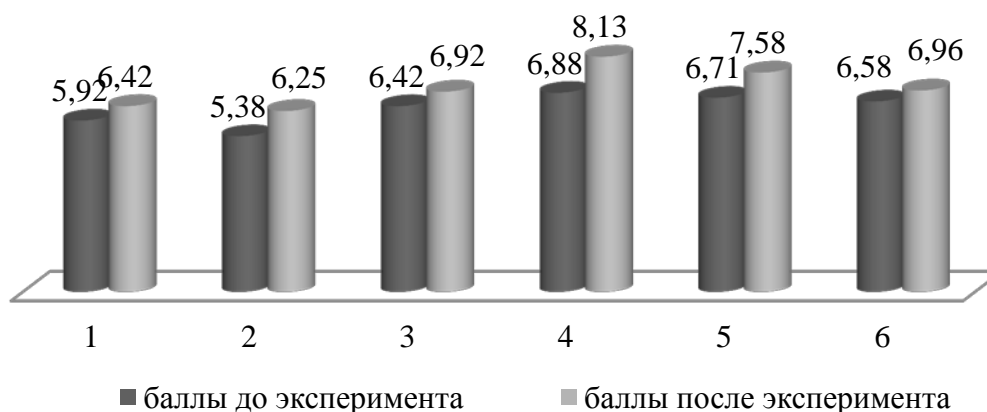


Рисунок – Прирост показателей физической подготовленности гимнасток тренировочной группы 4 года обучения (балл)

Условные обозначения:

1 – «бег на 20м»

2 – «прыжок в длину с места»

3 – «фиксация положения «упор углом на гимнастических стоялках»

4 – «стойка на руках на полу»

5 – «равновесие на одной, другая вперед-вверх, руки в стороны»

6 – «стойка на руках силой ноги врозь «стичаг»

Средний темп прироста результатов тестирования составил 0,72 балла.

Таким образом, использование программы совершенствования физической подготовленности гимнасток для выполнения опорного прыжка типа «Цукахара» с подводящими упражнениями без/с использованием гимнастического соревновательного коня показала свою эффективность и может быть рекомендована для применения в тренировочном процессе.

Литература:

1. Береславская, Н. В. Методология оценки координационных способностей занимающихся спортивной гимнастикой на этапе начальной подготовки : монография / Н. В. Береславская, Л. В. Жигайлова, О. Ф. Барчо, В. В. Тронеv // Состояние, проблемы,

перспективы развития современной науки и образования ; под общей ред. Л. В. Козиловой. Петрозаводск : МЦНП «Новая наука», 2020. – С. 94–107.

2. Гавердовский, Ю. К. Теория и методика спортивной гимнастики : учебник в 2 т. / Ю. К. Гавердовский, В. М. Смолевский. – Москва : Советский спорт, 2014. – Том 1. – 328 с.

3. Жигайлова, Л. В. Основные тенденции развития спортивных видов гимнастики / Л. В. Жигайлова, И. В. Тихонова, А. А. Никочалова, П. Ю. Жигайлов // Материалы X Всероссийской научно-практической конференции «Перспективные направления в области физической культуры, спорта и туризма» (20 ноября 2020 г., г. Нижневартовск). – С. 80–83.

4. Пилюк, Н. Н. Системно-структурная организация соревновательной деятельности в спортивных видах гимнастики / Н. Н. Пилюк, Л. В. Жигайлова // Физическая культура, спорт – наука и практика : научно-методический журнал. – Краснодар, 2013. – № 3. – С. 16–20.

5. Свистун, Г. М. Подготовка гимнасток высокой квалификации в упражнениях на бревне в полугодовом макроцикле / Г. М. Свистун, О. Ф. Барчо, Н. В. Береславская // Материалы международной научно-практической конференции : Физическая культура и спорт. Олимпийское образование (12 февраля 2020). – Краснодар : КГУФКСТ, 2020. – Часть 1. – С. 66–68.

ОЦЕНКА СКОРОСТНОЙ ВЫНОСЛИВОСТИ БАСКЕТБОЛИСТОВ КГУФКСТ НА ОСНОВЕ АНАЛИЗА ОБЪЕМА ВЫПОЛНЯЕМЫХ УСКОРЕНИЙ В ДИНАМИКЕ МАТЧА

Кандидат педагогических наук, доцент Е.А. Колесникова

Магистрант Д.Е. Поздеева

Кафедра теории и методики спортивных игр

*Контактная информация для переписки: 350015, Россия, г. Краснодар, ул. Буденного, 161,
e-mail: sport-igry@mail.ru*

Аннотация. В работе дана характеристика скоростной выносливости баскетболистов КГУФКСТ на основе анализа ускорений, выполняемых в ходе матча. Установлено, что показатель скоростной выносливости достоверно снижается во второй половине игры за счет уменьшения объема ускорений длиной до 28 м и до 6,75 м.

Ключевые слова: баскетболисты студенческих команд; специальная выносливость; скоростная выносливость; ускорение.

Баскетбол в реалиях современного мира предъявляет все большие требования к игрокам и уровню их функциональной подготовки. Чтобы спортсмен мог эффективно выполнять технико-тактические действия без снижения их результативности в условиях соревновательной деятельности, он должен обладать определенной устойчивостью систем организма к неблагоприятным изменениям, которые возникают во время физической работы [4]. В настоящее время продолжительность одной баскетбольной встречи со всеми перерывами и остановками варьируется, как правило, от 1 часа 40 минут до двух часов. В связи с этим важное значение приобретает умение спортсменов выполнять игровые приемы и действия на протяжении всего матча без снижения темпа игры и эффективности [5], а значит проявлять высокий уровень специальной выносливости [1].

Одним из вариантов оценки специальной выносливости спортсменов-игроков может быть анализ устойчивости выполнения технико-тактических действий в динамике матча (соотношение количественных и качественных показателей в начале и в конце игры), а также изменение эффективности этих действий под влиянием утомления, при активном противодействии соперника или изменении внешних условий [3, 7].

Скоростная выносливость является одной из разновидностей специальной выносливости и подразумевает способность к продолжительному выполнению скоростных упражнений. В современной научно-методической литературе представлено достаточно сведений о методах и средствах развития различных видов специальной выносливости баскетболистов с учетом возраста и уровня квалификации [1, 2, 6], динамике объема и эффективности бросков мяча в матче [7, 8], однако отсутствуют данные о количественных показателях выполнения ускорений игроками и их изменений в ходе игры.

Цель исследования – провести сравнительный анализ выполнения ускорений (рывков) баскетболистами КГУФКСТ в динамике матча в условиях соревновательной деятельности.

Для решения поставленной цели был проведен анализ видеозаписей игр мужской сборной команды КГУФКСТ, выступающей в МЛБЛ (Межрегиональная любительская баскетбольная лига), сезон 2020-2021 года. Всего было проанализировано 8 игр. В ходе исследования фиксировалось количество выполненных ускорений в играх каждым игроком на расстоянии до 28 м, до 22 м, до 14 м и до 6,75 м.

В среднем за игру каждый баскетболист студенческой команды выполняет 37,0 ускорений, из них 12,7% приходится на отрезки длиной до 28 м, 24,3% - на отрезки длиной до 22 м, 31,6% и 31,4% - на отрезки длиной до 14 м и 6,75 м соответственно (таблица).

Таблица

Объем ускорений, выполняемых баскетболистами КГУФКСТ в ходе матча с учетом длины дистанции и игрового интервала

Показатель Игровой интервал	Ускорение (кол-во)				Σ	% от общего количества
	до 28 м	до 22 м	до 14 м	до 6,75 м		
1 четверть	1,7±0,42	1,9±0,20	3,2±0,41	3,5±0,38	10,3	27,8
2 четверть	1,5±0,26	2,6±0,39	2,6±0,12	3,3±0,24	10,0	26,8
3 четверть	0,8±0,31	2,6±0,32	2,9±0,54	2,4±0,20	8,7	23,5
4 четверть	0,7±0,18	1,9±0,18	3,0±0,38	2,4±0,26	8,0	21,9
Σ	4,7	9,0	11,7	11,6	37,0	
% от общего количества	12,7	24,3	31,6	31,4		100

Ускорения отрезком до 28 м, без которых не возможна организация быстрого прорыва и раннего нападения, баскетболисты больше выполняют в первой и второй четвертях матча (в среднем по 1,7 и 1,4 раза). Во второй половине игры данный показатель значительно снижается и составляет 0,8 раза за четверть ($t=2,19-2,53$, $P<0,05$).

Ускорения длиной до 22 м, помимо организации быстрого прорыва, часто выполняются баскетболистами при возвращении в защиту, когда соперник предпринимает попытки создать условия для успешного стремительного нападения. Из таблицы видно, что количество данных ускорений возрастает ко второй четверти (от 1,9 раза до 2,6 раза за четверть), оставаясь неизменным и в течение третьей, а в четвертой – обратно снижается к исходным значениям. Однако достоверных отличий в показателях выявлено не было.

Если противник успевает вернуться в защиту, то баскетболисты при переводе мяча на половину площадки соперника в основном совершают ускорения длиной до 14 м. Также данный показатель фиксировался у игроков после результативной атаки или совершенной технической ошибки при переходе от нападения к действиям защиты. Следует отметить, что на

протяжении всего матча объем данного вида ускорений остается стабильным, незначительно снижаясь во второй четверти матча.

Рывки длиной до 6,75 м выполняются, как правило, в пределах двухочковой зоны: в нападении – для получения мяча или при проходе к кольцу игрока с мячом, в защите – при выходе к игроку с мячом, оставшемуся кратковременно без плотной опеки. Количество ускорений данного вида значительно снижается в третьей и четвертой четвертях по сравнению с игровыми отрезками первой половины матча ($t=2,31-5,52$, $P<0,05-0,001$).

Таким образом, результаты проведенного анализа показали, что количество ускорений, совершаемых баскетболистами КГУФКСТ, достоверно снижается во второй половине игры за счет уменьшения длинных ускорений (длиной до 28 м) и рывков на расстояние до 6,75 м. Это, в свою очередь, свидетельствует о снижении уровня скоростной выносливости баскетболистов студенческой команды в ходе матча, что может привести к ухудшению эффективности отдельных технико-тактических действий.

Литература:

1. Волков, И. А. Развитие специальной выносливости баскетболистов массовых разрядов / И. А. Волков, И. И. Волков, В. С. Макеева // Современные технологии в физическом воспитании и спорте : материалы всерос. науч.-практ. конф. с междунар. участием ; под ред. А. Ю. Фролова. – Тула : ТППО, 2020. – С. 212–217.

2. Глазин, А. М. Повышение эффективности стремительного нападения в баскетболе // Материалы научной и научно-методической конференции профессорско-преподавательского состава Кубанского государственного университета физической культуры, спорта и туризма. – Краснодар, 2020. – №1. – С. 19–20.

3. Годик, М. А. Комплексный контроль в спортивных играх / М. А. Годик, А. П. Скородумова. – Москва : Сов. спорт, 2010. – 169 с.

4. Дмитренко, Л. А. Особенности проявления и развития выносливости у игроков в настольном теннисе / Л. А. Дмитренко, С. С. Даценко // Материалы научной и научно-методической конференции профессорско-преподавательского состава Кубанского государственного университета физической культуры, спорта и туризма. – Краснодар, 2019. – №1. – С. 32–34.

5. К вопросу о специальной игровой выносливости студентов-баскетболистов технического вуза / Е. А. Черный, О. В. Мараховская, М. Ю. Славнова, С. Ю. Бахарева // Ученые записки университета им. П. Ф. Лесгафта. – 2020. – № 2 (180). – С. 450–453.

6. Колесникова, Е. А. Повышение эффективности тренировочного процесса баскетболисток студенческих команд в подготовительном периоде / Е. А. Колесникова, Д. Е. Таранюк // Физическая культура и спорт. Олимпийское образование : материалы международной научно-практической конференции (12 февраля 2020). – Краснодар, КГУФКСТ, 2020. – С. 33–35.

7. Лаптев, А. В. Интенсификация бросковой подготовки и ее влияние на общую и специальную выносливость баскетболистов студенческой команды // Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. – 2014. – №4. – 53 с.

8. Олефиренко, В. Н. Устойчивость эффективности технических действий как критерий оценки специальной выносливости баскетболистов / В. Н. Олефиренко, Н. Е. Слинкина, В. Е. Ковригин // Вестник Челябинского государственного педагогического университета. – 2017. – № 2. – С. 77–81.

УДК: 796.323.2

ОЦЕНКА УРОВНЯ СПЕЦИАЛЬНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ БАСКЕТБОЛИСТОК КГУФКСТ В ПОДГОТОВИТЕЛЬНОМ ПЕРИОДЕ

Кандидат педагогических наук, доцент Е.А. Колесникова

Магистрант Ю. Саврикова

Кафедра теории и методики спортивных игр

*Контактная информация для переписки: 350015, Россия, г. Краснодар, ул. Буденного, 161,
e-mail: en_aj@mail.ru*

Аннотация. В работе дана оценка уровня специальной физической подготовки баскетболисток КГУФКСТ в подготовительном периоде. Установлено, что показатели скоростно-силовых способностей мышц рук и верхнего плечевого пояса, взрывной силы, быстроты и скоростной выносливости баскетболисток существенно уступают нормативным значениям и, следовательно, определяют необходимость оптимизации структуры тренировочного процесса женской сборной команды КГУФКСТ.

Ключевые слова: баскетболистки студенческих команд, специальная физическая подготовка, подготовительный период.

В настоящее время на развитие студенческого спорта оказывают существенное влияние современные тенденции профессионального баскетбола, которые характеризуются постоянным увеличением плотности игровых действий, выполняемых на всем диапазоне скоростей, сокращением времени на подготовительные операции [5], расширением календаря соревнований, а также усложнением способов проведения отдельных турниров [7].

Организация и планирование тренировочного процесса студенческих команд должна учитывать некоторые специфические особенности. Во-первых, исходный уровень подготовленности баскетболистов-студентов часто характеризуется широким диапазоном спортивной квалификации и общей готовности к участию в тренировочной и соревновательной деятельности. Во-вторых, в командах происходит ежегодное обновление состава игроков [4]. В-третьих, у спортсменов-студентов появляется необходимость сочетания учебной и спортивной деятельности [3].

Повышающиеся требования к подвижности игроков обуславливают необходимость интенсификации процесса спортивной подготовки, а также ее акцентированную направленность на отдельных этапах [1, 3]. При этом значительное внимание уделяется физической подготовке баскетболистов, особенно в подготовительном периоде [2, 6].

Цель исследования – оценить уровень специальной физической подготовки баскетболисток КГУФКСТ в подготовительном периоде.

Анализ уровня специальной физической подготовки баскетболисток осуществлялся на основе 7 тестов: бег на 20 м, челночный бег 40 с на 28 м, прыжок вверх с места со взмахом руками, прыжок в длину с места, поднимание

туловища из положения лежа за 60 с, бросок набивного мяча 1 кг из-за головы двумя руками. В исследовании приняли участие 16 баскетболисток, входящих в состав женской сборной команды КГУФКСТ и выступающих в студенческих соревнованиях.

Из шести показателей, подвергнувшихся сравнительному анализу, только в двух тестах баскетболистки выполнили нормативные требования. В тесте «Поднимание туловища из положения лежа на спине за 60 секунд» среднегрупповое значение превышало нормативное значение на 2,9 раза.

В остальных пяти тестах выявлено значительное отставание показателей исследуемых баскетболисток от нормативных требований (Рисунок).

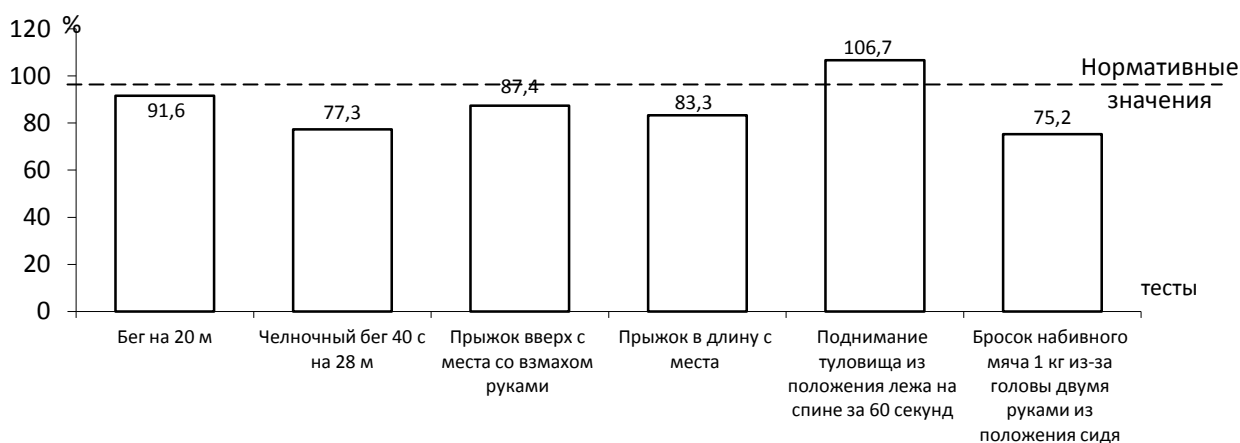


Рисунок – Соотношение уровня показателей специальной физической подготовки баскетболисток КГУФКСТ с нормативными значениями (%)

В тесте «Бег на 20 м» баскетболистки показали средний результат $4,15 \pm 0,07$ с, что на 8,4% ниже нормативных значений ($t=5,00$, $P<0,001$).

На 22,7% ниже – результат в тесте «Челночный бег 40 с на 28 м». При этом спортсменки за 40 секунд не добегают в среднем 49,0 м до установленной стандартом нормы ($t=15,08$, $P<0,001$).

В тестах, характеризующих уровень взрывной силы, сравнительный анализ выявил отставание в тесте «Прыжок вверх с места со взмахом руками» на 12,6% ($t=2,44$, $P<0,05$), а в тесте «Прыжок в длину с места» - на 16,7% ($t=8,95$, $P<0,001$).

Существенно низкие результаты показали исследуемые спортсменки и в тесте «Бросок набивного мяча 1 кг из-за головы двумя руками из положения сидя». Разница между среднегрупповым и нормативным значением составила 24,8%, при этом абсолютный результат оказался ниже на 195,5 см ($t=30,93$, $P<0,001$).

Таким образом, специальная физическая подготовка баскетболисток КГУФКСТ требует дополнительного внимания со стороны тренера, особенно в части развития скоростно-силовых способностей мышц рук и верхнего плечевого пояса, взрывной силы, быстроты и скоростной выносливости. Это должно проявляться как в подборе новых эффективных средств для внедрения

в тренировочные занятия, так и в корректировке структуры тренировочного процесса женской сборной команды КГУФКСТ.

Литература:

1. Глазин, А. М. Интенсификация процесса спортивной подготовки подростков и юношей как фактор повышения конкурентоспособности игроков в баскетболе и стритболе / А. М. Глазин, В. В. Костюков, Х. Д. Ктайман, Т. М. Алалвани // Ресурсы конкурентоспособности спортсменов: теория и практика реализации. – 2014. – №2. – С. 46–48.
2. Дмитренко, Л. А. Взаимосвязь различных сторон физической подготовленности студентов в годичном цикле секционных занятий по настольному теннису / Л. А. Дмитренко, О. А. Иванченко, В. В. Костюков // Актуальные вопросы физической культуры и спорта. – 2005. – Т. 8. – С. 33–40.
3. Оценка и самооценка профессионально-учебной деятельности баскетболистов высокой квалификации в вузах спортивного профиля / В. С. Макеева, М. Сунь, И. В. Лосева, С. В. Чернов // Ученые записки университета им. П. Ф. Лесгафта. – 2019. – №3 (169). – С. 190–195.
4. Новицкий, Д. Э. Комплексный контроль в управлении спортивной подготовкой баскетболистов студенческих команд / Д. Э. Новицкий, В. И. Новицкая // Вестник Полоцкого государственного университета. Серия Е: Педагогические науки. – 2018. – №7. – С. 187–192.
5. Соколов, Н. Г. Развитие студенческого баскетбола на современном этапе / Н. Г. Соколов, В. П. Овчинников, Г. В. Иванов // В сборнике : Физическая культура в образовании: состояния и перспективы развития : материалы межвузовской научно-практической конференции «Герценовские чтения» посвященной 70-летию факультета физической культуры РГПУ им. А. И. Герцена. – Санкт-Петербург : Р КОПИ, 2016. – С. 157–159.
6. Таранюк, Д. Е. Мониторинг уровня физической подготовленности студенток, занимающихся баскетболом / Д. Е. Таранюк, Е. А. Колесникова // Физическая культура, спорт и здоровье студенческой молодежи: проблемы и перспективы развития: Материалы XIV Международной научно-практической конференции (21 ноября 2019 г., г. Тула). – Тула, Издательство «ТулГУ», 2019. – С. 353–359.
7. Федорова, М. Ю. Методические особенности предсезонной подготовки баскетболистов спортивного клуба вуза / М. Ю. Федорова, Е. И. Овчинникова, Е. А. Слонич // Теория и практика физической культуры. – 2019. – № 12. – С. 44–46.

ИЗМЕНЕНИЕ ПРАВИЛ СОРЕВНОВАНИЙ ПО СПОРТИВНОЙ АКРОБАТИКЕ ДЛЯ МУЖСКИХ ГРУПП (2017-2020гг.)

Преподаватель В.А. Кузьменко

Кандидат педагогических наук, доцент Н.В. Береславская

Кандидат педагогических наук, доцент В.И. Иванасова

Кафедра теории и методики гимнастики

*Контактная информация для переписки: 350015, Россия, г. Краснодар, ул. Буденного, 161,
e-mail: 8111151@mail.ru*

Аннотация. В статье рассмотрены изменения правил соревнований по спортивной акробатике 2017-2020 гг. для спортсменов, выступающих в мужских групповых упражнениях. Представлены результаты экспертного опроса, направленного на выявление значимости новых требований к упражнениям акробатов.

Ключевые слова: спортивная акробатика, мужские группы, правила соревнований, соревновательные упражнения.

На сегодняшний день спортивная акробатика является популярным и зрелищным видом спорта, который достиг значимых высот за счет непрерывного обновления соревновательных программ. Начиная с 1938 года, когда были созданы первые классификационные программы и правила соревнований по виду спорта и до настоящего момента, содержание упражнений были глобально изменены. В 1939 г. на соревнованиях, проводившихся в г. Москва принимали участие лишь спортсмены, выступающие по 1, 2 и 3 разряду. В отличие от современных пяти видов спортивной акробатики (мужские и женские группы; смешанные, мужские и женские пары) на первых в истории соревнованиях выступали только мужские группы и пары. [3, 4].

Структура нынешних акробатических упражнений наполнена сложнейшими элементами техники балансового и динамического характера, прыжками и танцевальными движениями.

Анализ правил соревнований по спортивной акробатике 2013-2016 и 2017-2020 гг. для мужских групп определил основные модификации в структуре композиций спортсменов.

Изменения произошли по следующим критериям:

- 1) две разные пирамиды должны быть из числа двух разных категорий;
- 2) дополнительными требованиями стали наличие оригинальности входа в элемент и соскока с последующей поддержкой и хореографическими движениями;
- 3) для вольтижных элементов ограничено количество горизонтальных ловлей (3 ловли);
- 4) Для музыки спортивно-соревновательных композиций допускается словесное сопровождение для одной композиции с учетом Кодекса Этики [5].

Для оценки значимости дополнений в правилах соревнований для спортсменов, выступающих по программе мужских групповых упражнений был проведен экспертный анализ, в котором приняли участие три группы респондентов: судьи соревнований, спортсмены и зрители. Результаты значимости последних изменений по мнению опрошенных участников, представлены на рисунке.

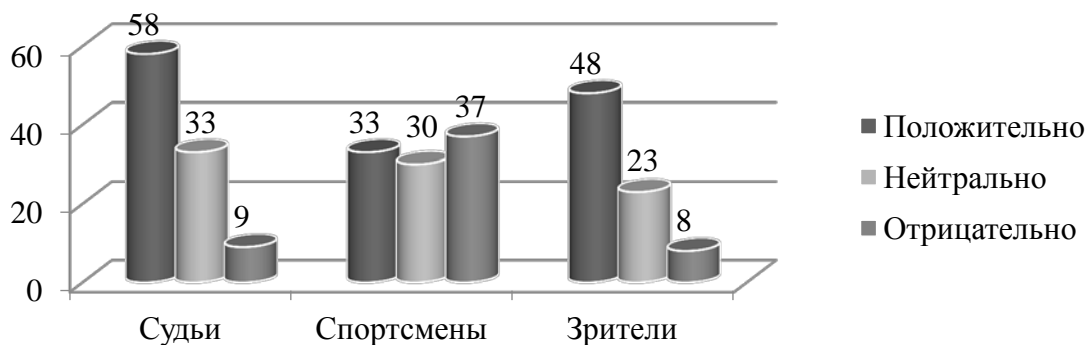


Рисунок – Результаты экспертного опроса (n=75)

По результату опроса изменения в правилах соревнований имеет положительный эффект для судей (58%) и зрителей (48%). Их мнение обосновывается тем, что в целом упражнения акробатов стали насыщенными и эффектными. При этом спортсмены отнеслись к новым требованиям отрицательно (37%), так как они повышают требования к сложности элементов, что влечет за собой дополнительный стресс во время выступления и увеличивается травмоопасность.

Подводя итог исследования, можно сделать вывод о том, что изменение правил соревнований ставит перед спортсменами новую планку достижения высшего результата на соревнованиях, что в свою очередь стремительно повышает зрелищность спортивной акробатики [1, 2].

Литература:

1. Береславская, Н. В. Исследование целей соревновательной деятельности акробатов высокой квалификации – представительниц женских парных упражнений / Н. В. Береславская, В. А. Ильичева, Г. М. Свистун, Д. С. Лунева // «Ресурсы конкурентоспособности спортсменов: теория и практика реализации» (11-12 декабря 2020 года, г. Краснодар). – Краснодар : КГУФКСТ, 2020. – С. 18–19.
2. Колесник, В. В. Анализ результатов анкетирования тренеров женских групп высокой квалификации в спортивной акробатике / В. В. Колесник, Н. В. Береславская, Г. М. Свистун // Тезисы докладов XLIV научной конференции студентов и молодых ученых вузов Южного федерального округа : материалы конференции, Краснодар, 01 февраля – 31 2017 года ; Редколлегия : Г. Д. Алексанянц, А. И. Погребной, Л. И. Просоедова. – Краснодар : КГУФКСТ, 2017. – С. 281–283.
3. Пилюк, Н. Н. Структура соревновательной деятельности высококвалифицированных акробатов / Н. Н. Пилюк // Актуальные вопросы физической культуры и спорта. – 2000. – Т. 3. – С. 82-87.
4. Руденко, С. А. Современные тенденции, связанные с совершенствованием артистизма у спортсменов высокой квалификации, выступающих в смешанных акробатических парах / С. А. Руденко, Л. К. Руденко, А. В. Черничкина // Культура

физическая и здоровье. – 2020. – № 2(74). – С. 121–125. – DOI 10.47438/1999-3455_2020_2_121.

5. Свод правил по спортивной акробатике 2017-2020. – ФИЖ.: 2017. – 41с.

РАЗРАБОТКА ТАБЛИЦЫ ОЧКОВ ДЛЯ ОЦЕНКИ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ СПОРТСМЕНОВ-ПОЛИАТЛОНИСТОВ 12-17 ЛЕТ

Преподаватель А.В. Погожев

Доктор педагогических наук, профессор А.И. Погребной

Кафедра теории и методики плавания, парусного и гребного спорта.

*Контактная информация для переписки: 350015, Россия, г. Краснодар, ул. Буденного, 161,
e-mail: palikswim@mail.ru*

Аннотация. В работе описана разработанная таблица очков оценки физической подготовленности полиатлонистов 12-17 лет, базирующаяся на построении шкал.

Ключевые слова: полиатлон, тренировочные группы, таблица очков, шкала оценки, физическая подготовленность.

Полиатлон – вид многоборья, включающий дисциплины, требующие различного проявления физических качеств. Для управления тренировочным процессом необходимо контролировать уровень подготовленности спортсменов, в том числе и физический [2, 3, 5]. Определение уровня физической подготовленности обычно проводится по показателям физических качеств в абсолютной системе измерений. Однако, в процессе оценки при этом не удастся сопоставить разные достижения в одном и том же задании (тесте, дисциплине), а также сопоставить достижения в разных заданиях. Более перспективным является использование таблиц очков, при разработке которых используют три типа шкал: пропорциональные, регрессирующие и прогрессирующие [1, 4].

В задачу данного исследования входило разработать шкалу оценок (таблицу очков) для оценки физической подготовленности полиатлонистов 12-17 лет.

Для определения норм тестовых упражнений, был проведен анализ физической подготовленности 266 спортсменов-полиатлонистов тренировочных групп на территории Российской Федерации. За основу были взяты протоколы первенств по полиатлону Калужской области, Тамбовской области, Республики Башкортостан, Москвы, Санкт-Петербурга, Белгородской области, Ярославской области, Красноярского края, Чувашской республики и Краснодарского края. В соответствии с федеральным стандартом по виду спорта полиатлон для оценки физической подготовленности использовались следующие упражнения: спринтерский бег 60 метров; кроссовый бег 1500 метров; челночный бег 3 по 10 метров; прыжок в длину с места; наклон; плавание 50 метров вольным стилем; подтягивание на перекладине.

Суть разработанной таблицы – преобразование показанного спортивного результата (выраженного в объективных мерах: метрах, секундах, количестве повторений и т.п.) в условные очки. Результаты представлены в таблице.

Таблицы очков физической подготовленности
спортсменов-полиатлонистов 12-17 лет

Очки	Бег			Прыжок	Наклон	Плавание	Подтягивание	
	60 м (сек)	1,5 км (мин)	Челн бег 3*10 м (сек)	В длину с/м (см)	Вперед на скамье (см)	50 м в/с (сек)	На перекладине (кол-во раз)	
	12-17 лет	12-17 лет	12-17 лет	12-17 лет	12-17 лет	12-17 лет	12-13 лет	14-17 лет
100	7.2	4.20	6.0	275	31	26.6	33	40
99	-	4.21	-	274	-	26.8	-	-
98	-	4.22	-	273	-	27.0	32	39
97	7.3	4.23	6.1	272	30	27.2	-	-
96	-	4.24	-	271	-	27.4	31	38
95	-	4.25	-	270	-	27.6	-	-
94	7.4	4.26	6.2	269	29	27.8	30	37
93	-	4.27	-	268	-	28.0	-	-
92	-	4.28	-	267	-	28.2	29	36
91	7.5	4.29	6.3	266	28	28.4	-	-
90	-	4.30	-	265	-	28.7	28	35
89	-	4.32	-	264	-	29.0	-	-
88	7.6	4.34	6.4	263	27	29.3	27	34
87	-	4.36	-	262	-	29.6	-	-
86	-	4.38	-	261	-	29.9	26	33
85	7.7	4.40	6.6	260	26	30.2	-	-
84	-	4.42	-	259	-	30.5	25	32
83	-	4.44	-	258	-	30.8	-	-
82	7.8	4.46	6.6	257	25	31.2	24	31
81	-	4.48	-	256	-	31.6	-	-
80	-	4.50	-	255	-	32.0	23	30
79	7.9	4.52	6.7	254	24	32.4	-	-
78	-	4.54	-	253	-	32.8	22	29
77	-	4.56	-	252	-	33.2	-	-
76	8.0	4.58	6.8	251	23	33.6	21	28
75	-	5.00	-	250	-	34.0	-	-
74	-	5.02	-	249	-	34.4	20	27
73	8.1	5.04	6.9	248	22	34.8	-	-
72	-	5.06	-	247	-	35.2	-	26
71	-	5.08	-	246	-	35.6	19	-
70	8.2	5.10	7.0	245	21	36.0	-	25
69	-	5.12	-	244	-	36.4	-	-
68	-	5.14	-	243	-	36.8	18	24
67	8.3	5.16	7.1	242	20	37.2	-	-
66	-	5.18	-	241	-	37.6	-	23
65	-	5.20	-	240	-	38.0	17	-
64	8.4	5.22	7.2	239	19	38.4	-	22
63	-	5.24	-	238	-	38.8	-	-
62	-	5.26	-	237	-	39.2	16	21
61	8.5	5.28	7.3	236	18	39.6	-	-
60	-	5.30	-	235	-	40.0	-	20

Продолжение таблицы

59	-	5.32	-	234	-	40.5	15	-
58	8.6	5.34	7.4	233	17	41.0	-	19
57	-	5.36	-	232	-	41.5	-	-
56	-	5.38	-	231	-	42.0	14	18
55	8.7	5.40	7.5	230	16	42.6	-	-
54	-	5.43	-	229	-	43.2	-	17
53	-	5.46	-	228	-	43.8	13	-
52	8.8	5.49	7.6	227	15	44.4	-	16
51	-	5.52	-	226	-	45.2	-	-
50	-	5.55	-	225	-	46,0	12	15
49	8,9	5.58	7.7	224	14	46,8	-	-
48	-	6.01	-	223	-	47,6	-	14
47	-	6.04	-	222	-	48,4	11	-
46	9,0	6.07	7.8	221	13	49,2	-	13
45	-	6.10	-	220	-	50,0	-	-
44	9,1	6.14	7.9	218	-	51,0	10	12
43	-	6.18	-	216	12	52,0	-	-
42	9,2	6.22	8.0	214	-	53,0	-	-
41	-	6.26	-	212	-	54,0	9	11
40	9,3	6.30	8.1	210	11	55,0	-	-
39	-	6.34	-	208	-	56,0	-	-
38	9,4	6.38	8.2	206	-	57,0	8	10
37	-	6.42	-	204	10	58,0	-	-
36	9,5	6.46	8.3	202	-	59,0	-	-
35	-	6.50	-	200	-	1.00,0	-	9
34	9,6	6.54	8.4	198	-	1.01,0	7	-
33	-	6.58	-	196	9	1.02,0	-	-
32	9,7	7.02	8.5	194	-	1.03,0	-	8
31	-	7.06	-	192	-	1.04,0	-	-
30	9,8	7.10	8.6	190	-	1.05,0	6	-
29	9,9	7.15	8.7	188	8	1.06,0	-	7
28	10,0	7.20	8.8	186	-	1.07,0	-	-
27	10,1	7.25	8.9	184	-	1.08,0	-	-
26	10,2	7.30	9.0	182	-	1.09,0	5	6
25	10,3	7.35	9.1	180	7	1.10,0	-	-
24	10,4	7.40	9.2	178	-	1.12,0	-	-
23	10,5	7.45	9.3	176	-	1.14,0	-	-
22	10,6	7.50	9.4	174	-	1.16,0	-	5
21	10,7	7.55	9.5	172	6	1.18,0	4	-
20	10,8	8.00	9.6	170	-	1.20,0	-	-
19	10,9	8.05	9.7	168	-	1.22,0	-	-
18	11,0	8.10	9.8	166	-	1.24,0	-	4
17	11,1	8.15	9.9	164	5	1.26,0	-	-
16	11,2	8.20	10.0	162	-	1.28,0	3	-
15	11,3	8.26	10.1	160	-	1.30,0	-	-
14	11,4	8.32	10.2	158	-	1.32,0	-	3
13	11,5	8.38	10.3	156	4	1.34,0	-	-
12	11,6	8.44	10.4	154	-	1.36,0	-	-
11	11,8	8.50	10.5	152	-	1.38,0	2	-
10	12,0	8.56	10.6	150	-	1.40,0	-	2

Продолжение таблицы

9	12,2	9.03	10.7	145	3	1.42,0	-	-
8	12,4	9.10	10.8	140	-	1.44,0	-	-
7	12,6	9.17	10.9	135	-	1.46,0	-	-
6	12,8	9.24	11.0	130	-	1.48,0	1	-
5	13,0	9.31	11.1	125	2	1.50,0	-	1
4	13,3	9.38	11.2	120	-	1.52,0	-	-
3	13,6	9.45	11.3	115	-	1.54,0	-	-
2	14,0	9.52	11.4	110	-	1.57,0	-	-
1	14,5	10.00	11.5	105	1	2.00,0	-	-

Таким образом, разработанная нами таблица очков для оценки физической подготовленности спортсменов тренировочных групп 12-17 лет, позволяет объективно оценить все физические упражнения в одинаковых числовых показателях. Данная таблица использовалась нами в тренировочном процессе полиатлонистов 12-17 лет для оценки физической подготовленности, а так же для оценки результатов контрольных нормативов физической подготовленности на тренировочном этапе подготовки спортсменов-полиатлонистов.

Литература:

1. Зациорский, В. М. Основы спортивной метрологии. – Москва : Физкультура и спорт, 1979. – 152 с.
2. Платонов, В. Н. Двигательные качества и физическая подготовка спортсменов : монография / В. Н. Платонов. – Москва : Спорт, 2019. – 656 с. : ил. – Библиогр.: с. 615–655. – Режим доступа: <https://lib.rucont.ru/efd/682593>. – ISBN 978-5-9500183-3-6.
3. Погожев, А. В. Уровень физической подготовленности полиатлонистов тренировочных групп в зависимости от ранее сформированного двигательного потенциала / А. В. Погожев, А. И. Погребной, Е. Г. Маряничева // Научно-методический журнал «Физическая культура, спорт – наука и практика». – 2019. – № 4. – С. 45–50.
4. Погребной, А. И. Методика оценки физической подготовленности полиатлонистов 12–13 лет / А. И. Погребной, А. В. Погожев // Физическая культура и спорт. Олимпийское образование : материалы международной научно-практической конференции. – Краснодар : КГУФКСТ, 2021. – 61 с.
5. Садилкин, А. Ф. Структура и содержание годичного цикла подготовки полиатлонистов на этапе спортивного совершенствования : автореф. дис. канд. пед. наук: 13.00.04. – Тамбов, 2014. – 24 с.

ПОВЫШЕНИЕ ЭФФЕКТИВНОСТИ ПРОЦЕССА СКОРОСТНО-СИЛОВОЙ ПОДГОТОВКИ ЮНЫХ ЛЕГКОАТЛЕТОВ В ПОДГОТОВИТЕЛЬНОМ ПЕРИОДЕ

**Кандидат педагогических наук, доцент И.К. Спирина
Кандидат биологических наук, доцент С.П. Лавриченко**

Кафедра адаптивной физической культуры

*Контактная информация для переписки: 350015, Россия, г. Краснодар, ул. Буденного, 161,
e-mail: spirik70@mail.ru*

Аннотация. В статье представлены результаты исследования процесса скоростно-силовой подготовки юных легкоатлетов в подготовительном периоде. Разработан комплекс упражнений, направленный на развитие скоростно-силовых качеств у юных легкоатлетов, экспериментально проверена его эффективность.

Ключевые слова: юные легкоатлеты, скоростно-силовая подготовка, подготовительный период.

Исследование путей повышения эффективности процесса воспитания физических качеств имеет актуальное значение для возрастной педагогики спорта как в теоретическом, так и в практическом аспекте. Обусловлено это тем, что период наиболее интенсивного развития двигательной функции человека ограничен преимущественно детским и юношеским возрастом [4,5]. Поэтому исследование и обоснование возможностей максимальной реализации этого благоприятного для целенаправленного воздействия на двигательную функцию периода является актуальной научной задачей, решение которой будет способствовать повышению эффективности тренировочного процесса и на последующих этапах возрастного развития.

По мнению многих авторов [1, 2, 4], на этапах предварительной подготовки и начальной специализации важно правильно подобрать скоростно-силовые упражнения и умело организовать их в определенную систему.

Педагогический эксперимент проводился в период с сентября по ноябрь 2019 г. на базе МБУ спортивной школы олимпийского резерва №5 г. Волгограда.

Выбор цели предопределил и организационную сторону эксперимента, в котором принимали участие 20 юных легкоатлетов 12-13 лет (10 человек в контрольной группе, 10 человек в экспериментальной).

Педагогическое тестирование проводилось в начале и в конце эксперимента для фиксирования результатов в следующих контрольных упражнениях: бег 30 м с высокого старта; метание набивного мяча (вес 2 кг) двумя руками из-за головы в положении сидя; челночный бег 3x10 м; прыжок в длину с места; прыжок в длину с разбега; бег 60 м; прыжки со скакалкой за 1 мин.

Результаты исходного тестирования показали незначительные отличия между группами: так в беге на 30 м с высокого старта в экспериментальной

группе – $5,03 \pm 0,07$ с, а в контрольной – $5,04 \pm 0,06$ с ($p > 0,05$). Такая тенденция прослеживается во всех контрольных упражнениях. В метании набивного мяча результат в контрольной группе – $7,62 \pm 0,19$ м, в экспериментальной группе – $7,64 \pm 0,20$ м; в челночном беге средний результат в контрольной группе равен $8,1 \pm 0,17$ с, в экспериментальной группе – $8,2 \pm 0,21$ с; в прыжках в длину с места в контрольной группе – $1,85 \pm 0,06$ м, в экспериментальной группе – $1,85 \pm 0,07$ м; в прыжка в длину с разбега в контрольной группе – $3,90 \pm 0,06$ м, в экспериментальной группе – $3,92 \pm 0,07$ м; в беге на 60м со старта в контрольной группе – $8,94 \pm 0,10$ с, в экспериментальной группе – $8,94 \pm 0,11$ с; в прыжках со скакалкой за 1 мин. в контрольной группе – $93,7 \pm 4,46$ раз, в экспериментальной группе – $97,4 \pm 3,58$ раз.

Группы, участвующие в эксперименте, тренировались отдельно, но по общепринятой методике. В экспериментальной группе в конце занятия выполнялся разработанный нами комплекс упражнений, включающий: «двойные» прыжки с места на двух ногах в песке (первый прыжок выполняется легко вперед-вверх, второй максимально быстро и далеко), 5 раз; прыжки с двух ног на одну и затем на две ноги в песке (акцент на максимально быстрое отталкивание одной ногой) по 3 раза на каждую ногу; спрыгивания с тумбы с последующим быстрым прыжком вверх, 8 раз; с подбежки (5 шагов) прыжки с ноги на ногу с установкой на максимально быстрое сведение ног, 2 x 20 метров.

Весь комплекс упражнений выполнялся экспериментальной группой без больших пауз отдыха, три раза в неделю в течение 2-х месяцев.

Статистический анализ полученных данных, проведенный после повторного тестирования, показал следующие результаты: в беге на 30м с в/с в экспериментальной группе – $4,71 \pm 0,07$ с, в контрольной – $4,94 \pm 0,08$ с, ($p < 0,05$). Также достоверно значимыми оказались изменения результатов в прыжке в длину с места (контрольная группа – 197см, экспериментальная – 212см, $t=2,85$; при $p < 0,05$); в беге на 60м со старта – в экспериментальной группе – 8,66с, в контрольной – 8,94с, $t=1,76$; при $p < 0,01$; в прыжках со скакалкой в экспериментальной группе – 108,6 раз, в контрольной – 100,03 раз, $t=1,98$; при $p < 0,05$.

Результаты остальных контрольных упражнений изменились не столь значительно, однако из полученных данных видно, что различия стали более существенны во всех упражнениях кроме метания набивного мяча, что, по нашему мнению, обусловлено тем, что разработанный нами комплекс упражнений не имел целенаправленного воздействия на мышечные группы, участвующие в метании мяча.

Различия результатов в прыжке в длину с разбега наиболее значимы (среди оставшихся контрольных упражнений) в контрольной группе – 4,02м, в экспериментальной – 4,18м, $t=2,09$ (при критическом значении критерия Стьюдента ($n=10$) равном 2,262 при $p < 0,05$), следовательно прирост результатов в этом упражнении у спортсменов из экспериментальной группы можно считать значительным, хотя и не достоверным на уровне значимости $p < 0,05$.

Результаты, показанные спортсменами в челночном беге, стали не столь различны как выше перечисленные ($t=1,41$), несмотря на то, что результаты в беге на 30м по прямой у экспериментальной группы значительно улучшились по сравнению с контрольной, по нашему мнению, это произошло потому, что результат в челночном беге обусловлен не только скоростно-силовыми качествами спортсмена, а во многом его координационными способностями. Разница результатов в этих контрольных упражнениях характеризует некоторые из форм проявления координационных способностей [3].

Полученные нами данные убедительно доказывают целесообразность применения разработанного комплекса упражнений с целью повышения эффективности процесса скоростно-силовой подготовки юных легкоатлетов в подготовительном периоде.

Литература:

1. Верхошанский, Ю. В. Программирование и организация тренировочного процесса. / Ю. В. Верхошанский. – 2-е изд. стер. – Москва : Спорт, 2019. – 184 с.
2. Дорофеева, И. А. Комплексы легкоатлетических упражнений скоростно-силовой направленности: Учебно-методическое пособие к практическим занятиям / И. А. Дорофеева. – Москва : РУТ (МИИТ), 2017. – 24 с.
3. Курамшин, Ю. Ф. Теория и методика физической культуры : учебник для студентов высших учебных заведений, осуществляющих образовательную деятельность по направлению 521900 «Физическая культура» и специальности 022300 – «Физическая культура и спорт» / Ю. Ф. Курамшин. – 4-е изд., стер. – Москва : Советский спорт, 2010. – 463 с.
4. Матвеев, Л. П. Общая теория спорта и ее прикладные аспекты : учебник для вузов физической культуры и спорта / Л. П. Матвеев. – 6-е изд. – Москва : Спорт, 2019. – 342 с.
5. Холодов, Ж. К. Теория и методика физической культуры и спорта : учебник: для студентов высших учебных заведений, обучающихся по направлению подготовки «Педагогическое образование» / Ж. К. Холодов, В. С. Кузнецов. – 15-е изд. – Москва : Академия, 2018. – 494 с.

УДК: 796.412.2

СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ АКРОБАТИЧЕСКИХ ПОДДЕРЖЕК В ЭСТЕТИЧЕСКОЙ ГИМНАСТИКЕ

Кандидат педагогических наук, профессор И.В. Тихонова

Доцент Г.М. Свистун

Старший преподаватель О.Ф. Барчо

Кафедра теории и методики гимнастики

Контактная информация для переписки: 350015, Россия, г. Краснодар, ул. Буденного, 161,

e-mail: barcho@mail.ru

Аннотация. В эстетической гимнастике, совместные действия спортсменок, одни из которых, выполняя функцию «нижних», поднимают одну или несколько спортсменок, выполняющих функцию «верхних», выше уровня плеч - называются акробатическими поддержками.

При составлении соревновательной композиции по эстетической гимнастике с включением акробатических поддержек, необходимо учитывать специфические особенности их выполнения в соответствии с классификацией.

Ключевые слова: эстетическая гимнастика, соревновательная композиция, акробатические поддержки.

Проведенный видеоанализ соревновательных композиций по эстетической гимнастике высококвалифицированных спортсменок за последние 2 года, отмечает устойчивую тенденцию к увеличению не только количества, но и сложности выполнения акробатических поддержек. При этом, если прежде в композициях преобладали в основном статические поддержки, то на сегодняшний день все больше и больше поддержки выполняются с передвижением, с броском «верхней» гимнастки, с одновременным броском двух и даже трех спортсменок [1].

При выполнении акробатической поддержки, гимнастка находящаяся вверху, может принимать всевозможные позы, изменять их, при этом красиво выполнить вход и сход с нее.

Все чаще в соревновательные композиции включаются поддержки повышенной сложности, в которых гимнастки вместе поднимают партнершу, а затем, расходясь, оставляют одну поддерживать «верхнюю», или выполняют одновременный параллельный подъем или «выброс» двух, трех гимнасток [3].

Согласованность двигательных действий гимнасток, их взаимодействие друг с другом, определение ведущей роли в балансировании при выполнении акробатических поддержек изучены еще недостаточно, а имеющийся практический опыт ведущих тренеров страны по эстетической гимнастике требует научного обоснования [4].

Проведенное анкетирование среди тренеров и гимнасток с целью обобщения опыта по включению и составлению высоких акробатических поддержек в соревновательных композициях показало, что в поддержке может участвовать любое количество спортсменок. Это зависит от замысла

соревновательной композиции и уровня подготовленности спортсменов.

Чаще всего встречаются поддержки, где четыре гимнастки поддерживают одну – 35%, пять гимнасток поддерживают одну – 30%. Реже и технически труднее выполняются поддержки, где три гимнастки поддерживают одну – 15%, и где две гимнастки поддерживают одну – 10%.

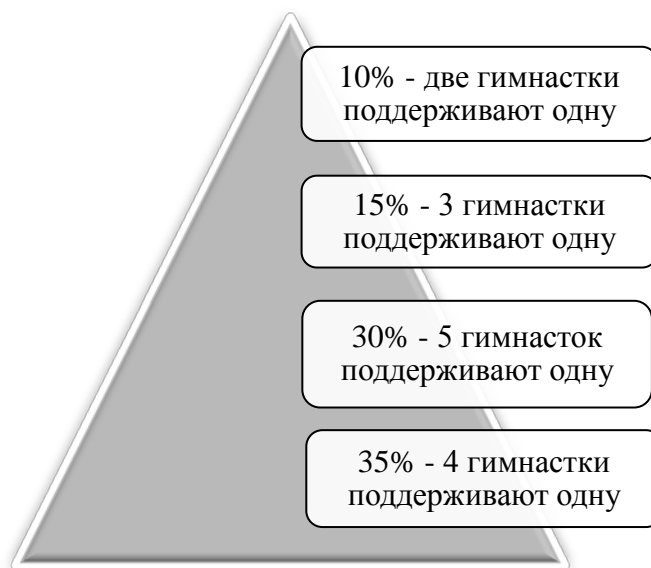


Рисунок – Количество гимнасток, участвующих в выполнении акробатической поддержки в композиции эстетической гимнастики

В 16% от общего количества просмотренных акробатических поддержек, функцию «верхней» может выполнять не только одна гимнастка, но и несколько, и движения могут выполнять не только «верхние» гимнастки, но и «нижние», участвующие в поддержке.

При выполнении акробатической поддержки, принято выделять 4 стадии ее выполнения: подготовительная, основная, стадия реализации и завершающая. Каждая из стадий включает определенные фазы двигательных действий. При выполнении определенной фазы необходимо проверить готовность спортсменов по техническим, физическим и психологическим показателям [5].

Особое значение имеет не только реализация самой акробатической поддержки, принятие позы «верхней» гимнасткой, но зрелищное и оригинальное выполнение входа или схода с нее.

По результатам проведенного опроса тренеров, педагогических наблюдений и анализа видеоматериалов, зафиксированы следующие разновидности входа в поддержку:

- из определенного исходного положения;
- после отталкивания;
- после небольшого разбега (шаги галопа, подскоки);
- после выполнения акробатического элемента;
- после выполнения гимнасткой разбега и выпрыгивания;
- после выполнения элемента, шагая по частям тела «нижних»

Наблюдения показали, что чем оригинальнее, зрелищнее и виртуознее выполняется вход в поддержку, тем сложнее сама поддержка [2].

Многие команды, выстраивая акробатическую поддержку, акцентируют внимание на входе в нее. Это может быть с разбега, выполняя толчок о руки «нижних» партнерш, или эффектно выполняя акробатический элемент для входа в поддержку.

Выполнение акробатической поддержки логически завершается сходом с нее. Зафиксированы следующие сходы с акробатической поддержки: опуская «верхнюю» гимнастку в акробатический элемент, падение «верхней» гимнастки на руки «нижних» с переходом в следующий элемент, сползание (стекание) «верхней».

Придумывать разнообразные входы в акробатическую поддержку и сходы с нее – можно отнести к творческому процессу, при выполнении которого возможны и другие варианты подготовительной и завершающей стадии поддержки.

Литература:

1. Быстрова, И. В. Специфика «поддержек» в групповых видах художественной гимнастики / И. В. Быстрова // Теория и практика управления образования и учебным процессом: педагогические, социальные и психологические проблемы : сб. науч. тр. / Педагогическая академия. Секция управленческой деятельности. – Санкт-Петербург, 2009. – С. 242–244.

2. Винер-Усманова, И. А. Художественная гимнастика. История, состояние и перспективы развития / И. А. Винер-Усманова, Е. С. Крючек, Е. Н. Медведева, Р. Н. Терехина. – Москва : Человек, 2014. – 216 с.

3. Вишнякова, С. В. Эстетическая гимнастика : учебное пособие / С. В. Вишнякова, А. И. Исаева. – Волгоград : ФГБОУ ВПО «ВГАФК», 2009. – 124 с.

4. Жигарева, С. А. Специальная технико-физическая подготовка высококвалифицированных спортсменок для выполнения акробатических подножек в эстетической гимнастике : автореф. дис. ... канд. пед. наук / С. А. Жигарева. – Национальный государственный Университет физической культуры, спорта и здоровья имени П. Ф. Лесгафта. – Санкт-Петербург, 2017. – 26 с.

5. Интегральная подготовка в художественной гимнастике : дис. ... д-ра пед. наук / И. А. Винер-Усманова ; Нац. гос. ун-т физ. культуры, спорта и здоровья им. П. Ф. Лесгафта. – Санкт-Петербург, 2013. – 205 с.

К ОЦЕНКЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО МАСТЕРСТВА ТРЕНЕРОВ ДЕТЕЙ И ПОДРОСТКОВ

Доктор педагогических наук, профессор В.И. Тхорев¹
Кандидат педагогических наук, доцент С.П. Аршинник²

¹Кафедра теории и методики спортивных игр

²Кафедра теории и методики легкой атлетики

Контактная информация для переписки: 350015, Россия, г. Краснодар, ул. Буденного, 161,
e-mail: vitkhorev@mail.ru

Аннотация. В предлагаемой статье представлена технология оценки эффективности деятельности тренеров, работающих с детьми и подростками. Рекомендуемый подход состоит в сравнении результатов выполнения проходящими спортивную подготовку подопечными тренера контрольных двигательных заданий с имеющимися нормативными значениями. Данный вариант позволяет объективно оценить эффективность профессиональной деятельности тренеров на начальных этапах спортивной подготовки в различных видах спорта.

Ключевые слова: тренер, тренерская деятельность, этапы подготовки, критерии успешности.

Объективная оценка профессиональной деятельности в любой области служит обязательным и эффективным рычагом управления данной сферой. Не является исключением и спорт, где главным звеном выступает тренер и качество реализуемой им спортивной подготовки. Базовым критерием компетентности тренера по любому виду спорта служат демонстрируемые его подопечными результаты в спортивных состязаниях. Однако, в подавляющем большинстве видов спорта последние носят мультифакторный характер (Ю.И. Портнов, 1996; Л.П. Матвеев, 2010; В.Я. Игнатьева, 2016; В.И. Тхорев с соавт., 2019 и др.) и обуславливаются целым рядом обстоятельств, не всегда находящихся в тренерской компетентности. К тому же, данное положение следует считать оправданным относительно спорта высших достижений и некорректным по отношению к юным спортсменам. Данный факт предполагает поиск других параметров, способствующих объективной оценке демонстрируемого тренерского искусства на ранних этапах становления спортивного мастерства: спортивно-оздоровительном (СО), начальной подготовки (НП) и тренировочном (ТЭ). В качестве таких мерил целесообразно было бы использовать критерии оценки качества и эффективности деятельности на каждом из этапов спортивной подготовки, рекомендованных приказом Минспорта РФ №999 от 30.10.2015 года «Об утверждении требований к обеспечению подготовки спортивного резерва для спортивных команд Российской Федерации».

Так, критериями для специалистов, реализующих спортивную подготовку на этапе СО, служат:

- состояние здоровья спортсменов;
- посещаемость ими тренировочных мероприятий;
- гармоничность их физического развития;
- уровень освоения ими знаний в области гигиены и первой медицинской помощи;
- степень овладения теоретическими основами физической культуры и навыками самоконтроля.

На следующем этапе спортивной подготовки (НП) в качестве основных критериев успешности тренерской деятельности выступают:

- динамика прироста индивидуальных показателей физической подготовленности спортсменов;
- уровень освоения ими основ техники;
- стабильность состава группы.

На тренировочном этапе (ТЭ) степень компетентности тренеров предлагается определять следующими характеристиками:

- динамика роста уровня общей, специальной физической и технико-тактической подготовленности спортсменов;
- стабильность результатов, демонстрируемых на официальных спортивных соревнованиях;
- состояние здоровья спортсменов.

Однако, каждый из приведенных критериев носит обобщенный характер и может включать несколько частных показателей. А термин «здоровье» вообще «приватизирован» медициной и его использование в области физического воспитания и спорта вызывает неоднозначную реакцию со стороны врачей. К тому же, наличие нескольких критериев провоцирует проблему определения их значимости и усложняет процедуру оценивания и ранжирования тренеров в рамках спортивной организации. Вместе с тем, в современных реалиях важность объективной оценки профессиональной деятельности тренеров неуклонно возрастает.

В качестве возможной базы для оценки и ранжирования тренеров нами был предложен и использован показатель, отражающий степень выполнения их подопечными, представленный в нормативных документах (Положение о ВФСК ГТО, Федеральные стандарты спортивной подготовки по видам спорта и в программах спортивной подготовки).

В реализованном подходе усредненные результаты выполнения отдельного контрольного двигательного задания сравнивались с имеющимися нормативными значениями, а отличие рассчитывалось в процентах с соответствующим ситуации знаком: «плюс» или «минус». В последующем определялось общее процентное соответствие реальных показателей с требуемыми. В исследовании было задействовано 510 спортсменов из 31 группы, являющихся подопечными 16 тренеров одной из спортивных школ Краснодарского края. Полученная в ходе исследования информация представлена в таблице.

В результате анализа полученных показателей было установлено, что у пяти специалистов из шестнадцати (31,2%) уровень подготовленности

подопечных превышает нормативные требования более чем на 5%. У восьми тренеров (50,0%) это превышение находится в диапазоне от + 0,1 до + 4,3%; то есть в пределах статистической погрешности. Результаты, продемонстрированные подопечными трех специалистов (18,8%), ниже действующих нормативов. Данный факт позволяет определить персональный ранг каждого из тренеров спортивной организации, а также оценить качество их профессиональной деятельности по трехбалльной шкале оценки.

Таблица

Оценка профессиональной компетентности тренеров

Тренер	Число обследованных		Соответствие нормативам, %	Ранг	Оценка
	групп	обучающихся			
Г-ов	2	32	+0,3	12	Удовлетворит.
С-ц	3	53	+0,1	13	Удовлетворит.
О-к	1	22	-11,7	16	Не удовлетворит.
Р-ко	3	46	+4,3	6	Удовлетворит.
И-н	1	15	-5,2	14	Не удовлетворит.
К-с	2	36	+0,7	11	Удовлетворит.
Д-в	1	14	-6,6	15	Не удовлетворит.
М-в	2	31	+2,9	8	Удовлетворит.
К-в	1	14	+7,6	3	Хорошо
С-ко	1	11	+1,4	10	Удовлетворит.
Св-ко	3	55	+7,7	4	Хорошо
М-ж	2	34	+6,4	5	Хорошо
Ш-в	2	29	+10,6	1	Хорошо
К-с	3	52	+9,6	2	Хорошо
К-к	2	35	+3,6	7	Удовлетворит.
П-в	2	31	+1,8	9	Удовлетворит.
Всего	31	510	+2,1	16	

Реализованный подход позволяет достаточно объективно оценить качество профессиональной деятельности тренеров в различных видах спорта на первых трех этапах спортивной подготовки.

Литература:

1. Приказ Минспорта РФ № 999 от 30.10.2015 г. «Об утверждении требований к обеспечению подготовки спортивного резерва для спортивных команд Российской Федерации». – URL: <https://minjust.consultant.ru/documents/19163> (Дата обращения 20.04.2021)
2. Игнатъева, В. Я. Теория и методика гандбола : учебник / В. Я. Игнатъева. – Москва : Спорт, 2016. – 328 с.
3. Матвеев, Л. П. Общая теория спорта и ее прикладные аспекты : учебник для вузов физической культуры / Л. П. Матвеев. – 5-е изд., испр. и доп. – Москва : Советский спорт, 2010. – 340 с.
4. Портнов, Ю. М. Основы управления тренировочно-соревновательным процессом в спортивных играх. – Москва : URPrint, 1996. – 200 с.
5. Тхорев, В. И. Критерии успешности соревновательной деятельности женских гандбольных команд высокой квалификации / В. И. Тхорев, Д. М. Кисилев, Н. А. Атаманов // Ученые записки университета имени П. Ф. Лесгафта. – 2019. – № 3 (169). – С. 362–366.

СИТУАЦИОННАЯ ЦЕЛЕСООБРАЗНОСТЬ АТАКУЮЩИХ ТЕХНИКО-ТАКТИЧЕСКИХ ДЕЙСТВИЙ ЮНЫХ ФУТБОЛИСТОВ ЛИНИИ ЗАЩИТЫ

Доктор педагогических наук, профессор М.М. Шестаков

Кафедра теории и методики футбола и регби

*Контактная информация для переписки: 350015, Россия, г. Краснодар, ул. Буденного, 161,
e-mail: shmm@mail.ru*

Аннотация. В статье представлены количественные и качественные показатели ситуационной тактической целесообразности выполнения юными футболистами 13-15 лет линии защиты атакующих технико-тактических действий в сопоставлении с игроками других амплуа.

Ключевые слова: юные футболисты, защитники, атакующие действия с мячом, ситуационная целесообразность.

Выделенные специалистами перспективы развития современного футбола дают основания особенно внимательно следить за формированием и совершенствованием не только качества, но и целесообразности выполнения технико-тактических действий футболистами [4].

Эффективность реализации целевой установки игры обеспечивается высокоорганизованной деятельностью всего коллектива. Структура его деятельности должна базироваться на целом ряде положений, в том числе и на высокой функциональной готовности игроков для обеспечения целесообразных индивидуальных и коллективных действий в рамках заранее разработанного тактического плана [1, 5].

Принятие решений о необходимости выполнить то или иное технико-тактическое, по сути, действие является сигналом для принятия решения о применении накопленных в арсенале технических приемов, для отбора их элементов и сочетаний в целях реализации тактически целесообразных игровых концепций [2].

С ростом спортивного мастерства футболиста все большее значение приобретают игровые решения, принимаемые им в непредвиденных ситуациях. И чем выше умение находить в таких ситуациях эффективные игровые решения, тем выше мастерство футболиста [6].

Вот почему с каждым годом все более возрастает значение тренировочного процесса, в числе основных задач которого включенно уменьшение неопределенности в выполнении непредвиденных игровых действий, а также уменьшение возможности принятия неправильных по основанию тактической целесообразности решений в непредвиденных ситуациях игры [3].

В связи с этим актуализируется вопрос определения характерных для юных футболистов отдельных этапов многолетней спортивной подготовки

показателей, отражающих ситуационную тактическую целесообразность выполнения технико-тактических действий в связи с игровым амплуа.

Решение поставленной в исследовании задачи осуществлялось на основе эмпирических данных, полученных в результате педагогических наблюдений за соревновательной деятельностью юных футболистов 13-15 лет, проводившихся с целью регистрации в процессе игры у игроков разных амплуа количественных (частота использования) и качественных (количество ошибок) показателей ситуационно тактически целесообразных действий с мячом при ведении атакующих действий.

Педагогические наблюдения заключались в регистрации показателей ситуационной тактической целесообразности выполнения действий с мячом игроков линии защиты, полузащиты и нападения в процессе проведения атак. Для этого официальные матчи записывались на видеокамеру и в последующем расшифровывались с определением количества ситуационно тактически целесообразных и нецелесообразных действий с мячом и качества их выполнения.

В результате исследования установлено, что юные защитники в процессе проведения командой атак на ворота соперника выполняют за матч в среднем $32,1 \pm 0,5$ созидательных технико-тактических действий.

Наибольшее число раз высокую ситуационную тактическую целесообразность технико-тактических действий в атаке юные защитники демонстрировали при выполнении передач мяча на короткие и средние расстояния в разных направлениях ($8,1 \pm 0,4$) и при ведении мяча ($6,6 \pm 0,3$).

Кроме того установлено, что наибольший резерв в повышении уровня ситуационной тактической целесообразности созидательных технико-тактических действий у юных защитников отмечается по выполнению передач мяча на короткие и средние расстояния в разных направлениях (50,3%), передач мяча головой (37,5%), ударам по воротам (33,3%) и передачам мяча на длинное расстояние (28,6%).

Решение задачи исследования предполагало выявление статистически достоверных различий между юными футболистами разных игровых амплуа по количественным и качественным показателям ситуационной тактической целесообразности выполнения действий с мячом в процессе проведения атаки.

Сравнительный анализ рассматриваемых показателей позволил установить, что юные защитники 13-15 лет статистически достоверно уступают по общему числу тактически целесообразно выполненных созидательных технико-тактических действий полузащитникам ($t=5,74$ при $p<0,001$) и нападающим ($t=3,76$ при $p<0,001$).

Так же установлено, что юные защитники 13-15 лет во время участия команды в атаке на статистически достоверном уровне уступают юным полузащитникам по количеству следующих тактически целесообразно выполненных атакующих действий: передачи мяча на короткие и средние расстояния в различных направлениях (соответственно $8,1 \pm 0,4$ и $10,0 \pm 0,4$ при $t=3,36$ и $p<0,01$); ведения мяча (соответственно $6,6 \pm 0,3$ и $8,2 \pm 0,4$ при $t=3,20$ и

$p < 0,01$); обводки соперника (соответственно $2,9 \pm 0,4$ и $4,2 \pm 0,5$ при $t = 2,03$ и $p < 0,05$).

При выполнении остальных атакующих технико-тактических действий (передачи мяча на длинные расстояния, передачи мяча головой, удары по воротам) показатели их тактической целесообразности практически не отличаются у юных защитников и полузащитников 13-15 лет ($t = 0,51 - 1,24$ при $p > 0,05$).

Юные защитники 13-15 лет во время участия команды в атаке на статистически достоверном уровне уступают юным нападающим по количеству тактически целесообразного выполнения обводки соперника (соответственно $2,9 \pm 0,4$ и $4,3 \pm 0,5$ при $t = 2,19$ и $p < 0,05$) и ударов по воротам (соответственно $0,6 \pm 0,4$ и $2,0 \pm 0,4$ при $t = 2,47$ и $p < 0,05$).

При выполнении остальных атакующих действий с мячом (передачи мяча на короткие и средние расстояния в различных направлениях, передачи мяча на длинные расстояния, передачи мяча головой, ведение мяча) показатели их тактической целесообразности практически не отличаются у юных защитников и нападающих ($t = 0,37 - 1,72$ при $p > 0,05$).

Таким образом, исследование в условиях соревновательной деятельности количественных и качественных показателей ситуационной тактической целесообразности выполнения технико-тактических действий с мячом в процессе проведения атак позволило установить статистически достоверные системные отличия, свойственные юным футболистам 13-15 лет в связи с игровым амплуа.

Литература:

1. Годик, М. А. Параметры мастерства / М. А. Годик, В. М. Годик // Еженедельник Футбол, 2009. – № 24. – С. 22–24.
2. Голомазов, С. В. Теория и методика футбола. Техника игры. / С. В. Голомазов, Б. Г. Чирва. – Москва : ТВТ Дивизион, 2008. – 476 с.
3. Золотарев, А. П. Подготовка спортивного резерва в футболе / А. П. Золотарев. – Краснодар : [Б.И], 2007. – 95 с.
4. Макаров, Д. С. Тенденции развития современного футбола в России / Д. С. Макаров // Молодой ученый. – 2015. – №21. – С. 531–535.
5. Петько, С. Н. Теория и методика обучения футболу : учебное пособие для студентов вузов физической культуры / С. Н. Петько. – Воронеж : ВГПУ, 2008. – 188 с.
6. Шестаков, М. М. Особенности ситуационной целесообразности оборонительных действий с мячом футболистов линии защиты в связи с этапом спортивной подготовки / М. М. Шестаков, В. В. Ахмед-Оглы // Инновации в науке: пути развития: материалы XII Всероссийской научно-практической конференции. – Чебоксары : Экспертно-методический центр, 2020. – С. 146–149.

УДК: 796.422

ДИНАМИКА ПОКАЗАТЕЛЕЙ СКОРОСТНО-СИЛОВОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ СПОРТСМЕНОВ В ГОДИЧНОМ ЦИКЛЕ ТРЕНИРОВКИ НА ЭТАПЕ НАЧАЛЬНОЙ ПОДГОТОВКИ

Кандидат педагогических наук, доцент М.С. Шубин¹

Доцент Н.Г. Шубина¹

Ф.В. Григорьев²

¹Кафедра теории и методики легкой атлетики

²МБОУ СОШ № 63 МО г. Краснодар

Контактная информация для переписки: 350015, Россия, г. Краснодар, ул. Буденного, 161,
e-mail: n.shubina@mail.ru

Аннотация. В работе рассматриваются особенности изменения показателей скоростно-силовой подготовленности юных легкоатлетов 10-12 лет в годичном цикле подготовки. В результате анализа показателей восьми контрольных тестов, установлено, что снижение объема тренировочных нагрузок и увеличение их интенсивности, без изменения средств подготовки, привело к росту спортивного результата в беге на 30 метров и увеличению количества юных спортсменов, сдавших нормы на золотой и другие знаки ВФСК ГТО 3-ей ступени.

Ключевые слова: скоростно-силовая подготовленность, мальчики 10-12 лет, ВФСК «Готов к труду и обороне» 3 ступени, тренировочные нагрузки.

На этапе начальной подготовки юных легкоатлетов важное значение имеет развитие скоростно-силовых качеств [1].

Сложность повышения уровня скоростно-силовой подготовки занимает один из главных вопросов в теории и практике легкой атлетики [5].

Добиться высокого результата без правильного воспитания и формирования скоростно-силовых свойств невозможно [4].

Сегодняшняя тенденция подготовки юных легкоатлетов требует высокой степени комплектования специальных физических качеств для каждого вида в особенности [2, 3].

Предметом исследования явилась динамика показателей скоростно-силовой подготовленности мальчиков 10-12 лет в годичном цикле тренировки

Исследование проводилось на базе МБОУ СОШ № 63 г. Краснодар. Группа испытуемых состояла из 20 мальчиков в возрасте от 10 до 12 лет, входящих в группу начальной подготовки учителя физической культуры Ф.В. Григорьева.

Для изучения динамики скоростно-силовых показателей были отобраны следующие контрольные тесты: бег на 60, 300 и 600 метров, прыжок в длину с места, тройной прыжок в длину с места, метание теннисного мяча на дальность. В качестве соревновательного упражнения был взят бег на 30 метров.

Перед началом годичного цикла подготовки был проведен анализ годового плана, разработанного тренером.

Процедура тестирования проводилась в три дня. В первый день испытуемые пробегали дистанцию 30 метров в соревновательном режиме. Во второй день выполнялся бег на 60 и 300 метров, тройной прыжок в длину с места и метание теннисного мяча на дальность. В третий день были проведены прыжок в длину с места и бег на 600 метров.

Все обследования проводились после самостоятельной разминки продолжительностью 20-25 минут.

Полученные в ходе наблюдений данные обрабатывались с использованием стандартных методов математической статистики.

Для сравнительной оценки уровня скоростно-силовой подготовленности испытуемых были взяты нормы ВФСК ГТО 3-ей ступени.

Анализ данных первого тестирования показал, что из 20-ти испытуемых результаты на золотой знак ГТО никто не показал (0%). Уровня результатов серебряного знака достигли девять мальчиков (45%), бронзового знака четыре человека (20%). Не выполнивших нормы оказалось семь мальчиков (35%).

В этот период времени (с сентября 2019 по ноябрь 2019 года) группа тренировалась четыре раза в неделю по два часа. Анализ планов тренировочных занятий показал, что занимающиеся полностью выполнили запланированный тренером объем упражнений для развития скоростно-силовых качеств.

С октября по декабрь объем тренировочных нагрузок в неделю оставался неизменным. В декабре 2019 года было проведено второе тестирование испытуемых.

Анализ полученных в декабре данных показал, что уровень скоростно-силовой подготовленности испытуемых вырос, однако, статистически достоверно улучшился только результат в беге на 300 метров ($P < 0,01$). В то же время это позволило выполнить нормы ГТО на золотой знак одному из мальчиков (5%), на серебряный знак 11 занимающимся (55%), на бронзовый – одному (5%) и без знака отличия остались 7 детей (35%). Всего испытуемых, выполнивших нормы ГТО – 65%.

В апреле 2020 года было проведено третье обследование. Испытуемые продолжали тренироваться в прежнем режиме. В то же время после анализа плана тренировочной нагрузки первой половины годичного цикла, нами были внесены коррективы в процесс подготовки. Объем тренировочных нагрузок был снижен, а интенсивность выполнения упражнений увеличена.

Анализ результатов третьего тестирования показал, что уровень подготовленности испытуемых вырос. Статистически достоверно улучшились показатели во всех контрольных упражнениях ($P < 0,001$): бег на 300 метров (на 3.14 с), бег на 600 метров (на 2.9 с), прыжок в длину с места (на 4.75 см), тройной прыжок в длину с места (на 6.5 см), метание теннисного мяча (на 5 см). При $P < 0,05$: бег на 60 метров (на 0.2 с). Спортивный результат в беге на 30 метров улучшен на 0.25 с ($P < 0,001$).

Таким образом, снижение объема тренировочных нагрузок и увеличение интенсивности применяемых средств в тренировочном процессе юных

легкоатлетов групп начальной подготовки положительно сказалось на улучшении спортивного результата в беге на 30 метров.

Литература:

1. Григорьев, Ф. В. Предстартовая подготовка бегунов-спринтеров / Ф. В. Григорьев, Н. Г. Шубина // Тезисы докладов XLVI научной конференции студентов и молодых ученых ВУЗов Южного Федерального округа. – Краснодар : КГУФКСТ, 2019. – 79 с.

2. Зеличенко, В. Б. Новые формы работы с детьми (7-12 лет) по легкой атлетике : методическое пособие для педагогических работников и специалистов в области физической культуры и спорта / В. Б. Зеличенко, Е. Н. Лебонда, А. В. Черкашин. – Москва : Терра Спорт, 2015. – 196 с.

3. Немцев, О. Б. Теория и методика легкой атлетики : курс лекций / О. Б. Немцев, М. С. Шубин, Н. А. Немцева. – Краснодар, КГУФКСТ, 2014. – С. 45–48.

4. Никитушкин, В. Г. Легкая атлетика : учебно-методическое пособие для общеобразовательных школ / В. Г. Никитушкин, В. П. Губа, В. И. Гапеев. – Москва : Олимпия Пресс, 2014. – 190 с.

5. Плохой, Е. С. Анализ применения средств силовой подготовленности спринтерами I-II спортивных разрядов / Е. С. Плохой, Н. Г. Шубина, М. С. Шубин // Тезисы докладов XLVII научной конференции студентов и молодых ученых вузов Южного Федерального округа (февраль-март 2020) г. Краснодар : материалы конференции. – Краснодар : КГУФКСТ, 2020. – 255 с.

Раздел 2: НАУЧНО-КУЛЬТУРОЛОГИЧЕСКИЕ И СОЦИАЛЬНО-ЭКОНОМИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ РАЗВИТИЯ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ, СПОРТА И ТУРИЗМА

УДК: 316.334.4

ОСОБЕННОСТИ ПРАВОПОНИМАНИЯ В СОВРЕМЕННОЙ МОЛОДЕЖНОЙ СРЕДЕ В УСЛОВИЯХ СОЦИАЛЬНОЙ РЕАЛЬНОСТИ

Кандидат педагогических наук, доцент О.О. Айвазян

**Исследователь. Преподаватель-исследователь
по социологическим наукам А.А. Кукушкина**

Кафедра философии, культуроведения и социальных коммуникаций

*Контактная информация для переписки: 350015, Россия, г. Краснодар, ул. Буденного, 161,
e-mail: O.O.Ayvazyan@mail.ru; e-mail: Aida_Aleksandrovna@mail.ru*

Аннотация. В статье рассматриваются особенности правопонимания в современной молодежной среде в разрезе социологии права. Представляется анализ теорий и концепций о правопонимании с позиции различных подходов. С точки зрения авторов, среди основополагающих подходов понимания права выделяются: нормативный, социологический, философский и политический, которые имеют своеобразные особенности, позволяющие дифференцировать типы правопонимания. В работе отмечаются позитивные и негативные веяния прошлого и современности в контексте становления и воплощения в условиях социальной реальности образа правопонимания молодежи. Также в статье приводятся некоторые рекомендации, направленные на предупреждение влияния антиправовых, националистических и террористических сообществ, транслирующих в молодежной среде искаженные представления о праве.

Ключевые слова: правопонимание, правовой образ мышления, социология права, социокультурная эволюция, молодежь, социум.

В современном мире в условиях изменяющейся социальной реальности особо остро стоит проблема объективного и адекватного правопонимания. Представления о праве, сформировавшиеся в аспекте конкретного образа правопонимания являются основой, «фундаментом» правовых концепций и способов постижения явлений права. При этом правопонимание обусловлено его содержательной основой, воплощающей единую правовую мысль. Понимание права в различные периоды становления человеческого общества не оставалось неизменным, на протяжении социокультурной эволюции основы права претерпевали трансформацию, характеризующуюся плюрализмом воззрений на его сущность и содержание.

Вопрос о сущностной составляющей права остается в центре внимания современной правовой, политической и социально-философской мысли, а

понятийный компонент права и в актуальный период занимает одно из ведущих позиций в правовой доктрине. Указанная точка зрения обусловлена тем, что объективное осознание права и понимание закона влияют на формирование образа восприятия множества разнообразных политико-правовых и социокультурных феноменов в социуме, а также воздействует на способ решения различных теоретико- и практико-ориентированных проблем жизнедеятельности молодежи. В связи с отмеченным, основополагающей целью данной статьи является определение особенностей правопонимания в современной молодежной среде.

Исследование особенностей понимания и толкования основ права происходит в рамках политико-правовых, социально-философских и др. наук. Так, правопонимание может быть рассмотрено с точки зрения философских концепций, идеологических воззрений, религиозных доктрин, социологических и правовых теорий.

Анализ различных теорий и концепций о правопонимании с точки зрения социологической школы права позволяет выделить труды одного из авторитетных ученых, правоведа и социолога Л.И. Петражицкого, который указывал на то, что правовые нормы и их обязательность зафиксированы в подсознании личности, а это позволяет причислить право к психологическому явлению [6]. Иной идеологии придерживались И. Кант и Г. Гегель, которые рассматривали внешние проявления принудительности права как внешний механизм регуляции свободы личности [3, 4].

По мнению К. Маркса, Ф. Энгельса и В.И. Ленина право может рассматриваться как классовый регулятор общественных взаимоотношений [7]. Их идеология в большей степени заключается в соотношении права с политикой, т.е. на образ правопонимания значительное воздействие оказывают политические взгляды субъектов правоотношений. При этом, анализируя труды К. Маркса, Ф. Энгельса и В.И. Ленина можно заключить то, что право понимается как возведенная в закон воля господствующих классов, а закон (юридические нормы) – политическая мера воздействия на личность и способ регулирования всех сфер общественной жизнедеятельности. По нашему мнению, образ правопонимания нельзя рассматривать односторонне, т.е. только с точки зрения политической науки, необходимо деполитизировать право и правопонимание. Конечно же, мы не утверждаем то, что необходимо вовсе исключить классово-политический подход в правопонимании, он должен быть включен в систему подходов как один из видов, т.е. имеет место плюрализм воззрений, который в данном случае создает предпосылки для сосуществования различных подходов на равных условиях, воплощая в реальность ст. 19, 29 Конституции РФ [1]. В связи с этим, считаем необходимым выделить подходы к правопониманию, которые отображены в нижеследующем рисунке.



Рисунок – Подходы к правосопониманию

Как ранее было отмечено, на всем протяжении социокультурной эволюции человечества, вопрос о правосопонимании был ключевым, что обосновывается его значимостью и возможностью регулировать различные сферы жизнедеятельности молодежи и общества в целом. Также следует отметить и то, что при наличии объективного образа правосопонимания возможно достижение позитивных результатов в ходе решения одной из приоритетных задач государства – налаживание правопорядка, позволяющего мирно сосуществовать представителям различных этносов, культур, верований с опорой на правовые традиции и нормы, навеянные духом толерантности.

В попытке ответить на вопросы: «Что же такое право?, Каково же его влияние на общество?», римские мыслители и правоведы отмечали разносторонний характер его признаков и значений, что является общим мнением во взглядах многих исследователей. Подобная разносторонность права раскрывает несколько его смыслов, среди которых: 1) право ознаменует добро и справедливость, иначе говоря, выражается в естественном праве; 2) право олицетворяет полезность для личности и государства, обусловленную возможностью решать различные споры и конфликты, что позволяет воплощать основы гражданского, гражданского права.

На всем протяжении становления общества основы правосопонимания изменялись и расширялись благодаря обновляющимся потребностям, обусловленным воздействием новых трендов. В этой связи обнаруживается неоднозначное отношение к категории права, однако, существует общепринятое, традиционное определение в отношении типа правосопонимания, заключающееся в следующем: тип правосопонимания – это своеобразный вид осознания права, выстраиваемый на основе общих теоретико-практических признаков и особенностей права и ценностного отношения к нему.

Итак, на основании всего вышеотмеченного следует промежуточное заключение о том, что правопонимание представляет собой научную категорию, в которой отражается совокупность представлений личности о праве как социальном явлении. При этом субъектом правопонимания является личность, что объясняет субъективный характер правопонимания порой совпадающий с мировоззрением группы лиц. К объектам правопонимания относятся различные правовые явления и процессы, происходящие в обществе.

В содержание правопонимания входят знания субъектов о конституционных правах и обязанностях и навыки их реализации в процессе защиты законных интересов. Каждая личность в условиях изменяющейся социальной реальности, а в особенности молодежь в силу их отнесенности к особой социально-демографической категории определенным образом воспринимает и понимает право. Своеобразная определенность отношения молодежи к праву заключается в том, что на их образ восприятия и понимания права значительное влияние оказывают «зачатки» прошлого, внушаемые и формируемые предшествующим поколением, а также воздействием веяний современности. При этом подобное влияние может быть как позитивным, так и негативным. Так, к позитивным веяниям можно отнести передачу из поколения в поколение элитарных общечеловеческих ценностей, заключающихся в понимании права как основного социального регулятора достижения правопорядка и справедливости, а также понимание того, что государство является единственным гарантом защиты законных прав и интересов личности. К негативным же тенденциям можно причислить то, что в условиях социальной действительности различные антиправовые, националистические и террористические сообщества посредством сети Интернет транслируют искаженные представления о праве и законе, «в газетах и журналах отражены сцены криминальной жизни, по телевидению транслируют различные преступления, от воровства до сцен убийства, а в книгах описывают сцены насильственных и развратных действий» [2, с. 213], что в большей степени влияет на еще не сформировавшееся сознание молодежи, которые в силу своего возраста и неосведомленности подобные отрицательные практики принимают за общепринятые и единственно верные. В связи с указанным, мы солидарны с высказыванием Т.В. Мишиной, которая отмечает следующее: «Современное поколение, к сожалению, воспринимает лишь поверхностную картинку и иногда начинает неосознанно подражать другому, перенимая, как ему кажется, ценности и взгляды» [5, с. 129].

Итак, на основании всего вышеизложенного следует логическое умозаключение о том, что несмотря на существующие позитивные веяния функционирования образа правопонимания обнаруживаются негативные практики понимания и восприятия права, которые обуславливают необходимость совершенствования механизмов трансляции элитарных правовых установок, позволяющих в перспективе сформировать правильные правовые представления и правовой образ мышления, а также увеличение количества научно-познавательных и интеллектуально-правовых мероприятий,

направленных на повышение правовой культуры молодежи. Молодые люди должны воспринимать право и правовые явления как моральный императив нравственно-этического поведения, включающего доброжелательность, справедливость, человечность, совесть, честь, преданность Родине и пр.

Таким образом, следует вывод о том, что человеческое общество стоит на пороге глобальной трансформации своего развития и формирования образа правопонимания, социум должен приучиться мирному и цивилизационному сосуществованию в современном поликультурном пространстве. При этом образ правопонимания влияет на манеру поведения и стиль коммуникации в социуме, в случае позитивных установок отношение к окружающим является правомерным и социально полезным. Для молодых людей право должно представлять собой нормативное явление, соотносимое с их объективной потребностью поступать согласно правовым канонам.

Литература:

1. Конституция Российской Федерации (принята всенародным голосованием 12.12.1993) (с учетом поправок, внесенных Законами РФ о поправках к Конституции РФ от 30.12.2008 № 6-ФКЗ, от 30.12.2008 № 7-ФКЗ, от 05.02.2014 № 2-ФКЗ, от 21.07.2014 № 11-ФКЗ, от 14.03.2020 г. № 1-ФКЗ) // Официальный интернет-портал правовой информации. – URL: <http://publication.pravo.gov.ru/Document/View/0001202007040001>, 04.07.2020 г. (дата обращения: 15.05.2021).
2. Айвазян, О. О. Правовая информатизация как детерминанта совершенствования коммуникативно-правовой культуры молодежи: социологический анализ / О. О. Айвазян // Знание. Понимание. Умение. – 2020. – №3. – С. 202–218.
3. Гегель, Г. В. Ф. Философия права / Г. В. Ф. Гегель. – Москва, 1990.
4. Кант, И. Основоположения метафизики нравов / И. Кант // Собр. соч.: в 8 т. Т. 4. – М., 1996.
5. Мишина, Т. В. Проблема самоидентификации в поликультурном пространстве / Т. В. Мишина // Россия – Китай: диалог в условиях глобализации = 俄罗斯 – 中国 : 全球化条件下的对话: материалы I Международного российско-китайского симпозиума (г. Чита, 03-04 октября 2019 г.). – Чита, 2019. – С. 127–129.
6. Петражицкий, Л. И. Теория права и государства в связи с теорией нравственности : в 2 ч. Ч. 1 / Л. И. Петражицкий. – Москва : Юрайт, 2018. – 295 с.
7. Энгельс Ф. Учение К. Маркса, Ф. Энгельса, В.И. Ленина о социалистическом государстве и праве. История развития и современность / К. Маркс, Ф. Энгельс, В.И. Ленин. – Москва : Наука, 1978. – 430 с.

УДК: 378.14

**ПРАКТИЧЕСКИЙ КУРС «МЕЖКУЛЬТУРНЫЕ КОММУНИКАЦИИ
НА ИНОСТРАННОМ ЯЗЫКЕ»
ДЛЯ НАПРАВЛЕНИЯ ПОДГОТОВКИ ТУРИЗМ**

**Кандидат филологических наук, доцент О.Б. Анисимова
Кандидат филологических наук, доцент Ж.А. Терпелец
Кандидат филологических наук, профессор Л.Г. Ярмолинец**

Кафедра иностранных языков

*Контактная информация для переписки: 350015, Россия, г. Краснодар, ул. Буденного, 161,
e-mail: zterpelec@yandex.ru*

Аннотация. Межкультурная коммуникация при обучении иностранному языку в вузе может и должна формироваться вместе с лингвистическими умениями, поэтому разработка практического курса для формирования межкультурной компетенции в общении на английском языке является сегодня актуальной.

Ключевые слова: межкультурные коммуникации, иностранный язык, индустрия туризма, коммуникативные компетенции, профессиональное общение.

Исследование взаимоотношений между языками и культурой является одним из приоритетных как в обучении, так и в исследовании на кафедре иностранных языков КГУФКСТ. Обучающиеся в вузе и изучающие иностранный язык (ИЯ) могут участвовать, в различных схемах мобильности, во время обучения в вузе, а также в своей будущей профессиональной деятельности.

Профессиональный стандарт специалиста по направлению подготовки «Технология и организация комплексного обслуживания в индустрии туризма» предопределяет владение компетенцией УК-4 – «Способен осуществлять деловую коммуникацию в устной и письменной формах на государственном языке Российской Федерации и иностранном(ых) языке(ах)». Это обосновывает беспрецедентную потребность формирования межкультурной профессиональной компетенции, что невозможно опустить при обучении профессиональному иностранному языку.

Не всегда возможно решить проблему: этноцентричность преподавателей и обучающихся, что типично для каждой культуры и русской культуры в частности. При этом следует отметить большое количество компаративных и социокультурных исследований, которые представлены в работах по межкультурной коммуникации [1, 2, 3], результаты которых используются в преподавании иностранных языков. С.Г. Терминасова вполне справедливо считает, что обучение ИЯ – это обучение диалогу культур [2]. Очевидно, что курс межкультурной коммуникации для студентов неязыковых специальностей и, в частности, направления подготовки «Технология и организация комплексного обслуживания в индустрии туризма» должен быть включен в

программу обучения ИЯ и введен в структуру иноязычного образования в вузе. Встроенный характер курса оказывается благоприятным для изучения языка и культуры: с одной стороны увеличивается мотивация к изучению ИЯ, с другой стороны происходит аккультурация посредством небольших доз материала межкультурной направленности. Каждый, пусть даже небольшой объем межкультурного знания превращается в новое умение через учебную деятельность, которая используется для обучения ИЯ.

В действительности язык и культура так тесно связаны и интерактивны, что овладение ИЯ предполагает аккультурацию в любом случае. Однако, подсознательный характер культурных паттернов жителей той или иной страны делает их (паттерны) настолько сильными, что требуется время и особые усилия, чтобы формализовать их и выстроить парадигму, для того, чтобы избежать непонимания и «обманутых» ожиданий, когда сценарий общения навязывается иностранным языком и его культурой.

Это можно проиллюстрировать часто неправильным употреблением русскоговорящими английских модальных глаголов долженствования: “You must read this book”(«Вы должны прочитать эту книгу»), “You should go and see the play”(«Вам следует пойти и посмотреть эту пьесу») или прямой перевод русского императива в просьбе на английском языке: “Give me that book, please”, “Bring me some coffee, please”. Для носителей языка такие фразы звучат как грубые команды. Причем чем выше уровень владения иностранным языком, тем выше ожидания носителей языка относительно межкультурной коммуникативной компетенции. Если такие студенты пренебрегают возможными культурными импликациями слова, грамматической структурой жеста или выражения лица, то носители языка могут посчитать, что у них плохие манеры, отсутствует такт, они нарочно агрессивны [3, с. 5].

Такая форма общения наименее желательна в профессиональном и личном общении. Это еще один убедительный аргумент в пользу того, что разработка практического курса для формирования межкультурной компетенции в общении на английском языке является актуальной.

Учебным планом была определена дисциплина «Межкультурные коммуникации на иностранном языке» для направления подготовки «Технология и организация комплексного обслуживания в индустрии туризма» при полном отсутствии каких-либо доступных опубликованных учебников и учебных пособий. Преподаватели кафедры иностранных языков КГУФКСТ приступили к разработке учебного пособия по предмету «Межкультурные коммуникации на иностранном языке» с учетом ФГОС 3++ по направлению подготовки «Технология и организация комплексного обслуживания в индустрии туризма».

Основные этапы работы по созданию практического курса:

- 1) отбор и классификация речевого материала
- 2) определение лингвистического аспекта
- 3) создание методологии совместного обучения культуре и языку.

Отобранный речевой материал имеет следующие особенности:

а) соотносится с культурой в «широком антропологическом смысле слова» [2].

б) представляет феномен, который наглядно различается в двух культурах

в) содержит образцы вербального и невербального поведения, которые неизбежно приводят к недопониманию, когда знакомые русские образцы поведения неосознанно переносят в общение с носителями английского языка.

С учетом выделенных критериев был отобран речевой материал из оригинальных английских источников, из которых сформировали десять разделов (units):

1) The Phenomenon of Crosscultural communication (Межкультурная коммуникация как явление)

2) Privacy and its Implications (Личное пространство и все, что с этим связано)

3) In Rome do as Romans do (В Риме поступай как римлянин)

4) Meals (Питание)

5) Attitudes to time (Отношение к времени)

6) Facial Expressions (Выражение лица)

7) Gestures (Жесты)

8) Clothes (Одежда)

9) Topic for small Talks (Темы для светских разговоров)

10) Politeness Strategies (Стратегия вежливости)

Таким образом, вполне очевидно, что межкультурная коммуникация при обучении иностранному языку в вузе может и должна формироваться вместе с лингвистическими умениями.

Литература:

1. Кузьменкова, Ю. Б. ABC's of effective communication / Азы вежливого общения: учебное пособие. – Обнинск: Титул, 2001. – 112 с.

2. Тер-Минасова, С. Г. Язык и межкультурная коммуникация. URL: https://www.studmed.ru/view/ter-minasova-sg-yazyk-i-mezhkulturnaya-kommunikaciya_5e7d359e75c.html (дата обращения 20.05.2020)

3. Gorodetskaya, L. Teaching intercultural communication in ESP courses. ESP Russia, №2, June 1996, pp. 3–6.

КУЛЬТУРА БЛАГОТВОРИТЕЛЬНОСТИ И СОЦИАЛЬНАЯ ОТВЕТСТВЕННОСТЬ РОССИЙСКИХ СПОРТСМЕНОВ

Старший преподаватель Л.Г. Битарова
Кандидат философских наук, доцент Е.А. Найденко
Кандидат исторических наук, доцент Ю.Г. Бич

Кафедра философии, культуроведения и социальных коммуникаций
Контактная информация для переписки: 350015, Россия, г. Краснодар, ул. Буденного, 161,
e-mail: Bitarova_Larisa

Аннотация. В статье исследуются новые тенденции в развитии российского спорта высших достижений – культура благотворительности и социальная ответственность. Российские спортсмены, как лидеры международного спорта, включаются в решение внутривнутриполитических и социальных проблем, выражая тем самым активную гражданскую позицию.

Ключевые слова: культура благотворительности, социальная ответственность, милосердие, гражданская позиция, фонд помощи, благотворительные проекты.

Благотворительность и милосердие становятся нормой и осознанной позицией личности в российском спорте высших достижений. Культура благотворительности не имеет границ, не связана с этническими, религиозными, конфессиональными различиями и политическими разногласиями. Социальная ответственность российских спортсменов проявляется в оказании финансовой помощи детским домам, больным с тяжелыми диагнозами, людям, волею судеб, попавшим в эпицентр техногенных катастроф. Осознанная гражданская позиция взаимопомощи и милосердия должна формировать личность маленького спортсмена с раннего возраста вместе с агонистическим стремлением достичь побед и результатов. Спорт вдохновляет миллионы людей, а культура благотворительности поднимает выдающихся спортсменов на высший пьедестал гуманизма и нравственных ценностей. В цивилизованном обществе, где преобладает стремление к здоровому образу жизни, должен формироваться и «здоровый дух», как основа общественного сознания. Прежде всего – это реализация человеческой потребности взаимопомощи и добра людям, гуманистическое стремление помочь нуждающимся, подкрепленная практически моральными поступками.

Благотворительность стала неотъемлемой частью любого вида спортивной деятельности и в ней заложены высокие нравственные принципы. Конфуцианское «золотое правило» – «поступай по отношению к другому также, как ты хотел бы, чтобы поступали по отношению к тебе» актуально и в современном спорте. Кантовский категорический императив – «поступай так, чтобы максима твоего поведения могла стать всеобщим законом» становится зоной социальной ответственности именитых спортсменов перед обществом.

Культура благотворительности, как уровень развитости современного общества, является социальным лифтом, дающим право на моральную идеализацию деятельности спортсменов, что позволяет поддерживать репутацию и уважение сограждан [2]. Традиции выдающихся североамериканских игроков, для которых денежные пожертвования стали частью жизни, укоренились и в российском спорте. Знаменитые российские спортсмены становятся примером для подражания не только среди фанатов молодежной аудитории, но и многих деятелей культуры. Причин такого рода подвижничества может быть великое множество. Самое устоявшееся мнение, что – это PR и дополнительная известность. Возможно, для реализации таких целей подходят одноразовые акции, что также ценно и важно людям. Но в российском спортивном сообществе наметились тенденции регулярной взаимопомощи, рассчитанные на долгосрочную перспективу. В 2015 году по инициативе супруги футболиста «Зенита» и члена сборной России Игоря Смольникова был проведен благотворительный аукцион с привлечением звезд эстрады и кино. Удалось собрать 15 млн. рублей и передать подопечным фонда «Б.Э.Л.А. Дети – бабочки». Был дан старт инициативе «Play and Help», позволяющей реализовывать множество спортивных проектов совместно со звездами кинематографа. Идеологами движения стали Екатерина Смольникова и жена футболиста питерского клуба Олега Шатова – Виктория. Екатерина и Виктория – частые гости детских домов, так как считают, что простая игра и общение могут избавить детей от психологических стрессов. Ежегодно в Санкт-Петербурге, Москве, Казани проходят благотворительные аукционы с участием народных артистов – Ксении Рапопорт и Евгения Миронова, известного музыканта Дениса Мацуева. Регулярная адресная помощь благотворительным фондам «Адвита», «Жизнь в движении» и многим другим спасла тысячи жизней. В 2017 году в Волгограде, на средства известных футболистов был создан реабилитационный центр «Без границ», где бесплатно занимаются 100 детей с диагнозом ДЦП. В 2017 году «Play and Help» реализовали культурный проект – «Школа героев, в котором приняли участие 12 звезд спорта и культуры. Каждый месяц в течение года они устраивали в «Детской деревне SOS» в Пушкине культурные программы как акты милосердия.

Большую работу проводит руководитель фонда «Звезды детям» Милана Кержакова, жена легенды петербургского клуба Александра Кержакова. В Кингисеппе, Салехарде прошла серия благотворительных акций под девизом «Сохрани свое здоровье», а деньги переданы в детские дома. Проводится воспитательная работа и с «трудными подростками», стоящими на учете в детских комнатах полиции. С 2015 года ежегодно в Петербурге проходит забег «Звездные аллеи», куда активно привлекаются дети из неблагополучных семей и подростки с правонарушениями. «Сегодня мы организация, занимающаяся социализацией подростков» – говорит А. Кержакова [3].

Активно выражают свою гражданскую позицию и другие российские спортсмены. В 2019 году член Российской сборной по хоккею Илья Ковальчук

(сборная выиграла золото в корейском Пхенчхане) – продал свой премиальный автомобиль. Эта награда правительства РФ каждому спортсмену, выигравшему на Олимпиаде золото, ушла на интернет-аукционе за 7 млн. рублей. Позже он продал майку, в которой выиграл Олимпиаду с росписью всех членов сборной, стартовая цена – 2 млн.руб. вырученные средства ушли на благотворительность, помощь больным и реабилитацию спортсменов после травм. Евгений Кузнецов, Александр Овечкин – звезды НХЛ, активно помогают школе «Трактор» в Челябинске и инвестируют развитие хоккейного детско-юношеского спорта. А. Овечкин часто проводит бесплатные мастер-классы для любителей хоккея. Кучеров, Зайцев и Дацюк подарили хоккейным школам комплект экипировки. «Хоккей – недешевый вид спорта, а играть хочется всем» – такова их мотивация.

Для всей страны тяжелым горем стала авиакатастрофа под Ярославлем 7 сентября 2011 года. Российская хоккейная команда «Локомотив» погибла в результате крушения самолета Як-42. Ушли из жизни 43 человека, весь основной состав ярославской хоккейной команды и 7 членов экипажа. Только после гибели сборной страна узнала, что капитан команды Иван Ткаченко постоянно помогал детским домам, фонду АдВита, не оглашая в СМИ свои дела и поступки. Родители больных детей, которым он оказывал помощь, рассказали, что он жертвовал крупные суммы на лечение тяжелобольных. Всего за 4,5 года он пожертвовал 9 996 300 рублей, не рассчитывая на пиар, так как все зачисления проходили под именем Иван Леонидович. «Благородная душа спортсмена» и его легендарный поступок стали идеалом и нравственным подвигом в российском спорте. Посмертно Ивана Ткаченко наградили медалью Уполномоченного по правам человека РФ «Спешите делать добро», о нем сняли документальный фильм «Капитан Немо», тем самым, увековечив его память [3].

Благотворительность и милосердие прочно вошли в культуру российского общества. Олимпийское образование молодежи и физическое воспитание в специализированных спортивных школах Олимпийского резерва, должно совмещать методологические аспекты спортивной подготовки с культурологическими аспектами благотворительности, милосердия, спонсорства. Выдающиеся спортсмены, участвуя в социальных проектах, ответственны перед теми, кого берут под свою опеку, выражают гражданскую позицию и становятся идеалами, примерами для подражания [1].

Литература:

1. Найденко, Е. А. Актуальные проблемы социально-философского анализа гуманизационных процессов в физкультурно-спортивной сфере / Е. А. Найденко, А. В. Тонковидова, Т. В. Мишина // Физическая культура и спорт, Олимпийское образование. Материалы международной научно-практической конференции. – Краснодар, 2021. – С. 128–129.
2. Этика и эстетика : учебно-методическое пособие / Е. А. Найденко, Л. Г. Битарова, А. В. Тонковидова, Т. А. Самсоненко. – Краснодар : КГУФКСТ, 2021. – 244 с.
3. Министерство физической культуры и спорта Краснодарского края: официальный сайт// <https://kubansport.krasnodar.ru/>

УДК: 796.011.1

МИРОВОЗЗРЕНЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ КУЛЬТУРЫ ЗДОРОВЬЯ ГРАЖДАН РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Старший преподаватель Л.Г. Битарова
Старший преподаватель А.В. Тонковидова
Кандидат философских наук, доцент Т.В. Мишина

Кафедра философии, культуроведения и социальных коммуникаций
Контактная информация для переписки: 350015, Россия, г. Краснодар, ул. Буденного, 161,
e-mail: Bitarova_Larisa

Аннотация. Актуальность статьи обусловлена недостаточной пропагандой в обществе культуры здоровья граждан.

Ключевые слова: мировоззрение, культура здоровья, менталитет, культурный код, граждане РФ.

Мировоззренческие установки формируются, благодаря жизненному опыту индивида, влиянию среды, идеологическим стереотипам и уровню культуры личности. Культура здоровья, как интегративное личностное образование, должна пройти через систему социальных фильтров и стать осознанной необходимостью субъекта к своему здоровью. Формирование положительного отношения к физической культуре, занятиям спортом, выработка активной жизненной позиции происходит на основе мнения людей и социальных институтов.

Отношение к культуре здоровья в разных странах оценивается неоднозначно. В США, примерно с 70-х годов XX века спорт стал «второй религией» и основой культуры здоровья. Большинство американцев верят, что здоровый образ жизни сможет обеспечить личное счастье, карьерный рост, благополучие и самодостаточность. Призывы и лозунги здорового образа жизни, обращенные к советским гражданам, повышали уровень гражданственности и патриотизма. Проведение Спартакиад и пропаганда ГТО проходили под лозунгами: «Все мировые рекорды должны быть нашими!», «Физкультурный парад – мощная демонстрация силы и непобедимости советского народа». Это становилось культурным кодом идеологии советского гражданина. Культура здоровья ограничивалась бравурными речевками: «Нет на свете прекрасней одежды, чем бронза мускулов и свежесть кожи!», «Из рабочей гущи – выгоним пьющих!», «Лучше подтянем животики, чем жизнь потратим на наркотики». Советская концепция развития физической культуры и спорта исходила из регулярных занятий физкультурой, предполагающих укрепление здоровья, избавление от напряжения после рабочего дня, излишков агрессии и от дурных мыслей в голове [2].

Идеологические стереотипы советского образа жизни сегодня утратили свою актуальность. Менталитет гражданина Российской Федерации включает в себя культурный код россиянина, наделенного особой русской душой, наполненной состраданием к ближнему, духом коллективизма,

целеустремленностью и взаимопомощью в решении всех социальных проблем, в том числе, и в спорте. Директивная функция общественного мнения в сфере массового спорта нацелена на установку главного императива общественного сознания – здоровый образ жизни и формирование культуры здоровья граждан. Источник общественного мнения – средства массовой информации, оказывают целенаправленное воздействие на оценки, мнения и поведение людей в спортивной среде. Но зачастую, непродуманная политика государственных органов в отношении средств массовой информации может сыграть негативную роль в формировании общественного мнения. Агрессивная реклама пива на телевизионных экранах привела к тому, что молодые люди, вместо занятий спортом хвастаются количеством выпитого пива и между собой соперничают, кто больше выпьет. Отсюда падение престижа и активности социальных институтов в сфере молодежного массового спорта. В соответствии с законом реклама пива в СМИ запрещена и названа неэтичной. За последние годы увеличилось количество нездоровых детей, особенно в сельской местности. Как отмечают эксперты, у населения отсутствует понимание содержания – «спорт для всех» «здоровый образ жизни», «здоровая среда» и т.д. По данным социологов, спортом активно занимаются люди до 25 лет, у других возрастных групп – уже другие жизненные потребности и занятие спортом не считается приоритетным. Культура здоровья как единство волевого, эмоционального и психологического состояния личности зачастую подменяется свободным времяпровождением и избыточным питанием [2]. В результате, как показывает практика, в сельской местности Краснодарского края, новые спортивные объекты отмечаются слабой посещаемостью граждан. Поселковые муниципальные образования сталкиваются с проблемой нехватки квалифицированных кадров. Для комплексного решения данных проблем развернута федеральная программа переподготовки кадров «Спорт-норма жизни». Факультет «Повышения квалификации» Кубанского государственного университета физической культуры спорта и туризма проводит активную работу по решению данной проблемы. За 2019-2020 годы было подготовлено 420 специалистов по бюджетной форме обучения и 120 по коммерческой для работы в организационно-управленческих структурах спорта. По программе 2020-2021 пройдут переподготовку 800 специалистов бюджетной формы по специальности «инструктор спортивно-массовых мероприятий». 6 обучающихся получают специальность «менеджер спортивно-массовой работы» [3].

Для формирования общественного мнения по проблемам престижности спорта, выработке определенной «моды на спорт» необходимо соблюдение трех важных условий. Во-первых, здоровый образ жизни и культура здоровья граждан должны стать основой формирования общественного сознания разных возрастных категорий и профессиональных групп населения. Это означает, что необходима разработка единой теоретико-концептуальной базы культуры здоровья граждан, которая должна быть реализована в формах общественного сознания – политике, правосознании, морали, науке, искусстве, религии. Проблемы здорового образа жизни и культуры здоровья становятся

первостепенными задачами в новом программном документе федерального значения «Спорт-норма жизни» национального проекта «Демография». Начало действия проекта с 1 января 2019 года до 2030 года, где предусматривается увеличение населения, занимающегося спортом до 55%. Это усиливает общественную значимость спортивных массовых мероприятий, актуальность проблем здорового образа жизни и важность спортивных событий, развивающих культуру здоровья [1]. Во-вторых, предметом рассмотрения общественности должны быть вопросы, имеющие в массовом спорте широкий резонанс и, становящиеся дискуссионными. К примеру проблемы детско-юношеского спорта, спортивная этика, здоровая среда и занятия спортом людей с инвалидностью, подростковая преступность и злостные правонарушения детей в спортивных школах. В-третьих, требуется определенный уровень компетентности, осведомленности людей по проблемам культуры здоровья граждан РФ. Здесь необходима упорядоченная работа 4-й власти – СМИ с федеральными, муниципальными органами, бизнес-сообществами и широкой целевой аудиторией. Как отмечают многие специалисты, отсутствует достаточное количество методической литературы, слабо проводится разъяснительная работа с населением. Тем более, что показатели по стране не столь уж оптимистичны. 60% школьников имеют нарушения здоровья, 40% молодежи призывного возраста не соответствует предъявляемым нормам, а 80% населения сельской местности не имеют возможности систематически заниматься физической культурой и спортом. Центрам по изучению общественного мнения необходимо более тщательно анализировать проблемы граждан в спортивном пространстве. Наиболее известными в Российской Федерации являются Всероссийский центр изучения общественного мнения (ВЦИОМ), Российское общественное мнение и исследование рынка (РОМИР), «Левада-центр» и другие. К сожалению, редко исследуются проблемы формирования культуры здоровья граждан, здорового образа жизни и развития массового спорта.

В завершении вышеизложенного, необходимо отметить, что для успешного решения проблем вовлеченности людей в физическую культуру и занятия спортом необходимо сформировать у населения соответствующие мотивации и потребности. Мировоззренческие установки на спорт довести до уровня общественного сознания. Создать «коллективный разум» здорового образа жизни и «коллективный иммунитет» против злостных форм девиантного поведения в спортивной среде.

Литература:

1. Доклад о результатах 2014 года и основных направлениях деятельности Министерства спорта Российской Федерации на 2017–2020 годы // Министерство спорта Российской Федерации. URL: <http://www.minsport.gov.ru/activities/reports/> (дата обращения: 03.05.2021).
2. Передельский, А. А. Физическая культура и спорт в отражении философских и социологических наук. Социология спорта : учебник для вузов ФК / А. А. Передельский. – Москва : Спорт, 2016. – 416 с.
3. Министерство физической культуры и спорта Краснодарского края: официальный сайт// <https://kubansport.krasnodar.ru>

РАЗВИТИЕ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ В УЧЕБНЫХ ЗАВЕДЕНИЯХ КУБАНСКОЙ ОБЛАСТИ

Кандидат исторических наук, доцент Ю.Г. Бич

Старший преподаватель Л.Г. Битарова

Старший преподаватель А.В. Тонковидова

Кафедра философии, культуроведения и социальных коммуникаций

Контактная информация для переписки: 350015, Россия, г. Краснодар, ул. Буденного, 161,

e-mail: Yulia_Bich@mail.ru

Аннотация. В статье рассматриваются такие элементы, как игры и гимнастика в деле развития физического воспитания в учебных заведениях Кубанской области в 19 веке. Отмечаются особенности методики физвоспитания, например, деление на три основные возрастные группы учащихся, проявление гендерных признаков в этой сфере.

Ключевые слова: физической воспитание, Кубанская область, гимназии, Мариинское женской училище, детские подвижные игры, Кубанское казачье войско.

При военном образе жизни казачьего сословия трудно было уделять внимание проблемам образования молодого поколения казаков Кубани вплоть до середины XIX века. Ситуация изменилась после буржуазных реформ 60-х годов XIX века, а также окончания «Замирения Кавказа» в 1864 году. В результате – стали открываться учебные заведения, коих в 1872 году в Кубанской области было 196 [4]. Всего учебным процессом было охвачено 7164 человека.

Средства физвоспитания на официальном уровне были связаны с элементами военной подготовки казачества. Однако возник правомерный интерес к народным подвижным играм, которые были распространены в станицах. Огромные возможности для воздействия с помощью игровых средств на физическое и духовно-нравственное состояние занимающихся были замечены представителями педагогических кругов Кубани в конце XIX века. Это положение послужило причиной пристального внимания к поиску и записи народных казачьих игр для их внедрения в учебно-воспитательный процесс учебных заведений. На имя инспектора народных училищ Кубанской области был направлен документ за № 232, 1885 год. Адресован он был директорам народных училищ Кубанской области. В нем предлагалось собирать у учителей сведения об играх, игрушках и детских забавах, употребляемых на Кавказе.

Эти материалы были отредактированы и оформлены в виде раздела «Детские игры и забавы в некоторых станицах Кубанской и Терской областей», вошедшего в регулярно издававшийся «Сборник материалов для описания местностей и племен Кавказа» (1886 г.) [1].

Конец XIX столетия на Кубани ознаменовался началом мощного экономического подъема. Как известно, динамичная экономика – хороший

фундамент для развития всей социальной сферы. Кубанская область по праву гордилась тогда системой народного образования, выведшей край по уровню грамотности населения на одно из первых мест в России. Продолжало развиваться и физическое воспитание учащихся, ориентированное на внедрение в учебно-воспитательный процесс подвижных игр.

Председатель училищной комиссии Екатеринодара В.В. Скидан в 1902 году представил в Управу города материалы по устройству школьных игр в начальных училищах. В указанном документе докладывалось следующее: «Устройство игр для учащихся дело слишком новое для учителей и при том не везде, при многочисленности учащихся и тесноте училищных дворов, возможна правильная постановка их...» Вместе с тем, несмотря на указанные трудности, целевая установка на внедрение подвижных игр в учебно-воспитательный процесс образовательных учреждений Кубани привела к тому, что «... в данное время при всех училищах игры детей происходят под наблюдением дежурных учителей» [6].

Проведение игр позволило сформулировать организационно-методические подходы к внедрению игровых средств в учебный процесс. Признавалось, что лучшее время для игр – перед началом занятий и на большой перемене. Однако игры всех учащихся возможны только в хорошую теплую погоду на открытом воздухе. В качестве примера практического использования подвижных игр в работе с детьми, можно привести то, что осенью в хорошие дни, на больших переменах проводились игры под руководством заведующего [5].

Для удобства игр и наблюдения за ними учащиеся были разбиты на старшую, среднюю и младшую группы. Игры чередовались по группам. В связи с этим, здесь уместно говорить о должном внимании педагогических кругов к дифференциации подвижных игр в зависимости от возраста занимающихся.

Определенное развитие получило и специфическое физическое воспитание девушек. Одним из преподаваемых предметов крупнейшего женского учебного заведения Кубанской области – Кубанского Мариинского женского училища – была женская гимнастика [4]. Основу программы составило методическое руководство – «Гимнастика для девиц», подготовленное для использования в учебных заведениях ведомства императрицы Марии [2].

Несмотря на имевшие место недостатки в осуществлении процесса физического воспитания, учащиеся церковно-приходских школ также активно привлекались к участию в военизированных маневрах школьников и разным другим видам физических упражнений. Это способствовало оптимизации их двигательной активности и развитию необходимых физических качеств.

С началом XX века в организации физического воспитания в учебных заведениях Кубани стали наблюдаться унифицированные элементы. Методика физкультурной деятельности в области получила развитие в этот период в рамках общероссийских тенденций. Не последнюю роль в данном вопросе сыграл циркуляр Министерства просвещения от 15 августа 1902 года.

В этом документе говорилось о главной цели физического воспитания, как о поддержании энергии в организме. А виды физических упражнений педсоставу предписывалось менять в соответствии с условиями местности. Кроме того, были намечены прогулки учеников с преподавательским персоналом [8].

В соответствии с подготовленным циркуляром и в продолжение традиции, начатой со второй половины XIX века, «... в г. Екатеринодаре устраивались «рекреации», нечто вроде совместных выходов на природу учащихся и учителей в молодой дубовый лес – Дубинку, где устраивались веселые игры...» [1]. Помимо оздоровительного эффекта, подобные мероприятия несли выраженную развлекательную окраску, способствуя эмоциональной разрядке участников. Так же для учащихся г. Екатеринодара в городском саду организовывались прогулки выходного дня, где в летнее время регулярно проходили показательные выступления гимнастов [7]. Эти прогулки имели общеукрепляющее воздействие и способствовали популяризации среди молодого поколения занятий гимнастическими упражнениями,

В состав массовых оздоровительных мероприятий для воспитанников кубанских народных училищ, начиная с XX века, были включены регулярные прогулки, проводившиеся в весенне-осенний период и имевшие целью закаливание организма детей и развитие у них выносливости.

Важным фактором было использование трудового воспитания в дополнение к физическому. Учащихся активно приобщали к работам в саду – посадке, поливу и уходу за деревьями и цветами.

Системой физической подготовки в дореволюционной России (и в Кубанской области, в частности) на официальном уровне, признавали использование в учебно-воспитательном процессе чешской сокольской гимнастики.

Таким образом, можем сделать выводы, что физическое воспитание в учебных заведениях Кубанской области с одной стороны шло в русле общероссийских тенденций, с другой стороны имело свои особенности.

Литература:

1. Бич, Ю. Г. История физкультуры и спорта на Кубани. – Краснодар, 2011.
2. Государственный архив Краснодарского края (ГАКК). Ф. 1546. оп.1. д. 49.
3. Государственный архив Краснодарского края (ГАКК). Ф. 670, оп. 1. д. 4.
4. Государственный архив Краснодарского края (ГАКК). Ф. 252, оп. 2. д. 1760.
5. Горлова, И. И. Культура кубанских станиц (1794–1917): Исторический очерк / И. И. Горлова, В. И. Лях, А. И. Манаенков. – Краснодар : Южная звезда, 1993. – 185 с.
6. Журнал Екатеринодарской городской думы. – 1902. – №20. – 19 с.
7. Казаджиев, Г. К. Вечное движение. Записки тренера. – Краснодар, 1981. – 9 с.
8. Циркуляры за 1899–1092 годы Департамента народного просвещения <https://www.prlib.ru/item/841991>.

НАУЧНЫЕ ИССЛЕДОВАНИЯ В ОБЛАСТИ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА

**Кандидат педагогических наук, доцент С.С. Воеводина
Начальник редакционно-издательского отдела А.А. Витер**

Кафедра управления в спорте и образовании

*Контактная информация для переписки: 350015, Россия, г. Краснодар, ул. Буденного, 161,
e-mail: ssvoevodina@yandex.ru*

Аннотация. В статье отражены результаты анализа динамики научных исследований в области физической культуры и спорта за 2017-2019 гг.

Ключевые слова: научные исследования, физическая культура и спорт, современное образование, диссертационный совет.

Одной из составляющих современного образования в области физической культуры и спорта являются научные исследования в аспекте подготовки диссертационных работ – кандидатских и докторских по научной специальности 13.00.04 – «Теория и методика физического воспитания, спортивной тренировки, оздоровительной и адаптивной физической культуры» (педагогические науки).

С 17 апреля 2021 г. действует новая номенклатура научных специальностей, согласно которой указанная научная специальность в области физической культуры и спорта включает следующие три: 5.8.4. Физическая культура и профессиональная физическая подготовка; 5.8.5. Теория и методика спорта; 5.8.6. Оздоровительная и адаптивная физическая культура [6].

Проанализируем динамику защиты диссертаций в области физической культуры и спорта по педагогическим наукам (таблица).

Представленные данные свидетельствуют об увеличении количества кандидатских диссертаций в 2018 г. по сравнению с 2017 г. по областям исследований, но об уменьшении научных работ, защищенных в 2019 г.: 2018 г. – 73 работы, 2019 г. – 55 работ. Что касается докторских диссертаций, то динамика защит другая: 2017 г. – 4 работы, 2018 г. – 3, 2019 г. – 4.

Наиболее востребованными в научном плане являются следующие области исследований:

- теория и методика спорта (2017 г. – 31 работа, 2018 г. - 32, 2019 г. – 23 работы);
- теория и методика физического воспитания (2017 г. – 11 работ; 2018 г. – 16; 2019 г. – 10 работ);
- теория и методика профессионально-прикладной физической культуры и физической подготовки военнослужащих (2017 г. – 12 диссертаций, 2018 г. – 14; 2019 г. – 17 диссертаций).

В аналитических материалах экспертного совета Высшей аттестационной комиссии при Минобрнауки России по педагогике и психологии (далее =

экспертный совет) отмечаются следующие недостатки диссертационных, которые целесообразно учитывать при проведении научных исследований в области физической культуры и спорта на всех уровнях высшего спортивного образования:

- отсутствие сравнения авторских результатов с аналогичными зарубежными исследованиями;
- абстрактность гипотез исследований;
- отсутствие качественно новых результатов исследования;
- представление научной новизны и практической значимости в виде «псевдонаучной фразеологии»;
- недостаток междисциплинарных исследований;
- формальное изложение теоретической части исследования вместо анализа научных достижений в области исследования [1, 2].

Таблица

Динамика защиты диссертаций по специальности 13.00.04
(педагогические науки), 2017-2019 гг.

Область исследования	2017 г.		2018 г.		2019 г.	
	Д	К	Д	К	Д	К
Теория и методика спорта	2	29	2	30	-	23
Теория и методика физического воспитания	1	10	-	16	1	9
Теория и методика адаптивной физической культуры	-	2	1	8	2	3
Теория и методика оздоровительной физической культуры	1	2	-	5	1	3
Теория и методика профессионально-прикладной физической культуры и физической подготовки военнослужащих	-	12	-	14	-	17
Итого	4	55	3	73	4	55

Примеч. Д – докторские; К – кандидатские.

В отчетных материалах экспертного совета указывается на сохранении тенденции уменьшения диссертационных работ в области физической культуры и спорта и отсутствие научных исследований по решению задач привлечения к занятиям физической культурой и спортом различных групп населения, использованию цифровых технологий в спортивной отрасли [3].

Наибольшее количество диссертационных работ по специальности 13.00.04. защищено в диссертационном совете на базе Кубанского государственного университета физической культуры, спорта и туризма и Адыгейского государственного университета (2018 г. – 9 работ, 2019 г. – 8 работ).

Целесообразным и актуальным является предложение экспертного совета о наличии базового профильного образования для поступающих в аспирантуру, опыта профессиональной деятельности по профилю исследования для соискателей ученых степеней, выполняющих исследование без освоения образовательной программы в аспирантуре [2].

Таким образом, в определенной степени, развитие высшего спортивного образования связано с качественной и количественной составляющей научных исследований в области физической культуры и спорта, основой которых является подготовка выпускных квалификационных работ (результатов собственной научно-исследовательской деятельности) студентами [4, 5]. Овладение системой методологических и методических знаний, технологией подготовки диссертационного исследования происходит на вузовском уровне.

Литература:

1. Аналитические материалы о результатах работы экспертных советов ВАК при Минобрнауки России // Вестник Высшей аттестационной комиссии при Минобрнауки России. – 2019. – №2 (20). – С. 8-89.

2. Аналитические материал о результатах работы экспертного совета ВАК при Минобрнауки России по педагогике и психологии // Вестник аттестационной комиссии при Минобрнауки России. – 2020. – №5 (29). – С. 8–38.

3. Воеводина, С. С. Качество диссертационных исследований выпускников магистратуры вузов физической культуры и спорта / С. С. Воеводина // Физическая культура и спорт – наука и практика. – 2019. – № 1. – С. 90–93.

4. Гетман, Е. П. Экономика и право в спорте и образовании (монография) / Е. П. Гетман, Л. А. Гремина, С. С. Воеводина. – Краснодар : КГУФКСТ, 2019. – 137 с.

5. Гетман, Е. П. Студенческий научный кружок кафедры управления в спорте и образовании как основа научной активности обучающихся / Е. П. Гетман, С. С. Воеводина, Л. А. Гремина // Физическая культура и спорт в высших учебных заведениях: актуальные вопросы теории и практики : сборник статей по материалам национальной научно-практической конференции, посвященной 70-летию образования кафедры физического воспитания Кубанского ГАУ. – Краснодар, 2020. – С. 824–830.

6. Приказ Минобрнауки России от 24.02.2021 № 118 «Об утверждении номенклатуры научных специальностей, по которым присуждаются ученые степени, и внесении изменения в Положение о совете по защите диссертаций на соискание ученой степени кандидата наук, на соискание ученой степени доктора наук, утвержденное приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 10 ноября 2017 г. № 1093» [Электронный ресурс]. – Официальный интернет-портал правовой информации <http://pravo.gov.ru>, 06.04.2021 (дата обращения 30.04.2021).

7. Кузин, Ф. А. Диссертация. Методика написания. Правила оформления. Порядок защиты: Практическое пособие для докторантов, аспирантов и магистрантов / Ф. А. Кузин. – Москва : Ось-89, 2000. – 320 с.

УДК: 796.075

ИССЛЕДОВАНИЕ НАПРАВЛЕНИЙ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЯ ОРГАНИЗАЦИОННО-УПРАВЛЕНЧЕСКОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ В ОБЛАСТИ СПОРТА

Кандидат педагогических наук, доцент С.С. Воеводина

Кандидат экономических наук, доцент Е.П. Гетман

Кандидат экономических наук, доцент Л.А. Гремина

Кафедра управления в спорте и образовании

Контактная информация для переписки: 350015, Россия, г. Краснодар, ул. Буденного, 161,

e-mail: ssvoevodina@yandex.ru

Аннотация. В статье поднимается тема важности исследования направлений совершенствования организационно-управленческой деятельности в спортивной сфере. Теоретическая и практическая значимость темы обусловлена необходимостью поиска путей решения по названной проблематике. Исследование, решая комплекс исследовательских задач, направлено на развитие современных управленческих подходов к организации управленческой деятельности, что в перспективе отразится и на повышении качества подготовки спортивных менеджеров в высшем учебном заведении спортивной направленности.

Ключевые слова: спорт, организационно-управленческая деятельность, услуга, характеристики услуг, менеджмент.

Организационно-управленческая деятельность в классических учебниках по менеджменту изучена достаточно подробно как зарубежными, так и российскими авторами-исследователями[2, 3, 5]. Любое исследование в сфере менеджмента, как правило, начинается с исследования организационной структуры организации, изучения функциональных обязанностей персонала, сочетания и дублирования функций. Поиск узких мест позволяет выйти на предложения по совершенствованию организационной структуры, иногда предложений по ее кардинальному изменению. Что касается управленческой деятельности, то она безотносительно отраслевых особенностей, раскрывается через классические функции менеджмента, такие как планирование, организация, координация, мотивация и контроль. Однако продолжается поиск особенностей, свойственных спортивным организациям, касающихся организационно-управленческой деятельности. Поиск таких особенностей с позиций повышения эффективности управления связан, как со спортивными организациями бюджетной направленности, так и с коммерческим спортивным сектором, активно формирующимся начиная с последних десятилетий XX столетия[1, 2]. Важной темой исследований является гипотеза о том, возможно

ли найти общие, конструктивные элементы организационно – управленческой деятельности, на которые может в дальнейшем опираться в своей деятельности любая спортивная организация (коммерческая и некоммерческая; крупного, среднего, малого формата). В ходе изучения теоретико-практических подходов по интересующей тематике, выявлено, что возможно нахождение общего критерия в такой позиции, как рассмотрение организаций спортивной направленности как организаций предоставляющих в основном услуги. Сразу отметим, что под услугой, вслед за классиками, понимается любое мероприятие или выгода, которую одна сторона оказывает другой и которые, не приводят в конечном итоге к завладению чем-либо. С позиций числа занятых в отрасли, или как сейчас принято говорить в индустрии, большая часть персонала предоставляет своим пользователям именно услуги. Отметим также, что возникает определенный диссонанс, когда спортивная отрасль обозначается как индустрия (в переводе – промышленность), в которой персонал не занят на производстве, в основном, физически осязаемых товаров (тренажеры, спортивные костюмы и т.д.), а занят предоставлением услуг. В то же время в переводе с латинского под индустрией понимается деятельность [4]. Возвращаясь к услугам, как к параметру, выделенному нами ключевым в понимании развития организационно-управленческой деятельности, обратимся к характеристикам, которые свойственны любым услугам. Понимание характеристик услуг, позволяет определить в дальнейшем предложения по совершенствованию организационно-управленческой деятельности.

Остановимся кратко на классических характеристиках услуг [2, 3, 5].

1. Неосвязаемость услуги. Этот параметр означает невозможность определить услугу до момента ее потребления. Отсюда следует, что управленческая деятельность должна быть связана с поиском путей преодоления этой характеристики, то есть, направлена на повышение осязаемости спортивной деятельности. Так, выбирая спортивную школу для своего ребенка, родители должны видеть какие-то осязаемые свидетельства, убеждающие их в правильности сделанного им выбора спортивной организации.

2. Непостоянство качества услуги означает, что качество услуги может изменяться в течении оказания услуги, и что даже высококвалифицированный специалист, может в какой-то, возможно личной ситуации оказать услугу более низкого качества, чем он всегда ее предоставляет. С учетом этой характеристики организационно-управленческую деятельность необходимо выстраивать таким образом, чтобы при приеме на работу персонал проходил достаточно серьезный отбор, и отбирались действительно высококвалифицированные специалисты, что значительно поднимает планку оказания услуг в спортивной организации.

3. Неотделимость от производителя услуги означает большую важность и значимость для спортивной организации в формировании бренда организации, ее репутационного имиджа. Развитие этой характеристики, следовательно, связано с направленностью управленческой деятельности на

формирование и позиционирование бренда спортивной организации в глазах ее потребителей и других заинтересованных лиц (средств массовой информации, государственных структур, и т.д.).

4. Несохранимость услуги. Эта характеристика во многом носит скорее позитивный, нежели отрицательный контекст для организаций, оказывающих услуги. По отношению к большинству спортивных услуг, эта характеристика означает, что при организации и предоставлении спортивной услуги меньше финансовых ресурсов идет на так называемую маркетинговую логистику (транспортировку, складскую и закупочную деятельность). Однако у этой характеристики есть и другое объяснение, отличное от предыдущего. Несохранимость услуги, означает, что стоимость услуги существует в момент ее оказания, и если в договоре с потребителем нет оговоренных позиций по ее оказанию и потреблению, то часть денежных средств может быть не возвращена потребителю, в силу бронирования услуги или по другим сходным причинам.

Перечисленные характеристики и пояснения к ним с позиций темы исследования позволяют обозначить направления совершенствования организационно-управленческой деятельности в спортивной организации. Конечно, несмотря на описание характеристик ключевого критерия, требуется проведение дальнейших исследований в этом направлении, поиск практических подтверждений и разработку детальных рекомендаций по теме проводимого исследования. В то же время поиск современных управленческих подходов к организации управленческой деятельности отразится и на повышении качества подготовки спортивных менеджеров в высшем учебном заведении спортивной направленности.

Литература:

1. Аванесян, Г. Г. Совершенствование системы принятия управленческих решений в спортивной организации / Г. Г. Аванесян, Е. В. Мирзоева // *Modern Science*, 2021. – №1-2. – С. 25–30.
2. Котлер, Ф. Основы маркетинга / Ф. Котлер, Г. Армстронг, В. Вонг. – Москва : Вильямс, 2008. – 994 с.
3. Локшина, С. М. Краткий словарь иностранных слов. – Москва : Русский язык, 1987. – 632 с.
4. Управленческая подготовка специалистов в вузе для сферы физической культуры и спорта: актуальные проблемы и пути совершенствования : монография / Ю. А. Зубарев, А. А. Бабанов, Е. В. Беликова [и др.]. – Волгоград, 2021.
5. Экономическая и маркетинговая культура в управленческой деятельности в физической культуре и спорте / Л. А. Гремина, Е. П. Гетман. – Краснодар : КГУФКСТ, 2020. – 125 с.

УДК: 81'42

ЯЗЫКОВЫЕ И ОБРАЗНО-ВЫРАЗИТЕЛЬНЫЕ СРЕДСТВА ЯЗЫКА ПУБЛИЦИСТИКИ СПОРТИВНОГО ДИСКУРСА

Старший преподаватель Е.И. Гетман
Кандидат филологических наук, доцент В.П. Осадчая

Кафедра иностранных языков

*Контактная информация для переписки: 350015, Россия, г. Краснодар, ул. Буденного, 161,
e-mail: egetman@mail.ru*

Аннотация. Статья посвящается анализу использования различных стилистических, экспрессивных, выразительных средств в языке спортивной публицистики, что неразрывно связано со спортивным дискурсом. Активное взаимодействие на уровне лексики и фразеологии выступает как эффективное средство пополнения словарного состава языка спорта.

Ключевые слова: образно-выразительные средства, сфера спорта, терминологика, метафора, фразеологизмы, компонент, публицистика.

В современном мире спорт занимает важное место. Понятие «спортивная сфера», «спортивная коммуникация» в своем тесном взаимодействии составляют один объект – спортивный дискурс [6], который в первую очередь понимают, как функционально обусловленное использование языка в контексте определенной социокультурной ситуации [7]. В языке спортивной журналистики, выступающей одновременно как связующее звено между профессиональными спортсменами, специалистами, занятыми в сфере спорта, болельщиками, находят отражение тенденции языка, характерные для спортивного дискурса. Ввиду того, что понятие «спорт» объединяет разных участников и большое количество различных видов спорта, язык спорта неоднороден и предстает как сложное явление. Каждый вид спорта характеризуется своими языковыми средствами, своим профессионализмом, своей терминологией (double-double, dribbling, blocked shot – баскетбол; goalkeeper, overtime, half-back, penalty – футбол; cock-pit, powertrain, pilot, Grand Prix – гонки «формула 1»; heavyweight, lightweight, knockout, hook, uppercut – бокс и другие). Особое место языка спорта отличается в кругу других специальных языков и тем, что он во многом понятен людям разных социальных и возрастных групп. Использование языка требует применения особых языковых и образно-выразительных средств с целью раскрытия определенной коммуникативной сферы, в которой спортивный дискурс активно проявляется в средствах массовой информации (СМИ), в том числе в газетно-журнальном жанре. Функцию воздействия текстов спортивной публицистики определяет информационное освещение спортивного мероприятия и, что особенно важно, привлечение внимания публики к заголовку статьи, к материалу статьи в целом.

Заголовки к обзорам, к интервью, к статьям, выбранные из аутентичных спортивных англо-язычных газет и журналов (Sport, The Sunday Times, The Washington Post, Chicago Tribune, The Times Rugby World): «Volcano is about to erupt; These zeroes play like Heroes; Perry is a key man for England; Francy's artistry was rugby's defining moment» и другие) звучат как: «The Voice of Sport (голос Спорта), который «...would add the better Music to his playing» (добавил бы еще лучшую музыку к игре), как сказано в другом заголовке.

Публицистика, как явствует из заголовков, вбирает в себя большинство выразительно-оценочных и экспрессивных средств из литературного языка (From fantasy to virtual reality, Fairy-tail returns, White steel added to a blue rapier). Можно констатировать, что одной из особенностей языка спорта, стиля журнально-газетной речи является присутствие в нем целого комплекса средств с помощью которых автор / журналист / комментатор оживляет свое сообщение и добавляет ему эмоциональности. Это могут быть различные фразеологизмы и приемы изложения печатного материала. Прежде всего, глагол выступает типичным компонентом рассматриваемого жанра либо в своем прямом назначении (break the record, win a game), либо в качестве глагола движения (go for a win, cross the line, give a game away), или в переносном смысле в соединении со словоформой (score an advantage over smb, hit a bull's eye, seize/catch opportunity by the forelock). Подобные фразы могут принадлежать капитану, тренеру, при подготовке к матчу, к выступлению, для характеристики результата и т.д. Среди них чаще всего встречаются двух или трех компонентные сочетания (bag a shot, score a goal, most-capped player) хотя количествуют и четырех – даже пятикомпонентные единицы (let the ball do the work, score a goal against the run of the play) [4]. Эмоционально-красочные эпитеты со смысловой нагрузкой (brilliant player, incredible, fantastic performance, legendary race, unforgettable goal); универсальные (functioning soccer machine, iron will, Manchester United really is a new American Dream), узкопрофессиональные (concrete defense, golden goal, yellow fever, defensive tactics), образные метафоры, усиливают значение содержания написанного. Речь спортивного журналиста изобилует военной лексикой, военной метафорой (right flank, attack, run away, victory) с частым употреблением структурных единиц, с использованием уменьшенной подмены понятий, эвфемизмов, многообразных описаний понятия «игра», ее оттенков, остроты спортивной борьбы: спорт – это война, мяч – оружие войны, игра – битва, сражение, дуэль, игра – это здание, игра команды – это механизм и обороняемое перемещение игроков по полю, игра – это работа (Counter attack started from deep in their penalty area, Robinson is a crucial part of the Chelsea machine). Выразить смысл одного слова другим на основе близости значений помогает метонимия (Sports teach Dutch a lesson, Delpont delivered final flourish, Dragons played with the fire). Интересен метонимический перенос в примерах: Stars and Stripes (звездно-полосатый флаг США), а Maple Leaf (кленовый лист – уникальный символ Канады и т.п.). В статьях о спорте постоянно встречаются названия команд (Chelsea, Red bull, Texas, Stars), среди которых типичными для английского спорта выделяются персонифицированные названия во множественном числе,

связанные с миром животных (Bears, Dolphins, Eagles, Lions, Pumas и др.). К этой группе примыкают названия команд, выражаемые посредством метонимии (Cardinals, Giants, Vikings и т.п.) [5]. В текстах спортивной публицистики используется и такой вид троп, как синекдоха, связанная с переносом цвета формы игроков на самих игроков при названии команды (White – Blues, Red-Blues, Yellow – Greens). Аналогичная синекдоха просматривается и в таких названиях как «Knights», «Virgin», «San Antonio Spurs». Реже авторы прибегают к оксюмору в сочетании как бы несовместимых лексем. (square ball, conspicuous silence, optimistic tragedy и др.). Употребление сленга и жаргонной лексики является другой немаловажной особенностью спортивного дискурса, причем, у каждого вида спорта, параллельно с символикой, эмблемой, цветами клуба существует свой набор жаргонизмов [1], например, «get good wood», «come on, Blue» (бейсбол); «blood-bin», «sin-bin» (регби); «grab some pine», «block-shot» (баскетбол); «cauliflower ear» (бокс) и многие другие.

Со спецификой спортивной терминологии связан целый пласт фразеологизмов, отличающихся по своему происхождению, характеру и функциям [6]. Фразеологические обороты (hit below the belt, the light at the end of tunnel), поговорки и пословицы (make hay while the sun shines, do in Rome as the Romans do, it isn't a cricket!), крылатые выражения (the queen of sport, yellow card, the 12-th man) определяются как важный источник, обязательный стилистический компонент языка публицистики [3]. Монолитность, устойчивость, неизменяемость – характерные черты фразеологических единиц (ФЕ). Согласно классификации, предложенной академиком В.В. Виноградовым, ФЕ возможно распределить по группам [2]: фразеологические сращения (spring football, Fair Play, wooden medal), фразеологические единства (scoring chance, clean sheet, penalty mark, birds of a feather) фразеологические сочетания (bosom friend, run like Hell, defend colours, a shot in the blue) и множество других примеров. СМИ сами часто порождают ФЕ спортивного характера (the nail of the tour, cross swords/boots/hockey sticks, golden boots/club/sticks).

Таким образом, все вышесказанное наглядно иллюстрирует, что язык спортивной журнально-газетной стилистики обладает живым, образным, подвижным характером языка публицистики спортивного дискурса.

Литература:

1. Бояркина, В. Д. Неологизмы спорта и их отражение словарями русского языка / В. Д. Бояркина // *Slavia. Casapis proslovanskou folologii*. – 1998. – С. 329–332.
2. Виноградов, В. В. Об основных типах фразеологических единиц в русском языке / В. В. Виноградов // *Лексикология и лексикография*. – Москва : Наука, 1997. – 312 с.
3. Галимова, Х. Н. Структурно-семантические особенности ФЕ в современном английском газетном стиле / Х. Н. Галимова // *Балтийский гуманитарный журнал*. – 2019. – Т.8, № 3. – 267 с.
4. Зарохович, Л. Я. Англо-русский и русско-английский словарь футбольных терминов / Л. Я. Зарохович. – Москва : Астраль, 2002. – 120 с.
5. Осадчая, В. П. Концепт «спорт» как одно из ценностных понятий в английском языке с позиции его изучения в спортивном вузе // В. П. Осадчая, Е. И. Гетман // *Физическая культура, спорт – наука и практика*. – № 4. – 2020. – С. 64–70.

6. Савченко, А. В. Русский язык и литература в пространстве мировой культуры / А. В. Савченко // XIII Конгресса МАПРЯЛ. Т.2. – Санкт-Петербург, 2015. – С. 145–150.
7. Fairlough N. Language and Power / N.Fairlough. London-New York. Longman. – 1989. 259 p.

УДК: 378.14

ДИСЦИПЛИНА ЭКОЛОГИЧЕСКИЙ МЕНЕДЖМЕНТ В КОНТЕКСТЕ НАЦИОНАЛЬНОГО ПРОЕКТА ЭКОЛОГИЯ

Кандидат экономических наук, доцент Е.П. Гетман

Кафедра управления в спорте и образовании

*Контактная информация для переписки: 350015, Россия, г. Краснодар, ул. Буденного, 161,
e-mail: egetman@mail.ru*

Аннотация. В статье с позиции современного подхода к экологическим процессам в российской экономике поднимается тема важности дисциплины экологический менеджмент в комплексе дисциплин управленческого цикла. Прослежен путь становления дисциплины в вузе. Теоретическая и практическая значимость темы обусловлена необходимостью поиска эффективных подходов к преподаванию дисциплины экологический менеджмент. Статья, поднимая данную тему, направлена на поиск современных образовательных подходов к организации педагогической деятельности в высшем учебном заведении.

Ключевые слова: экология, менеджмент, национальный проект, экономика, охрана окружающей среды, экомаркетинг.

В последнее время в российской экономике усиливаются процессы, направленные на поддержку экологических тем и проблем. Так в национальных проектах отдельно выделен проект «Экология», в котором намечено проведение работ по следующим направлениям: утилизация и переработка отходов; сохранение водоемов и повышение качества питьевой воды; уменьшение загрязнения воздуха; защита природы и животных; внедрение наилучших природоохранных технологий. На сайте национального проекта «Экология» в доходчивой, наглядной форме рассказывается, как каждый российский гражданин может принять участие в тех или иных экологических проектах. Приведены конкретные примеры деятельности как эковолонтеров (появился и «прижился» такой термин), так и рядового населения [3].

В комплексе управленческих дисциплин некоторым особняком стоит дисциплина экологический менеджмент. С одной стороны дисциплина экологический менеджмент является отраслевой управленческой дисциплиной, которая идет на стыке минимум двух дисциплин: экологии и менеджмента. В Кубанском государственном университете физической культуры, спорта и туризма (КГУФКСТ), на кафедре экономики и менеджмента, а в настоящее время – на кафедре управления в спорте и образовании накоплен определенный опыт преподавания данной дисциплины [2]. В свое время в 2001 году, автором данной статьи был выигран зарубежный грант, связанный с разработкой учебной программы (syllabus) курса Экологический менеджмент, презентация

которого в рамках гранта была проведена в Центральном Европейском университете (ЦЕУ, г. Будапешт). Уже тогда стало понятно, что преподавание данного курса требует от лектора знаний на стыке как минимум двух выше обозначенных наук. На тот момент в КГУФКСТ преподавалась отдельно дисциплина экология, кроме того на ряде специальностей преподается дисциплина Концепция современного естествознания (КСЕ) и на направлениях экономико-управленческих читается комплекс управленческих дисциплин. Одно время дисциплину экологический менеджмент преподавал лектор-кандидат сельскохозяйственных наук. В дальнейшем, дисциплина вернулась к лекторам кандидатам экономических наук, владеющим, в том числе в силу образовательного и практического опыта и тематикой экологических проблем.

Популярность темы экология в общественной жизни циклична, но видимо настает время, когда вопросы экологии и управления этими процессами становятся также актуальны, как вопросы цифровизации экономики и поднятия культурного уровня населения в области экономики и маркетинга [5]. Важно, что обозначена и выделяется государственная финансовая поддержка, направленная на экологические проблемы. Государство задает вектор в развитии экологических проблем и вузам важно активнее реагировать и участвовать, в том числе и в воспитании обучающихся, связанных с экологическими вопросами. Модные сегодня термины «экосреда», в том числе «экологическая образовательная среда» выходят за рамки настоящей статьи, однако важность этой темы остается актуальна и студент, погруженный в экологическую образовательную среду вуза, одним даже этим образовательным процессом, тренируется и подготавливается как экологически ответственный гражданин.

Что касается выстраивания рабочей программы и фондов оценочных средств дисциплины «экологический менеджмент», то теоретическая часть дисциплины должна не просто подкрепляться практическими занятиями в традиционном формате (вопросы, тесты, кейсы), но требуется включение обучающихся в реальные региональные экологические проблемы. Это может быть и посадка деревьев около студенческих или придомовых территорий, участие в акциях эковолонтеров, связанных с очисткой берега реки, других водоемов. Изучение примеров экологического поведения российских и зарубежных организаций могут быть отражены в разделе экомаркетинг дисциплины [4]. В свое время в 1940-1970 годах прошлого века эпохальным событием, прорывом в области науки стала так называемая «зеленая революция», которая позволила значительно увеличить прирост мировой сельхозпродукции, когда благодаря исследованиям американского агронома и селекционера Н. Борлоуга удалось спасти от голодной смерти более 1 млрд. человек в мире. Такие глобальные примеры дают возможность более глубоко вникнуть в важность экологических проблем и управленческих возможностей, направленных на их решение. В свою очередь, вовлечение студентов в решение местных экологических проблем, позволяет на реальных примерах изучать и закреплять теоретические вопросы дисциплины «экологический менеджмент»

через призму национальных проектов, реализуемых на местном уровне, осуществляя, в том числе и «экологическое воспитание» обучающихся в процессе подготовки их к управленческой и предпринимательской деятельности [1, 5].

Таким образом, наметившаяся тенденция в российской экономике в постановке решения экологических проблем как планомерный, регулярный процесс, организация этой важной и значимой деятельности, контроль за результатами и выработка дальнейших целей, конкретизация задач на научной основе в плане их достижимости на перспективу достигнет результата, если будущие управленцы в различных отраслях деятельности, и в том числе спортивной сфере, еще в вузе овладеют знаниями и навыками как экологическими, так и управленческими.

Литература:

1. Воеводина, С. С. Предпринимательство в физической культуре и спорте: экономико-правовые аспекты : коллективная монография / С. С. Воеводина, Е. П. Гетман, Л. А. Гремина. – Краснодар : КГУФКСТ, 2016. – 282 с.
2. Кубанский государственный университет физической культуры, спорта и туризма. – Режим доступа: <https://kgufkst.ru/>
3. Национальный проект Экология (Электронный ресурс). – Режим доступа: <https://национальныепроекты.рф/projects/ekologiya>
4. Оганесян, Н. Р. Экологический маркетинг – основной элемент экономической политики предприятия / Н. Р. Оганесян, Я. Я. Яндыганов, Е. Я. Власова // Экономика региона. – 2009. – №4.
5. Экономическая и маркетинговая культура в управленческой деятельности в физической культуре и спорте: практикум / Л. А. Гремина, Е. П. Гетман. – Краснодар : КГУФКСТ, 2020. – 125 с.

УДК: 796.073

ПРОБЛЕМЫ И ПЕРСПЕКТИВЫ РАЗВИТИЯ МЕЖДУНАРОДНОГО СПОРТИВНОГО ДВИЖЕНИЯ БЕЗ БОЛЕЛЬЩИКОВ НА ТРИБУНАХ

Кандидат педагогических наук, доцент Е.А. Еремина¹

Преподаватель В.А. Кузьменко²

Преподаватель А.И. Кузьменко³

¹*Кафедра социально-культурного сервиса и туризма*

²*Кафедра теории и методики гимнастики*

³*Кафедра теории и методики футбола и регби*

*Контактная информация для переписки: 350015, Россия, г. Краснодар, ул. Буденного, 161,
e-mail: eremina-otdel-k@mail.ru*

Аннотация. Данная работа раскрывает основные проблемы международного спортивного движения в плане организации и проведения крупных спортивных мероприятий в период пандемии и постпандемийный период без болельщиков на трибунах спортивных арен, рассмотрены перспективы привлечения болельщиков на спортивные объекты.

Ключевые слова: международное спортивное движение, болельщики, зрители, спортивные мероприятия, трибуны.

В современном международном спортивном движении значительно возросла роль денежных средств и совсем невелика роль спортивных успехов и зрительского интереса. Для изучения проблемы исследования были выделены крупные международные спортивные мероприятия, влияющие на политический и на экономический престиж. В качестве методов исследования использованы сбор, анализ и синтез данных, системный подход к объекту исследования, сравнение изучаемых показателей.

В России основной груз финансовой ответственности при организации и проведении крупных спортивных мероприятий несет государство, все взаимоотношения в этой области регулируются ФЗ №329 «О физической культуре и спорте в Российской Федерации» [1]. За последнее десятилетие в РФ проведено очень много крупных спортивных форумов, таких как чемпионаты мира по биатлону, по фигурному катанию, хоккею, по водным видам спорта, по керлингу, по футболу, соревнования Формулы-1, всемирная универсиада, зимние Олимпийские игры и другие. Для примера только в 2014 году Федеральный бюджет выделил 79,9 млрд. руб., а уже через два года – 98,6 млрд. руб. Увеличение расходов на спорт высших достижений наблюдается ежегодно более 30% [2, 4].

В международном спортивном движении из-за пандемии сезон 2020-2021 года начался противоестественно, при пустых трибунах. Болельщики следят и поддерживают спортсменов только у экрана телевизора или монитора компьютера. Самые преданные болельщики находили креативные пути поддержки своих спортсменов. Пустые трибуны во время соревнований значительно изменили соревновательную атмосферу. Большое количество опрошенных спортсменов, тренеров, функционеров отмечают неудовольствие участием в соревнованиях без публики. У многих вызывают даже состояние раздражения ряды пустых трибун, тишина, отсутствие эмоциональной поддержки. Большой спорт без присутствия зрителей теряет свои ценностные постулаты, а по мнению некоторых авторов, является профанацией.

Организаторы крупных международных соревнований оказались совершенно не готовы к таким реалиям, некоторые вместо зрителей рассаживали кукол, воздушные шары, баннеры или макеты, включали звук аплодисментов, шума трибун (интершум) и другое.

Возобновившиеся после ослабления пандемии крупные международные соревнования напрямую связаны с выполнением контрактов с крупными телевизионными корпорациями, поэтому нужна и хорошая качественная картинка с крупных, известных спортивных арен и где есть все технические условия для трансляции. Телевизионщики предложили оживить пустые трибуны раскрасив их в различные цвета. Современные IT технологии позволяют проецировать любой фон и людей в том числе, такой прием использован на чемпионате мира по фигурному катанию в Токио.

Болельщики при этой ситуации остаются неудовлетворенными искусственными эмоциями, отсутствует так называемый процесс «боления», они могут только заочно передать свою поддержку.

В очень затруднительной ситуации оргкомитет Токио-2020, где принято решение о проведении Олимпийских игр без присутствия иностранных зрителей и волонтеров. Оргкомитет и МОК продали билеты через ресселеров с наценкой в 20% от стоимости, что не подлежит возврату, как и затраты на авиабилеты и гостиницы [3].

Таким образом, оргкомитет крупных международных спортивных форумов должен предусматривать желание болельщиков и выполнение требований телевизионщиков и рекламодателей при проведении соревнований в условиях ограничений, нельзя допустить падение рейтингов и потерять зрительский интерес.

До пандемии средняя посещаемость и заполняемость крупных спортивных мероприятий на территории России была далека от ведущих спортивных держав, впереди нас были Германия, Англия, Испания, Мексика, Италия, Франция, Япония, Бразилия, Китай, США и другие. Средняя заполняемость стадиона в самом популярном виде спорта – футбол в нашей стране составляла чуть больше 12000 человек, а в Германии и Англии она составляла около 40000 человек. В других массовых видах спорта наблюдается

такая же тенденция, исключение составляет только хоккей. Среди причин эксперты выделяют следующие:

- 1) невысокая зрелищность спортивных мероприятий;
- 2) неудачные выступления;
- 3) отсутствие маркетинговых мероприятий. [5]

Проведенные исследования зрительской аудитории спортивных мероприятий показали, что значительно увеличивается телевизионная аудитория (интернет-аудитория), а посещаемость спортивных мероприятий не растет.

Подводя итоги, можно рекомендовать организаторам крупных спортивных мероприятий перенять передовой опыт организации работы с болельщиками так, чтобы посещение соревнования на трибунах становилось отличным, безопасным времяпрепровождением с семьей. Необходимо обратить внимание на уровень качества обслуживания болельщиков. Особое внимание – маркетингу и продвижению спортивного продукта. Необходимо стабильное инвестирование, как в строительство инфраструктуры, так и в развитие спортсменов.

Литература:

1. Федеральный закон от 04.12.2007 №329 «О физической культуре и спорте в Российской Федерации» [Электронный ресурс] / СПС «Консультант Плюс», URL: <http://www.consultant.ru> (дата обращения: 05.05.2021).

2. Еремина, Е. А. Реализация направленного воздействия олимпийского наследия на процесс развития туристической России / Е. А. Еремина, И. В. Макрушина, В. А. Ильичева // Физическая культура и спорт. Олимпийское образование. – Краснодар : КГУФКСТ, 2020. – Часть 2. – С. 176–178.

3. Коренева, М. В. Опыт реализации олимпийского образования в кубанском государственном университете физической культуры, спорта и туризма для подготовки волонтеров с целью обслуживания гостей и участников спортивно-событийных мероприятий / М. В. Коренева, Д. А. Кружков, Е. А. Еремина // Современные тенденции развития международного туризма в мире и Республике Беларусь в условиях глобализации: Материалы международной научно-практической конференции, посвященной 20-летию основания кафедры международного туризма факультета международных отношений Белорусского государственного университета. – Белорусский государственный университет; главный редактор Л. М. Гайдукевич, 2018. – С. 274–282.

4. Коренева, М. В. Использование объектов наследия XXII Олимпийские Зимние Игры, XI Паралимпийские Зимние Игры в г. Сочи в постолимпийский период на основе его трансформации в туристский продукт / М. В. Коренева, Е. А. Еремина, О. В. Шпырня // Научный вестник Южного института менеджмента. – 2019. – № 2 (26). – С. 108–114.

5. Неполная расплата – URL: <https://www.kommersant.ru/doc/4740356> (дата обращения 05.05.2021).

УДК: 338.483.12

СОВРЕМЕННЫЕ ОСНОВЫ КУЛЬТУРНО-ДОСУГОВЫХ УСЛУГ ДЛЯ МОЛОДЕЖИ В ТУРИЗМЕ

Кандидат педагогических наук, доцент **Е.А. Еремина**¹

Преподаватель **В.А. Кузьменко**²

Кандидат педагогических наук, доцент **И.В. Макрушина**³

¹*Кафедра социально-культурного сервиса и туризма*

²*Кафедра теории и методики гимнастики*

³*Кафедра социально-культурного сервиса и туризма*

*Контактная информация для переписки: 350015, Россия, г. Краснодар, ул. Буденного, 161,
e-mail: eremina-otdel-k@mail.ru*

Аннотация. Данная работа раскрывает основы культурно-досуговых услуг в комплексе услуг туриндустрии, акцент – на молодежный сегмент потребителя. Культурно-досуговая деятельность в туризме делает туризм культурным феноменом.

Ключевые слова: молодежь, туризм, услуга, досуг, культурно-досуговая деятельность.

В настоящее время молодежный досуг отличается своими атрибутами, спецификами, «фишками», эксклюзивностью. Культурно-досуговые услуги для молодежи строятся на основе духовных и физических потребностей и социально-психологических качеств личности. Анализ зарубежной литературы, а именно работы американского профессора Дж. Уоркера, позволили определить теоретическую основу исследования: «Туризм – это наука, искусство и бизнес привлечения, обустройства и развлечения людей, путешествующих ради удовольствия...» [7].

По мнению Чижикова В.М. методологическое обеспечение досуговой услуги базируется на повышенной эмоциональности молодежи, на большой подвижности нервных и физических процессов, на интеллектуальной восприимчивости, на стремлении ко всему новому и неизвестному. Проблема данного научного исследования связана с тем, что сфера организации современного молодежного туристского досуга при реализации туров мало изучена и практически не освещена в аспекте культурно-досуговых программ, мало разработанных методик. Все это снижает привлекательность данных туров для потребителей, или побуждает молодежь к самостоятельному формированию пакета услуг, что связано с риском. [6]

Современный молодежный досуг представляет собой широкий свободный выбор индивидом досуговых занятий. Петровская Ю.И., Запесоцкий

А.С., Зубкова Т.С., Тимошина Н.В. и другие представляют в своих работах молодежный досуг как процесс осуществления интереса человека, и он непосредственно связан с рекреацией, общением, саморазвитием и самореализацией в социуме. [3]

Молодежный туризм представляет вид отдыха, сочетающий спонтанную активность и спланированную деятельность предприятий туристической индустрии. В комплексном туристском обслуживании присутствует элемент культурно-досуговых услуг, правильная организация которых обязана упорядочить активность молодежи, способствовать оздоровлению, развлечению и воспитанию.

Проведенный в ходе исследования анализ позволил выявить особенности современных культурно-досуговых услуг:

- 1) Свобода выбора потребителем мероприятия;
- 2) Театрализация (сценарий);
- 3) Комплексный подход в организации. [1]

Наши исследования ориентированы на возраст потребителя – «молодежь», когда юноши и девушки превращаются в физически зрелых людей, со сформированным мировоззрением. В этом возрасте культурно-досуговые программы, вызывающие интерес, разнообразны – это КВНы, тематические вечера, дискотеки, театрализованные представления, ярмарки, фестивали, шоу, спортивные мероприятия [2], игры по типу телевизионных «Что? Где? Когда?» и «Угадай мелодию». Всех потребителей культурно-досуговой услуги условно можно разделить на две группы – одинокие и семейные. Статистика показывает, что путешествуют больше одинокие, успешные, образованные, воспитанные, стремящиеся к успеху. Они предпочитают активный отдых, предпочтительно за пределами страны или региона постоянного проживания. В последнее десятилетие современные молодые женщины преобладают в основном сегменте потребителя развлекательной услуги в молодежном туризме.

На туристских объектах при организации анимационных услуг для молодежи используют разнообразные формы досуговой деятельности. Проведенный опрос позволил в ходе исследования отобрать наиболее актуальные формы развлекательных культурно-досуговых мероприятий для молодежи в комплексе услуг туристической индустрии:

- уличное шествие, парад, карнавал;
- светский раут и банкет;
- церемонии;
- шоу-представления.

Для оценки качества данной услуги необходимо учитывать следующие характеристики:

- жанр,
- название,
- сценарный план, наличие в сценарии завязки, кульминации и развязки (речевой стиль, техника, свет, звук, место проведения, время, темп, ритм).

Таким образом, культурно-досуговая деятельность в туризме дает возможность самовыражения молодому человеку в свободное от учебы и работы время [4, 5]. Обобщая данные, проведенного исследования, резюмируем: молодежный туризм является одной из форм молодежного досуга. Культурно-досуговая услуга для молодого туриста направлена на удовлетворение потребности в общении, развлечении, активном и подвижном отдыхе. Следовательно, через повышение качества проведения молодежных спортивно-туристских развлекательных мероприятий и пропаганду здорового образа жизни, создание оптимальных условий путешествия, значительно возрастает интерес молодежи к организованным турам внутри страны. А культурно-досуговая деятельность становится качественной характеристикой туризма, развивает и приобщает к новым духовным потребностям, делает туризм культурным феноменом.

Литература:

1. Акимова, Л. А. Социология досуга. – Москва : МГУКИ, 2003. – 123 с.
2. Еремина, Е. А. Реализация направленного воздействия олимпийского наследия на процесс развития туристической России / Е. А. Еремина, И. В. Макрушина, В. А. Ильичева // Физическая культура и спорт. Олимпийское образование. – Краснодар : КГУФКСТ, 2020. – Часть 2. – С. 176–78.
3. Запесоцкий, А. С. Молодежь в современном мире: проблемы индивидуализации и социально-культурной интеграции. – Санкт-Петербург : СПбГУП, 1996. – 350 с.
4. Зубова, В. М. Специфика комплексного обслуживания в сфере организации молодежного досугового отдыха / В. М. Зубова, И. М. Кучеренко // Тезисы докладов XLVII научной конференции студентов и молодых ученых вузов ЮФО. – Краснодар : КГУФКСТ, 2020. – 59 с.
5. Немцова, В. О. Культурно-познавательный туризм как фактор патриотического воспитания молодежи / В. О. Немцова, А. А. Юрченко // Актуальные вопросы в сфере туризма: материалы заочной науч.-практ. конф. в рамках Координационного совета по развитию курортов и туризма в Южном федеральном округе. – Майкоп : АГУ, 2016. – С. 78–81.
6. Трегубов, Б. А. Свободное время молодежи: сущность, типология, управление / Б. А. Трегубов. – Санкт-Петербург, 1991.
7. Уокер, Дж.Р. Управление гостеприимством / Дж. Р. Уокер. – М.: ЮНИТИ, 2006. – 124 с.

УДК: 348.484(470.62)

АНАЛИЗ СОСТОЯНИЯ ЭКОЛОГИЧЕСКИХ МАРШРУТОВ ПРИРОДООХРАННЫХ ТЕРРИТОРИЙ КРАСНОДАРСКОГО КРАЯ

Кандидат экономических наук, доцент Е.Л. Заднепровская¹

Кандидат технических наук, доцент Т.А. Джум²

Обучающийся М.С. Белошапкин³

¹*Кафедра социально-культурного сервиса и туризма КГУФКСТ,*

²*Кафедра общественного питания и сервиса КубГТУ,*

³*Факультет сервиса и туризма КГУФКСТ*

*Контактная информация для переписки: 350015, Россия, г. Краснодар, ул. Буденного, 161,
e-mail: ele-zadnepr@yandex.ru*

350072, г. Краснодар, ул. Московская, 2, e-mail: tatalex7@mail.ru

Аннотация. Территориальные системы природопользования Краснодарского края имеют огромные возможности для развития экологического туризма. Несмотря на определенные успехи в создании экомаршрутов, сохраняются проблемы развития экологического туризма как эффективного инструмента развития природоохранных территорий Краснодарского края.

Ключевые слова: экологический туризм, экологические маршруты, экологические тропы, природоохранные территории, особо охраняемые природные территории.

Экологический туризм является одним из действенных инструментов повышения экономической эффективности особо охраняемых природных территорий Российской Федерации. Современное обустройство экологических маршрутов, в том числе, учитывающее инклюзивные особенности посетителей заповедников, способствует увеличению потока туристов различного возраста и физического состояния, формирует в обществе понимание важности сохранения природных заповедных территорий для будущего страны.

Возможности и особенности развития экологического туризма на особо охраняемых природных территориях (ООПТ) рассматривались такими специалистами как: Е.Л. Заднепровская, В.Г. Минченко, Е.В. Ползикова, Т.Н. Поддубная и др. [2, 3, 5, 6]. Однако, недостаточно изучены вопросы инфраструктурного обустройства экологического туризма, в частности, состояние экологических маршрутов и экологических троп на Кубани.

По данным Росзаповедцентра общая площадь ООПТ в Российской Федерации в 2021 году составляет 255,6 млн. га, в том числе 21,2 млн. га является морской акваторией. В таблице 1 представлены статистические

данные о количестве музеев, визит-центров, экотроп и маршрутов, расположенных на территориях заповедных фондов федерального значения.

Таблица 1

Количество музеев, визит-центров, экотроп и маршрутов в ООПТ федерального значения в 2019 г., ед. (данные Росстат)

Наименование объекта	в том числе на территории:		
	всего, ед.	национальных парков	государственных природных заповедников
Музеи	141	62	67
Визит-центры	297	137	154
Экотропы и маршруты	1773	988	509

Как видим, общее количество экотроп и маршрутов на ООПТ федерального значения в 2019 г. составило 1773 ед. (в 2018 г. – 1667 ед.), из них: водных маршрутов – 186 ед., конных – 77 ед., пеших – 1148 ед., прочих – 362 ед. Наибольшее количество маршрутов в 2019 г. было зафиксировано в национальных парках – 988 ед. Статистические данные Росстата также свидетельствуют о том, что экологический туризм пользуется все большим спросом у россиян.

По состоянию на 13 января 2021 года общее количество особо охраняемых природных территорий, расположенных в границах Краснодарского края, составляет 365 единиц (таблица 2), включая:

Таблица 2

Структура особо охраняемых природных территорий Краснодарского края (данные Росстат)

ООПТ федерального значения
Кавказский государственный природный биосферный заповедник им. Х.Г. Шапошникова
Государственный природный заповедник «Утриш»
Национальный парк «Сочинский национальный парк»
Государственный природный заказник «Приазовский»
Государственный природный заказник «Сочинский»
Дендрологический парк «Дендрарий»
Дендрологический парк «Южные культуры»
ООПТ регионального значения
Природные парки: «Природный орнитологический парк в Имеретинской низменности», «Анапская пересыпь», «Маркотх» (3 парка)
Государственные природные заказники: «Абраусский», «Агрыйский», «Анапский», «Белореченский», «Большой Утриш», «Горячеключевской», «Камышанова Поляна», «Красная горка», «Красный лес», «Крымский», «Лотос», «Ново-Березанский», «Псебайский», «Средне-Лабинский», «Запорожско-Таманский», «Тихорецкий», «Туапсинский», «Черногорье» (18 заказников)
Памятники природы (298 памятников)
Дендрологический парк «Зеленая роща» (1 парк)
Прибрежные природные комплексы: «Анапское Возморье», «Ясенская коса» (2 комплекса)
Природные рекреационные зоны: «Лесопарк Прикубанский», «Урочище Красный Кут», «Лесопарк Краснодарский», «Парк стадиона Кубань» (4 зоны)

ООПТ местного значения
Природная рекреационная зона (31 зона)
Природная достопримечательность (1 достопримечательность)

Отметим, что наибольшей популярностью в Краснодарском крае пользуется Кавказский государственный природный биосферный заповедник, в котором проложено 25 эколого-туристских маршрутов, пересекающих разнообразные лесные и высокогорные ландшафты. Перечислим основные маршруты:

– № 12 «Хаски в Лагонаках» (собачьи упряжки): короткая нитка маршрута – КПП Лагонаки-2 смотровая площадка (2 км); КПП Лагонаки – пер.Абадзешский (6км);

– № 15 «Красная Поляна – Медовеевка» (пеший, велосипедный): короткая нитка маршрута – Урочище Кулаковка – кругозор Ефремова – река Монашка – река Краснополянка (12км);

– № 24 «Бзерпинский карниз» (зимний): Урочище Медвежьи ворота – г. Табунная Южная - Бзерпинский карниз (8км);

– № 30 «К приюту Фишт через озеро Псенодах» (пеший): КПП Лагонаки – перевал Абадзешский – верховье реки Цице–приют Фишт – перевал Армянский – перевал Гузерипльский – КПП Лагонаки (42км).

– № 8 «Через перевал Аишха к Черному морю» (пеший): Кордон Черноречье – кордон Третья рота – кордон Умпырь – 30-й километр – устье реки Чистая – пер. Аишха – р. Пслушенок (52км) и др.

Также открыты 4 маршрута в заповеднике «Утриш»: «Савина Щель»; «Каньон»; «Морская экскурсия от полуострова Большой Утриш к водопаду Жемчужный»; «Береговая территория». В национальном парке «Сочинский национальный парк» открыто 12 туристских маршрутов (пешие, зимние, конные): «Маршрут снежный», «Безымянный ручей», «Пастушьи тропы», «Царство Колхиды», «Ах-Цу», «Монастырская тропа», «Маршрут Изумрудный», «Конный маршрут Калемера» и др. [1,4].

Однако, несмотря на успехи в создании маршрутов на территориях заповедного фонда края, сохраняются следующие проблемы, связанные с инфраструктурным обустройством и просвещением туристов:

– недостаточный уровень экологического просвещения туристов, местных жителей;

– не хватает мест отдыха для туристов с ограниченными физическими возможностями (отдельные скамейки или площадки часто отсутствуют), бивуаков, смотровых площадок и т.д.;

– слабое информационное обеспечение троп стендами, буклетами маршрутов.

Таким образом, решение проблем современного обустройства троп и маршрутов будет способствовать популяризации экологического туризма не только среди физически активных людей, но и среди людей с физическими ограничениями, пожилого возраста, семей с детьми.

Литература:

1. Заднепровская, Е. Л. Развитие экологического туризма на особо охраняемых природных территориях Краснодарского края: монография / Е. Л. Заднепровская, Е. В. Ползикова, В. Г. Минченко. – Краснодар : КГУФКСТ, 2018. – 107 с.
2. Заднепровская, Е. Л. Особенности интеграции экологического туризма в региональную экономику / Е. Л. Заднепровская, Т. Н. Поддубная, Т. А. Бондаренко // Управление стратегическим развитием основных сфер и отраслей народного хозяйства в условиях современных вызовов: материалы международной научно-практической конференции. – Донецк : ДАУГС, 2020. – С. 439–443.
3. Заднепровская, Е. Л. Развитие пешеходного и экологического туризма в Кавказском государственном природном биосферном заповеднике / Е. Л. Заднепровская, Е. В. Ползикова // Теория и практика олимпийского образования: традиции и инновации в спорте, туризме и социальной сфере: материалы IV Международной научно-практической конференции Олимпийской академии Юга. – Краснодар : КГУФКСТ, 2018. – С. 232–235.
4. Леонова, М. О. Возможности экологического тура выходного дня как средства рациональной организации свободного времени молодежи / М. О. Леонова, Т. Н. Поддубная // Воспитание как социокультурный феномен: материалы Международной научно-практической конференции, посвященной 80-летию АГУ, 75-й годовщине Победы в Великой Отечественной войне 1941-1945 годов. – Майкоп : Издательство «Магарин О.Г», 2020. – С. 177–182.
5. Леонова, М. О. Экологический туризм как средство организации досуга граждан пожилого возраста и инвалидов и цифровые средства его продвижения / М. О. Леонова, Т. Н. Поддубная // Молодежь науке – XI. Актуальные проблемы туризма, гостеприимства, общественного питания и технического сервиса: материалы Всероссийской молодежной научно-практической конференции. – Сочи : СГУ, 2020, – С. 262–267.
6. Литовченко, Ф. А. Развитие пешеходного туризма на примере Краснодарского края и Республики Адыгея / Ф. А. Литовченко, Е. В. Ползикова // Тезисы докладов XLV научной конференции студентов и молодых ученых вузов Южного федерального округа: материалы конференции. – Краснодар: КГУФКСТ, 2018. – С. 247–248.

УДК: 796.075

ВАЖНОСТЬ ПРОФЕССИОНАЛЬНЫХ И ЛИЧНЫХ КАЧЕСТВ СПОРТИВНОГО МЕНЕДЖЕРА ДЛЯ ЭФФЕКТИВНОГО УПРАВЛЕНИЯ СПОРТИВНОЙ ОРГАНИЗАЦИИ

Кандидат экономических наук, доцент М.Г. Коваленко

Кафедра управления в спорте и образовании

*Контактная информация для переписки: 350001, г. Краснодар, ул. Степная, 63,
e-mail: katrin0667@mail.ru*

Аннотация. В данной работе рассматривается управленческая деятельность в отрасли физическая культура и спорт и важность проявления спортивным менеджером профессионализма, личных качеств и знаний основ рыночных отношений для эффективного руководства спортивной организацией.

Ключевые слова: физическая культура и спорт, управленческая деятельность, спортивный менеджер, профессиональные качества, личные качества, спортивная организация.

Повышение социальной и экономической значимости физической культуры и спорта в нашей стране дает обоснованные предпосылки для создания законодательной основы, которая будет гарантировать гражданам возможность создания различных спортивных организаций и общественных объединений, федераций и клубов различной направленности и просто занятий физической культурой для поддержания здоровья и активного образа жизни [1].

Немаловажную роль, наряду с государственной поддержкой и законодательной базой, в активном развитии отрасли – физическая культура и спорт играет управленческий аспект. Для эффективного функционирования каждой отдельно взятой спортивной организации и всей спортивной отрасли кроме современных востребованных спортивных комплексов, и сооружений необходимы высококвалифицированные специалисты в области управления спортом [3].

Рассматривая управленческую деятельность в спорте можно сказать, что ее отдельные элементы присутствуют в трудовой деятельности очень многих категорий работников спортивной отрасли, начиная от тренеров, преподавателей физической культуры и инструкторов до руководителей спортивных организаций. Именно профессиональная управленческая деятельность и ее востребованность в новых экономических условиях создала условия для рождения спортивного менеджмента и его освоение как отдельного профиля в общем направлении физическая культура и спорт [5].

Для современной спортивной организации личность профессионального

управляющего уже приобретает новое значение и требует проявления не только профессиональных умений и навыков, но и личных качеств, которые помогут принимать эффективные управленческие решения для успешной деятельности спортивной организации.

Проявление профессионализма спортивного менеджера как правило просматривается в знании основ рыночных отношений, способности организовывать и проводить массовые физкультурные и спортивно-зрелищные мероприятия, умении разрабатывать оперативные планы деятельности, обеспечивать их реализацию в структурных подразделениях спортивной организации и вести профессиональную деятельность с учетом особенностей функционирования различных типов спортивных объектов [4].

И все-таки на наш взгляд говорить о профессионализме руководителя спортивной организации можно лишь тогда, когда кроме стандартных знаний и способностей, присущих спортивному менеджеру, руководитель умеет организовать работу коллектива таким образом, чтобы все сотрудники в комфортной трудовой атмосфере стремились к достижению организацией поставленных организацией целей.

По нашим наблюдениям наиболее эффективным методом организации деятельности трудового коллектива на сегодняшний день является использование мотивации и стимулирования сотрудников, причем как материальной, так и моральной. В трудовом коллективе должна быть создана благоприятная психологическая атмосфера, сотрудники должны иметь возможность высказать свою точку зрения и проявить свои профессиональные способности, а грамотный руководитель должен уметь выслушать каждого сотрудника и выбрать тот стиль управления, который наиболее приемлем для данного коллектива [2].

А для проявления профессиональных качеств и управления спортивной организацией на современном, качественном уровне спортивному менеджеру требуется постоянный процесс самомотивации и самообучения. На сегодняшний день невозможно управлять организацией только на основе полученных знаний, умений и навыков. Современный трудовой коллектив должен видеть руководителя с достаточной профессиональной квалификацией, владеющего основами технических, экономических, управленческих, педагогических знаний, и пониманием сущности общественных и политических преобразований в стране.

В управлении спортивной организацией как субъектом управления просматриваются последовательные, сменяющие друг друга стадии развития и управления, и эта, своего рода цикличность реализует все функции менеджмента в процессе планирования, организации, мотивации, контроля и координации, образуя организационный процесс.

В заключении можно сказать, что в процессе анализа теоретических основ и наблюдений за управленческой деятельностью в спортивных организациях мы видим основную и ключевую роль именно в личности и в группе качеств присущих спортивному менеджеру [7].

Для личных качеств спортивного менеджера незаменимыми в управленческой деятельности должны быть ответственность и принципиальность, а также честность, порядочность и объективность. А к профессиональным качествам стоит отнести коммуникабельность, работоспособность, умение рисковать и нести ответственность, а также стремление быть лидером [3].

И только при сочетании всех перечисленных качеств с правильно выбранным стилем управления руководитель спортивной организации может рассчитывать на эффективную работу коллектива и процветание организации.

Литература:

1. Галкин, В. В. Экономика и управление физической культурой и спортом : учебное пособие для вузов / В. В. Галкин. – Ростов н/Д : Феникс, 2006. – 448 с.
2. Жолдак, В. И. Менеджмент спорта и туризма / В. И. Жолдак, В. А. Квартальнов. – Москва : [Б.И.], 2001. – 224 с.
3. Зубарев, Ю. А. Менеджмент и экономика физической культуры и спорта. Методические рекомендации : учебное пособие / Ю. А. Зубарев, А. И. Шамардин. – Волгоград : ФГОУ ВПО «ВГАФК», 2007. – 121 с.
4. Мескон, М. Х. Основы менеджмента / М. Х. Мескон. – Москва : ИНФРА-М, 2002.
5. Настольная книга спортивного менеджера : справочное пособие / Под ред. М. И. Золотова, В. В. Кузина, М. Е. Кутепова, С. Г. Сейранова. – Москва : Физкультура, образование и наука, 1997. – 518 с.
6. Переверзин, И. И. Менеджмент спортивной организации : учебное пособие / И. И. Переверзин. – 3-е изд., перераб. и доп. – Москва : Физическая культура и спорт, 2006. – 464 с.
7. Уитмор, Дж. Coaching – новый стиль менеджмента и управления персоналом : практическое пособие / Дж. Уитмор. – Москва : Финансы и статистика, 2001. – 160 с.

УДК: 796.075

СОВРЕМЕННЫЕ КОНЦЕПЦИИ МЕНЕДЖМЕНТА СПОРТИВНОЙ ОРГАНИЗАЦИИ

Кандидат экономических наук, доцент М.Г. Коваленко

Кафедра управления в спорте и образовании

*Контактная информация для переписки: 350001, Россия, г. Краснодар, ул. Степная, 63,
e-mail: katrin0667@mail.ru*

Аннотация. В данной работе рассматриваются современные методы и концепции, используемые спортивными организациями в условиях рыночной экономики и их эффективность для грамотного построения бизнес-процессов.

Ключевые слова: спортивный менеджмент, рыночная экономика, спортивная организация, эффективное функционирование, концепция, руководитель, персонал.

В современной экономической ситуации возникает необходимость в теоретическом переосмыслении общей системы менеджмента, способствующей подъему и развитию отечественного спортивного бизнеса, обеспечению его конкурентоспособности, как на внутренних, так и на мировых рынках [1].

Эффективный спортивный менеджмент обеспечивает устойчивость спортивной организации, успешность ее функционирования в конкурентной среде, обеспечивает перспективы стратегического развития.

Экономические отношения в условиях рыночной экономики строятся на принципах классического рыночного механизма. Для рыночной системы хозяйствования характерна свобода всех хозяйствующих субъектов, их открытость к взаимодействию и стремление к максимизации прибыли. Условия рынка порождают конкурентную борьбу, требующую от субъектов отношений постоянного поиска новых идей и методов осуществления своей деятельности. Основой грамотного построения бизнес-процессов в организации любых организационно правовых форм является планирование, стратегическое развитие и профессиональное управление. Менеджменту сегодня уделяется особое внимание, так как он обеспечивает грамотное построение хозяйственной деятельности большинства субъектов хозяйствования [3].

Для эффективного функционирования современной спортивной организации на наш взгляд необходимы современные подходы и концепции в управлении. Рассмотрим некоторые наиболее часто встречающиеся в практической деятельности [7].

Концепция №1: Относитесь к бизнесу как к серии взаимоотношений.

Во многих организациях руководители видят деловой мир как поле битвы и поэтому создают конфликты между компаниями внутри рынка, между

отделами внутри компании, между группами внутри организации, между отдельными лицами в компании, группами и (по расширению) между покупателями и поставщиками.

Напротив, руководители, которые рассматривают бизнес как серию отношений (а не только союзы), как правило, сосредотачиваются на управлении сложностью взаимодействия различных организаций и людей, которые все пытаются достичь разных целей. Вместо того, чтобы пытаться заставить их сражаться с каким-то воображаемым врагом, руководители стараются объединить людей и организации, чтобы они работали для достижения общей цели.

В компаниях, где доминирует эта концепция, менеджеры, как правило, более склонны к сотрудничеству. Поскольку акцент делается на отношениях, люди с большей вероятностью будут общаться один на один [6].

Концепция № 2: Корпорация как сообщество.

Любые руководители склонны думать о своей организации как об огромной машине. Это естественным образом превращает сотрудников в безликие винтики, где никто не является незаменимым, и все можно заменить, как запасную часть. Считается, что индивидуальная инициатива, цели и желания полностью подчиняются требованиям корпоративной машины.

Менеджеры, которым нравится аналогия с машинами, склонны создавать жесткие команды с жесткими ролями и жесткими функциями. И менеджеры, и сотрудники приходят к убеждению, что перемены – это очень сложно, как если бы они переоборудовали сложную машину.

Такие менеджеры склонны считать себя «контролерами», задача которых – следить за тем, чтобы люди следовали правилам «системы». С сотрудниками обращаются бесчеловечно, в то время как организация централизует контроль наверху [6].

Концепция № 3: Менеджмент как должность.

Сегодня многие руководители думают о работе управления в вопросе контроля над поведением сотрудников. Несмотря на словесные заявления о «расширении прав и возможностей» и «лидерстве», основной упор руководства делается на то, чтобы сотрудники делали именно то, что руководство хочет от них.

При таких режимах сотрудники, которые не согласны с руководителем или отказываются что-то делать, считаются «непокорными» и, следовательно, опасными [5].

Концепция №4: Отношение к сотрудникам как к взрослым.

К сожалению, многие менеджеры думают о своих сотрудниках как о своенравных детях, которые слишком незрелы и глупы, чтобы наделить их реальными полномочиями, и которым просто нельзя доверять. И видно это в неявной вере, а также в явных правилах и постановлениях.

Сотрудники, подверженные такому патернализму руководства, всегда испытывают глубокое и стойкое негодование по отношению к руководству. По иронии судьбы, это напоминает менеджмент с пассивно-агрессивным

поведением, которое на самом деле указывает на довольно неэффективное воздействие [6].

Самое важное, что может сделать руководитель, – это отказаться от такого мышления и начать относиться к сотрудникам так, как если бы они были умными взрослыми. Когда менеджеры думают о своих сотрудниках как о взрослых и, следовательно, как о сверстниках, им легче отказаться от представления о том, что их работа – командовать сотрудниками. Менеджеры, которые видят сотрудников таким образом, склонны полагаться на них, когда дело доходит до области понимания или опыта сотрудника. Микроменеджмент становится практически невозможным [4].

И все-таки несмотря на возможное использование различных подходов и концепций в управлении спортивной организации на наш взгляд самым оптимальным вариантом будет интуитивное руководство, при котором грамотный и профессиональный управленец сможет подобрать и совместить такие методы, которые подходят для всего трудового коллектива и позволят спортивной организации эффективно функционировать.

Таким образом, в последние 20 лет происходят настолько сильные изменения, как в деятельности организаций, так и в подходах к менеджменту, что при осуществлении кадровой политики специалисты по персоналу должны проявлять все большую фантазию, идти на эксперименты и не бояться инноваций для того, чтобы решить возникающие у них задачи.

Литература:

1. Галкин, В. В. Экономика и управление физической культурой и спортом : Учебное пособие для вузов / В. В. Галкин. – Ростов н/Д : Феникс, 2006. – 448 с.
2. Золотов, М. И. Менеджмент в сфере физической культуры, спорта и рекреации / М. И. Золотов, Е. В. Кузьмичева. – Воронеж, 2010. – 252 с.
3. Котлер, Ф. Теория и практика физической культуры / Ф. Котлер, Ф. Маркетинг. – 2005. – 263 с.
4. Кузин, В. В. Менеджмент и экономика физической культуры и спорта / В. В. Кузин, М. Е. Кутепов. – Москва : Академия, 2001. – 432 с.
5. Кучин, Б. Л. Стратегические маркетинговые коммуникации / Б. Л. Кучин, С. П. Казаков, Н. Б. Землянская. – Москва : «Наука и образование», 2009.
6. Никифорова, Г. С. Практикум по психологии менеджмента и профессиональной деятельности : учебное пособие / Г. С. Никифоров, М. А. Дмитриева, В. М. Снеткова. – Санкт-Петербург : Речь, 2003. – 448 с.
7. Огарков, А. А. Управление организацией: учебник / А. А. Огарков. – Москва : Эксмо, 2006. – 512 с.

СТИЛИ РУКОВОДСТВА В СПОРТИВНОМ МЕНЕДЖМЕНТЕ

Кандидат экономических наук, доцент М.Г. Коваленко

Кафедра управления в спорте и образовании

*Контактная информация для переписки: 350001, Россия, г. Краснодар, ул. Степная, 63,
e-mail: katrin0667@mail.ru*

Аннотация. В данной статье представлены основные аспекты стилей руководства, используемых в управлении физкультурно-спортивными организациями, представлена характеристика руководителей, использующих тот или иной стиль в управлении коллективом физкультурно-спортивной организации.

Ключевые слова: руководитель, стили руководства, авторитарный стиль, демократический стиль, либеральный стиль, руководитель, менеджер, трудовой коллектив.

В управленческой деятельности, в том числе в сфере управления в отрасли физической культуры и спорта, очень многое зависит от харизмы управляющего. Для выработки собственного стиля управления менеджеру недостаточно получить знания, умения и навыки в процессе обучения.

Стиль руководства – это набор методов, с помощью которых управленец осуществляет руководство коллективом. При помощи эффективного способа руководства можно достигнуть высокой продуктивности подчиненных. При этом идеального стиля руководства не существует. У каждого стиля есть свои положительные и отрицательные стороны. Причем как положительные, так и отрицательные аспекты руководства могут привести к негативным последствиям. Например, отсутствие системы штрафов в спортивной организации может привести к учащению прогулов и опозданий сотрудников, а более жесткое руководство может стать причиной текучести кадров [1].

При авторитарном способе руководства организация работы коллектива происходит без участия сотрудников. Руководители, выбирающие авторитарный стиль, обладают низким уровнем профессиональной подготовки. Зачастую это неуверенные в себе люди, не умеющие выстраивать систему коммуникаций, отказывающиеся слушать чужое мнение. Данные личностные характеристики противоречат требованиям, предъявляемым к авторитарному стилю управления, таким как самодисциплина, высокая ответственность, прозорливость, умение принимать правильные решения, способность быть напористым. На деле у большинства авторитарных руководителей низкая степень ответственности – за неправильно принятое ими решение обычно наказываются подчиненный [4].

Авторитарный стиль руководства предполагает наличие излишней концентрации власти – даже по самым незначительным вопросам жизнедеятельности организации руководитель принимает самостоятельное решение и не может поручить данную работу подчиненным. Также одной из

особенностей данного стиля руководства является отсутствие заинтересованности управленца во мнении подчиненных, желание беспрекословного выполнения сотрудниками приказов, агрессивное регулирование действий коллектива. Совещания, собрания коллектива проводятся лишь с целью «раздачи» приказов и носят формальный характер с точки зрения учета мнения собравшихся [2].

Руководитель, использующий авторитарный стиль управления, не принимает критику в свой адрес, отрицает свои ошибки. В тоже время он постоянно подвергает критике любую инициативу подчиненных, считая, что выговор – это наилучшее средство влияния на коллектив, позволяющее достичь наилучших результатов с точки зрения эффективности работы сотрудников.

Демократический стиль менеджмента выбирают управленцы, которые руководствуются в своей работе такими понятиями, как уважение к личности, доверие, учет пожеланий и мнений, помощь и участие во всех аспектах жизнедеятельности сотрудника [3].

Консультативный вид предполагает, что управленец в большей мере полагается на сотрудников, советуется с ними, старается внедрить в деятельность организации наилучшие идеи, предложенные коллективом.

При партисипативном виде управления руководитель во всех делах полагается на сотрудников, постоянно прислушивается к их мнению, организует массовый обмен информацией, привлекает работников к формированию стратегии развития спортивной организации, в том числе формулировке ее целей, и наблюдает за реализацией совместно принятых решений. При этом вся ответственность лежит не на сотруднике, предложившем ту или иную идею, а на руководителе [3].

Руководитель, использующий демократический стиль управления, дает сотрудникам самостоятельность в рамках осуществления ими своих обязанностей, вовлекает работников в процесс постановки целей, формирования рейтинга трудовой деятельности и конструирования необходимых для выполнения работы условий. Демократический стиль руководства предполагает уважительные отношения руководителя к подчиненным, честную и понятную оценку их трудовой деятельности, выстраивание системы вознаграждений за активность и творческую инициативу персонала, заботу об уровне компетентности работников и постоянное ее повышение.

Управленец, использующий демократический стиль руководства, берет на себя решение наиболее трудных и ключевых для спортивной организации вопросов, позволяя подчиненным самостоятельно решать более незначительные, рутинные проблемы.

Руководитель демократического стиля всегда подробно информирует коллектив о положении дел в спортивной организации и советуется в вопросах будущего ее развития [2].

Данный стиль руководства способствует мобилизации сотрудников, повышает их мотивацию, развивает у работников чувство уважения к руководителю, что повышает ответственность за индивидуальные результаты.

Низкие показатели эффективности работы зачастую демонстрируют менеджеры, использующие либеральный стиль руководства. Чаще всего, работники такого руководителя не воспринимают и не исполняют должным образом его поручения, так как контроль их деятельности практически отсутствует. В результате спортивная организация демонстрирует плохие показатели работы. Управленец, как правило, не проявляет инициативу, не совершенствуется сам и не способствует развитию коллектива.

Либеральный стиль руководства характеризуется бездействием и постоянным ожиданием указаний сверху, со стороны подчиненных – неготовностью брать на себя ответственность за распоряжения и последствия принятых решений, предосторожностью в работе, сомнениями в собственной компетентности и в своем положении со стороны руководителя, непоследовательностью в работе. Руководитель с легкостью попадает под влияние подчиненных, подвержен поддаваться ситуациям и мириться с ними, по отношению к сотрудникам уважителен и добродушен, содействует в решении проблем, однако больше полагается на самостоятельное их разрешение [4].

Управленец либерального стиля спокойно реагирует на критику, но в основном оказывается не в состоянии осуществить предложенные ему хорошие идеи. Сотрудники, владея широким простором действий, самостоятельно определяют цели и подбирают способы их решений. В конечном итоге перспективы исполнения работы находятся в значительной зависимости от компетентности и мотивации самих сотрудников [5].

Подводя итог следует отметить, что тот или иной стиль руководства имеет свои особенности и зависит от ситуации, в которой на данный момент находится спортивная организация. Так, авторитарный стиль может быть использован в случае наступления кризисной ситуации в спортивной организации, когда необходимо принимать жесткие решения и осуществлять более пристальный контроль за деятельностью коллектива. Демократический стиль необходим в том случае, когда трудовой коллектив находится на высоком уровне развития, когда существует сформировавшийся темп работы и адекватная система контроля. Либеральный стиль нужен только тогда, когда трудовой коллектив достиг в своем развитии того уровня, когда может эффективно работать на основах самоуправления.

Литература:

1. Адизес, И. Развитие лидеров: Как понять свой стиль управления и эффективно общаться с носителями иных стилей. – Москва : Альпина Бизнес Букс, 2008. – 143 с.
2. Алексеев, С. В. Спортивный менеджмент. Регулирование организации и проведения физкультурных и спортивных мероприятий : учеб. / С. В. Алексеев; под ред. П. В. Крашенинникова. – Москва : ЮНИТИ-ДАНА : Закон и право, 2016. – 688 с.
3. Бураканова, Г. Стиль руководителя и эффективность управления // Проблемы теории и практики управления. – 2003. – №4. – С. 112–117.

4. Виноградова, Е. Стиль руководства // Справочник руководителя учреждения культуры. – 2004. – № 8. – С. 58–59.
5. Климович, Л. К. Основы менеджмента : учебник [12+] / Л. К. Климович. – 2-е изд., стер. – Минск : РИПО, 2015. – 279 с.

ВЛИЯНИЕ КРУПНЫХ СПОРТИВНЫХ МЕРОПРИЯТИЙ НА БРЕНДИНГ ТЕРРИТОРИЙ РОССИИ

Кандидат педагогических наук, доцент Д.А. Кружков
Обучающаяся А.С. Косорукова

Кафедра социально-культурного сервиса и туризма

*Контактная информация для переписки: 350015, Россия, г. Краснодар, ул. Буденного, 161,
e-mail: kgafk@mail.ru*

Аннотация. В данной работе исследуется роль спортивных мероприятий и спортивной политики региональных и национальных масштабов на брендинг территорий России, повышение имиджа и привлекательности городов на международной арене и россиян. Дается определение территориальному бренду, рассматриваются цели его создания, этапы разработки и влияние на престиж территории. Анализируются крупные спортивные мероприятия, проведенные на территории России, дается оценка возможностям, которые открываются городам, принимающим у себя крупные спортивные мероприятия.

Ключевые слова: бренд, территориальный брендинг, спортивно-событийный маркетинг, Олимпийские игры, спортивные соревнования.

Процесс глобализации, протекающий в мире, затрагивает все сферы жизни общества – в том числе – международные спортивные события. Они не только дают возможность лучшим спортсменам со всего мира соревноваться между собой и устанавливать рекорды, но и оказывают огромное влияние на укрепление дружественных отношений между государствами. Места проведения Олимпийских игр, чемпионатов мира становятся знаковыми местами в жизни страны и в сознании людей со всего мира.

Бренд в современном мире имеет особое значение в развитии любой организации, от предприятия до государства. Если грамотный маркетинг продукта сопровождается высокими показателями продаж, то маркетинг территории ведет к росту популярности туристской зоны у туристов. Помимо этого, развивается экономика территории, инфраструктура – строятся новые трассы, средства размещения, растет уровень сервиса, и социальная сфера – улучшается качество жизни местного населения, появляются новые рабочие места.

При комплексном проектном подходе территориальный брендинг стимулирует развитие туристской территории, выступает в роли метода территориального маркетинга.

В современной научной российской литературе термин «территориальный бренд» приобрел множество определений, в том числе стал смешением таких понятий как национальный, региональный, городской бренды. Стоит отметить, что дать единое целостное определение понятию «территориальный бренд» сложно. Это, в основном, связано с тем, что бренд территории имеет множество аспектов, является сложным явлением, инструменты которого могут конфликтовать между собой в зависимости от цели брендинга территории и типа этой территории.

Концепция брендинга территории как сформировавшееся направление маркетинговой деятельности существует в науке относительно недавно, начиная с 2000-х годов. В 2002 году британский политолог С. Анхольт начал применять термин «брендинг мест» в журнале «Брендинг мест и публичная дипломатия» (в оригинале «Place Branding and Public Diplomacy»).

Спортивные события, особенно международного уровня, способствуют постепенному наращиванию публичного капитала территории. Так же стоит иметь в виду, что в каждой стране существует своя система организации спортивного движения и своя политика в отношении популяризации спорта в стране, а также уровень приоритетности, который присваивает государство этому вопросу.

Помимо очевидных материальных выгод от проведения соревнований мирового масштаба – Олимпийской игры, Чемпионаты мира, Формула-1 – существуют и нематериальные. Например, местные жители благодаря этому испытывают большое чувство гордости и единения. Проводя из года в год мероприятия по одному виду спорта, можно совершенствоваться. Например, Ханты-Мансийск, активно развивающий биатлон, воспринимается многими главным биатлонным центром страны. Универсиада 2013 года в Казани помогла создать имидж гостеприимного города, а также повысить его престижность в индустрии туризма и гостеприимства. В результате была проведена реновация города, повышение уровня жизни населения и развитие спортивных объектов, улучшение уровня сервиса.

Мы рассмотрим три основных инструмента для формирования привлекательного имиджа спортивных соревнований на примере Олимпиады в Сочи: позиционирование, визуальные символы, события и действия. Слоган Олимпиады звучал так: «Жаркие. Зимние. Твои». В данном слогане гармонично сочетаются соревновательный дух, указание на место проведения, время года, сокращение расстояний и чувство сопричастности. Стоит отметить, что на имидж Олимпиады в Сочи оказал значительное влияние имидж лидера – Владимира Путина. Ведь зарубежные страны редко демонстрируют причастность первых лиц государства к подобным мегапроектам.

В результате нашего исследования можно сделать следующие выводы: проведение спортивных мероприятий и развитая и активная политика по популяризации спорта в регионах – один из значимых аспектов при разработке геобрендинга в России. В условиях, которые создал вирус COVID-19, многие граждане России переориентировались на отдых на отечественных курортах и посещение российских крупных городов. Это отличная возможность для удаленных регионов России продвигать себя, используя инструменты маркетинга территорий и опираясь на спортивную составляющую.

Литература:

1. Ароянц, А. А. Информирование как инструмент развития туризма / А. А. Ароянц // Устойчивое развитие курортных территорий: туризм, рекреационный комплекс, инфраструктурное обеспечение. – Краснодар, 2016. – С. 95–97.
2. Макрушина, И. В. Перспективы использования объектов олимпийского наследия Краснодарского края / И. В. Макрушина, Е. А. Еремина // Теория и практика олимпийского образования: традиции и инновации в спорте, туризме и социальной сфере. – Краснодар, 2020. – С. 155–158.

УДК: 371.322.5

ВОЛОНТЕРСКАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ КАК ФЕНОМЕН МЕЖКУЛЬТУРНОЙ КОММУНИКАЦИИ

**Кандидат педагогических наук, доцент Д.А. Кружков
Магистрант Д.А. Осина**

Кафедра социально-культурного сервиса и туризма

*Контактная информация для переписки: 350015, Россия, г. Краснодар, ул. Буденного, 161,
e-mail: kgafk@mail.ru*

Аннотация. Данная тема исследования является актуальной в настоящее время в связи с высоким уровнем роста популярности волонтерской деятельности и все более интенсивным ее распространением среди молодого поколения, как на национальном, так и на международном уровне, что делает возможным и необходимым реализацию процесса межкультурной коммуникации.

Ключевые слова: межкультурная коммуникация, волонтерская деятельность, событийное волонтерство.

В современном обществе процесс взаимодействия представителей различных культур играет значительную роль для предоставления возможности формирования и развития данных культур в целом и их отдельных составляющих. Большое количество специалистов из разных научных областей занимаются вопросом межкультурной коммуникации, такие как психологи, культурологи, филологи. Для того, чтобы прийти к пониманию того, каким образом волонтерская деятельность может являться источником формирования и протекания процесса межкультурной коммуникации, необходимо понимать, что представляют собой два этих ключевых понятия.

Итак, межкультурная коммуникация – это взаимное понимание между двумя и более участниками процесса коммуникации, являющимися представителями различных национальных культур. Межкультурная коммуникация является синтезом таких понятий как «культура» и «коммуникация». Стоит отметить, что в ходе и в результате процесса межкультурной коммуникации его участники оказывают взаимное влияние друг на друга. Межкультурное взаимодействие являет своей сущностью сигналы, которые передаются в ходе осуществления процесса общения: слова, телодвижения, мимика, движение глаз. Особенности понятия межкультурная коммуникация заключаются в том, что при осуществлении коммуникационного процесса между представителями различных культур, каждый из них, как правило, действует с учетом правил и традиций, присущих его этносу или нации [1].

Волонтерская деятельность – это обширная вариация осуществления различных видов общественной деятельности, в том числе общепринятые формы взаимной помощи, законное предоставление услуг и другие возможные формы проявления гражданской активности, которые осуществляются на добровольной основе во благо общественности, без расчета на получение денежного вознаграждения за осуществляемую деятельность [2].

После того, как были даны дефиниции для двух основных интересующих нас понятий, можно перейти к вопросу о том, как же волонтерская деятельность

может представлять собой единицу, которая может формировать и способствовать развитию межкультурной коммуникации.

В данном случае, как объект исследования, можно рассмотреть конкретное направление волонтерской деятельности, такое как – событийное волонтерство.

Событийное волонтерство – вид волонтерской деятельности, который связан с оказанием помощи в процессе организации и проведения разнообразных единичных или периодически повторяющихся событий. Такие события могут иметь национальный или международный масштаб.

В рамках настоящей статьи одним из важных и наиболее значимых компонентов являются события, проводимые на международном уровне и выступающие в качестве посредника для возможных путей реализации межкультурной коммуникации. Примерами таких событий могут выступать крупные спортивные мероприятия, такие как чемпионат мира по футболу или чемпионат мира по хоккею, Олимпийские и Параолимпийские игры и прочие мероприятия, представляющие собой крупное событие.

Как пример крупного спортивного мероприятия с вовлечением большого количества волонтеров в процесс организации и проведения, стоит рассмотреть XXII зимние Олимпийские игры 2014, прошедшие в г. Сочи. Во время данного крупного не только спортивного, но также и культурного значимого события было задействовано свыше 25 тысяч волонтеров из 66 стран мира. [2]

После успешного проведения Олимпийских игр, Россия стала местом проведения не менее важного в мировом сообществе спортивного мероприятия – чемпионата мира по футболу 2018 года. Во время проведения мундиала было задействовано свыше 35 тысяч волонтеров, из них 7% составили иностранные граждане из 112 стран мира.

Также такими значительными, с точки зрения осуществления межкультурной коммуникации, могут быть международные молодежные фестивали, такие как, например, XIX Всемирный фестиваль молодежи и студентов. Данное событие собрало более чем 5 тысяч волонтеров из 67 стран мира (г. Сочи, 2017 г.). При этом интерес людей, которые занимаются волонтерской деятельностью в большей степени направлен на участие в крупных спортивных соревнованиях, имеющих мировое значение.

В заключении, на основе вышеизложенной информации необходимо отметить, что волонтерская деятельность представляет собой прямую возможность реализации процесса межкультурной коммуникации и способствует установлению и укреплению интернациональных связей по всему миру.

Литература:

1. Арьянц, А. А. Социальный оптимизм как фундамент развития волонтерства в детско-юношеской среде / А. А. Арьянц // Теория и практика олимпийского образования: традиции и инновации в спорте, туризме и социальной сфере. – Краснодар, 2019. – С. 9–11.
2. Макрушина, И. В. Перспективы использования объектов олимпийского наследия Краснодарского края / И. В. Макрушина, Е. А. Еремина // Теория и практика олимпийского образования: традиции и инновации в спорте, туризме и социальной сфере. – Краснодар, 2020. – С. 155–158.

УДК: 378.14

КОММУНИКАЦИЯ И ПРАКТИКО-ОРИЕНТИРОВАННОСТЬ В ПРОЦЕССЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ В СФЕРЕ ТУРИЗМА И ГОСТЕПРИИМСТВА

Кандидат географических наук, доцент И.М. Кучеренко

Кандидат географических наук, доцент А.А. Юрченко

Кафедра социально-культурного сервиса и туризма

*Контактная информация для переписки: 350015, Россия, г. Краснодар, ул. Буденного, 161,
e-mail: trk2008@inbox.ru*

Аннотация. Актуальность коммуникации и практико-ориентированности в процессе образовательной деятельности обучающихся в сфере туризма и гостеприимства продиктовано изменением общей концепции образования, что является мощным стимулом для разработки и применения инновационных образовательных технологий.

Ключевые слова: кейс-метод, квест, мозговой штурм, web-квест, экскурсионные квесты, инновации, технологии, методика, моделирование, проект, компетенции.

Концепция образования в пользу практико-ориентированных методик является мощным стимулом для разработки и применения в образовательном процессе интерактивных инструментов и инновационных технологий по дисциплинам профессионального цикла в индустрии туризма и гостеприимства. Направленность государственной политики нацелена на практико-ориентированность, коммуникативность обучающихся, владеющих как профессиональными, так и личностными компетенциями, что ориентирует преподавателя прежде всего на выбор нестандартных технологий проведения как аудиторных, так и внеучебных занятий. Для направления подготовки 43.03.02 Туризм получение навыков разработки и принятия управленческого решения с учетом факторов внешней среды наиболее актуально, так как туристские предприятия, как правило, имеют небольшой коллектив с четко очерченными функциями и линейную, либо линейно-функциональную организационно-управленческую структуру. С одной стороны, руководитель самостоятельно разрабатывает стратегию и принимает решение, с другой – исключает в управлении консолидированную поддержку коллектива. Таким образом, задача преподавателя – научить обучающихся анализировать бизнес-процессы, сравнивать сильные и слабые стороны деятельности турпредприятия и принимать решения на этапе возникновения практической ситуации в процессе работы менеджера [3].

Разработку и описание конкретной рабочей ситуации, принятой в качестве тренажера, можно представить с помощью дискуссии, которая является одной из наиболее эффективных технологий группового взаимодействия в обучении. Метод-дискуссия может использоваться в образовательном процессе для организации как мыслительной, так и

исследовательской деятельности. Данный метод позволяет обучающимся формировать авторский подход к решению проблемы и весьма удачно используется как интерактивная форма обучения. Применение таких методов в обучении, как анализ ситуационных задач, метода синектики, относят к нестандартным технологиям учебно-образовательной деятельности. Методика изобретательского творчества – синектика, основана на интеллектуальной социально-психологической мотивации коллективной деятельности, основоположником которой принято считать У. Дж. Гордона. Данная методика относится к эвристическим методам и базируется на основе метода мозгового штурма. В процессе дискуссии обучающемуся предоставляется возможность систематизировать информацию, полученную от собеседников, продемонстрировать навыки овладения компетенциями, проверить теоретический багаж знаний, отстаивать свои убеждения в процессе совместного решения учебных и профессиональных задач. Следовательно, одной из развивающих функций дискуссии является стимулирование творчества обучающихся, развитие их способности к анализу и аргументированию, логическому изложению идей, активизация коммуникативной деятельности. Какой тип дискуссии выбрать преподавателю зависит от характера обсуждаемой проблемы, цели и этапов проведения дискуссии. На первом этапе введения в дискуссию происходит формулирование проблемы, выбор цели, мотивации, проговариваются основные направления организации мероприятия. Приемы введения в дискуссию происходят в формате ролевого разбора проблемной ситуации с учетом альтернативного выбора. На следующем этапе происходит обоснование проблемы и формирование бизнес-портфеля руководителя проекта. На данном этапе на первый план выходит навык модератора управлять аудиторией. Организаторские способности и освоенные компетенции помогут активизировать работу в коллективе и не отступать от заданной тематики. Принятие коллективного решения происходит на заключительном этапе, в рамках которого будут сделаны выводы и разработаны рекомендации для практического использования. Современные образовательные стандарты предлагают новые форматы образовательной деятельности. Существуют несколько вариантов организации групповой дискуссии не только как технологии обучения, но и организации креативной работы коллектива. Многообразие целевой аудитории и направленности формирует широкий спектр различных видов дискуссий.

Дискуссия – круглый стол направлена на обсуждение актуальной тематики, требующей комплексного анализа. Для проведения конструктивного диалога обучающиеся прежде всего должны собрать полную информацию и разработать направления развития практической ситуации. Дебаты – разновидность дискуссии-спора, которая позволяет преподавателю научить обучающихся аргументировано отстаивать свои позиции и решать задачи по преодолению трудностей по актуальным вопросам в соответствии с заданной тематикой. Ролевой характер такой дискуссии позволяет имитировать разные

варианты рабочих ситуаций в сфере туризма и гостеприимства. В результате проведенных дебатов проводится коллективный анализ результатов дискуссии.

Дискуссия – эстафета направлена на организацию обсуждения возникающих задач, требующих конструктивного решения в процессе рассмотрения различных подходов.

Дискуссия – аквариум дает возможность научить будущих специалистов туриндустрии дискутировать над противоречивыми вопросами и формировать правильную профессиональную позицию. Крайне важен момент подведения итогов – систематизация выводов и разработка практически значимых рекомендаций.

Максимальная активность и погружение каждого участника в обсуждение проблемы, может быть достигнута путем группового поэтапного исследования таковой, в процессе использования в образовательном пространстве дискуссии-вертушка, позволяющей развить организаторские и коммуникативные способности у обучающихся [4].

Несомненно перспективным, при целенаправленном применении в цикле профессиональных дисциплин практической подготовки специалистов любого звена в туризме, является кейс-метод. Наиболее высокий уровень эффективности применения кейс-метода был представлен в рамках исследовательской работы. В форме кейса можно рассматривать проблемные задачи различного характера: учебно-образовательного содержания и более высокого исследовательского уровня. В настоящий момент применение кейс-метода при подготовке обучающихся имеет ряд специфических проблем, требующих их незамедлительного решения – узкий функционал специалистов и достаточно новое направление, как следствие недостаток методических разработок по практическим ситуациям; профессиональное образование по направлению 43.03.02 Туризм проходит этап реформирования, в связи с чем меняются профессиональные стандарты подготовки обучающихся, а вместе с ними учебные планы и программы дисциплин, осваиваемые компетенции, что не дает возможности проследить динамику усвоения напрямую зависящую от внедрения инновационных технологий; централизация головных офисов туристских операторов в крупных агломерациях затрудняет ознакомление обучающихся с технологиями профессиональной направленности в регионах. В период прохождения производственной практики в результате ограничения временных рамок сотрудников и интенсивной трудовой загруженностью в период высокого сезона для занятий наставничеством просто не остается времени. Поэтому проектирование и отработка кейсов на практических занятиях является верным направлением в проведение практических занятий. Следует помнить и о том, что процесс разработки материалов кейса является весьма трудоемким и информационно-насыщенным, преподаватель должен применить аналитический подход на всех этапах от разработки до внедрения в образовательный процесс. Заинтересованность преподавателей в применении кейс-методов очевидна в силу повышенного интереса и высокой результативности среди обучающихся.

Синергию креативности и реальности можно наблюдать в процессе применения в учебной практико-ориентированной деятельности квест-метода. В туризме наиболее привлекательными формами квеста являются: web-квест; экскурсионные квесты (маршрутные квесты) [2]. Сценарий квеста включает несколько заданий, различных по уровню сложности, разработанных специально для проведения квест-путешествия. Задания квест-тура должно эмоционально заряжать и информационно насыщать туристов. Поэтому менеджер в процессе проектирования такого тура должен владеть дизайнерскими навыками, ознакомиться с особенностями местности, изучить национальные традиции, культуру, архитектуру, историю туристской дестинации. Необходимо научить обучающихся разрабатывать паспорт маршрута, технологическую карту, в которых будут указаны объекты показа и места, где турист сможет получить информацию по дальнейшему продвижению на маршруте. Квест может носить соревновательный характер и проходить как в условиях похода, городского экскурсионного тура, так и в качестве анимационно-досуговых мероприятий в кемпинге, турбазе с учетом ожиданий и спроса участников группы[1].

Сочетание разнообразных видов практико-ориентированных технологий в образовательном процессе позволит сделать обучение активным, приближенным к практическим ситуациям и позволит в полной мере овладеть компетенциями и навыками в рамках профессиональной деятельности.

Литература:

1. Боголюбов, В. С. Туристско-рекреационное проектирование. Оценка инвестиций : учебник и практикум для академического бакалавриата / В. С. Боголюбов, С. А. Быстров, С. А. Боголюбова. – 2-е изд., испр. и доп. – Москва : Издательство Юрайт, 2019. – 256 с. – (Университеты России). – ISBN 978-5-534-06549-7.
2. Поташева, Г. А. Управление проектами : учебное пособие / Г. А. Поташева. – 1. – Москва : ООО «Научно-издательский центр ИНФРА-М», 2016. – 208 с. – ISBN 978-5-16-010873-5 (электронный ресурс – ЭБС «Инфра-М»).
3. Удалова, И. Б. Менеджмент в туристской индустрии : учебное пособие / И. Б. Удалова, Н. М. Удалова, Е. А. Машинская. – Москва : Издательско-торговая корпорация «Дашков и К°», 2016. – 255, [1] с.: табл. – (Учебные издания для бакалавров). – Библиогр.: 255 с. (12 назв.). – ISBN 978-5-394-02243-2.
4. Кучеренко, И. М. Туристско-рекреационное проектирование: практикум по организации аудиторной и самостоятельной работы обучающихся: учебное пособие / И. М. Кучеренко, Е. А. Еремина, О. В. Шпырня – Краснодар : КГУФКСТ, 2020. – 69 с.

**ФОРМИРОВАНИЕ УНИВЕРСАЛЬНЫХ КОМПЕТЕНЦИЙ
ДИСЦИПЛИНЫ «ОРГАНИЗАЦИЯ ДОБРОВОЛЬЧЕСКОЙ
(ВОЛОНТЕРСКОЙ) ДЕЯТЕЛЬНОСТИ И ВЗАИМОДЕЙСТВИЕ
С СОЦИАЛЬНО ОРИЕНТИРОВАННЫМИ НКО» В КГУФКСТ**

Кандидат педагогических наук, доцент И.В. Макрушина

Кандидат педагогических наук, доцент Е.А. Еремина

Кандидат педагогических наук, доцент Е.В. Ползикова

Кафедра социально-культурного сервиса и туризма

*Контактная информация для переписки: 350015, Россия, г. Краснодар, ул. Буденного, 161,
e-mail: makrinna@yandex.ru*

Аннотация. Статья раскрывает возможности дисциплины «Организация добровольческой (волонтерской) деятельности и взаимодействие с социально ориентированными НКО» в процессе подготовки бакалавров и магистров. Содержит описание планируемых результатов обучения по дисциплине, показателей и критериев оценки сформированности универсальной компетенции и форм контроля.

Ключевые слова: бакалавры, магистры, подготовка волонтеров, универсальная компетенция, планируемые результаты обучения по дисциплине.

В условиях перехода на Федеральные государственные образовательные стандарты высшего образования 3++ становится актуальной проблема формирования универсальных компетенций. Произошедшие изменения касаются уровня подготовки бакалавров и магистров, согласования образовательных и профессиональных стандартов, целей обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности, повышения компетентности специалистов [4].

Компетенция – это набор знаний, навыков и умений, необходимых для успешного выполнения рабочей роли. Это помогает определить, как выглядит успех и проясняет ожидания. Модель или структура компетенций организует компетенции по категориям. Это обеспечивает архитектуру для управления и представления групп компетенций и подробности. Модели компетенций можно организовать вокруг отрасли или профессии; вокруг отделов или работы группы и др.; и они могут быть структурированы, чтобы выделить приоритеты и цели организации. Модель компетенций определяется потребностями кооператива, а также является движущей силой изменения и постоянное совершенствование. И отдельные лица, и организация в целом могут использовать компетенции для оценки их возможностей, гарантируя, что каждый из них обладает правильным сочетанием знаний и навыков и опытом [5].

Компетентность рассматривается как готовность личности к эффективной деятельности в определенной сфере, основанную на способностях и на приобретенных знаниях и опыте. Компетентность обусловлена уровнем сформированности и характером взаимодействия составляющих ее содержание компетенций. К существенным признакам ключевых компетенций относятся: универсальность, целостность, надпредметность, междисциплинарность,

общефункциональность по отношению к разным видам социальной активности личности в различных ситуациях. Участие в волонтерской деятельности приводит к повышению социальной активности обучающихся, что способствует формированию универсальной компетенции [1, 2, 3].

Учебным планом на направлениях подготовки бакалавриата и магистратуры на базе ФГБОУ ВО «Кубанский государственный университет физической культуры, спорта и туризма» предусмотрено изучение дисциплины «Организация добровольческой (волонтерской) деятельности и взаимодействие с социально-ориентированными НКО», формирование универсальной компетенции (УК-3 – способен осуществлять социальное взаимодействие и реализовывать свою роль в команде).

Современное состояние общества в условиях пандемии подчеркивает необходимость в добровольцах-волонтерах, способных работать в команде и имеющим лидерские качества. Навыки работы в команде и лидерские качества необходимы волонтерам-организаторам, чтобы они могли разделять ответственность при взаимодействии с волонтерами и группами населения. А волонтерам, членам волонтерских отрядов – для максимального раскрытия своего потенциала. Для удовлетворения потребности общества в специально подготовленных волонтерах и был введен в образовательные программы курс «Организация добровольческой (волонтерской) деятельности и взаимодействие с социально ориентированными НКО».

Обучение навыкам работы в команде дает возможности совершенствования таких личностных навыков как построение отношения, гармоничного взаимодействия с окружающими, разрешения конфликтных ситуаций, понимания и принятия разнообразия, навыков фалиситации. Навыки работы в группе часто являются расширением прав и возможностей, а также состоянием безопасности, которые необходимы добровольцам, чтобы полностью быть вовлеченными и продуктивными при осуществлении своих функций, в отличие от робкого ощущения себя одиночкой, который боится неумышленно нанести вред. Не менее важно понимание обучающимися реальной ценности своей добровольной работы для общества, окружающей среды, но также и для самих себя; что они получают достаточное признание; что у них есть свобода самостоятельно организовывать свою волонтерскую работу; и что они пользуются поддержкой, преподавательского состава в отношении их волонтерской работы. Каждый волонтер должен знать и понимать свою роль в команде, и еще не менее важно с кем и с какой целью он будет работать.

С этой целью материал учебной дисциплины ориентирован на решение практических задач, связанных с их значимостью и продиктован положениями перечня поручений Президента Российской Федерации в части утверждения плана реализации Концепции развития добровольчества (волонтерства) в Российской Федерации до 2025 года. Данная дисциплина относится к факультативным дисциплинам, формируемой участниками образовательных отношений. Дисциплина может реализовываться частично с применением дистанционных образовательных технологий в электронной информационно-образовательной среде университета. В соответствии с учебными планами дисциплина изучается на 1 курсах во 2 семестре. Общая трудоемкость дисциплины составляет 1 зачетную единицу (36 академических часов). Вид промежуточной аттестации: зачет.

В результате освоения основной образовательной программы – программы подготовки бакалавров обучающиеся должны овладеть следующими результатами обучения по дисциплине «Организация добровольческой (волонтерской) деятельности и взаимодействие с социально ориентированными НКО» (таблица 1).

Таблица 1

Планируемые результаты обучения по дисциплине

Категория компетенций	Код и наименование компетенции	Код и наименование индикатора достижения компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине (знать, уметь, владеть)
1	2	3	4
Командная работа и лидерство	УК-3 Способен осуществлять социальное взаимодействие и реализовывать свою роль в команде	УК-3.1 Определяет свою роль в социальном взаимодействии и командной работе, исходя из стратегии сотрудничества для достижения поставленной цели	Знать: структурные характеристики осуществления социального взаимодействия в добровольчестве. Уметь: реализовать свою роль в командной работе. Владеть навыками социального взаимодействия и командной работы исходя из стратегии сотрудничества для достижения поставленной цели.
		УК-3.2 Использует технологии взаимодействия с членами команды и другими участниками, осуществляет обмен информацией, знаниями, опытом	Знать технологии взаимодействия и механизмы обмена информацией между членами команды и другими участниками. Уметь: использовать технологии взаимодействия и механизмы обмена информацией между членами команды и другими участниками. Владеть: навыками использования технологий взаимодействия и механизмов обмена информацией между членами команды и другими участниками.
		УК-3.3 Анализирует возможные последствия личных действий в командной работе в профессиональной деятельности, несет личную ответственность за общий результат	Знать: основы внутрикомандной эффективности профессионального взаимодействия в командной работе. Уметь: анализировать возможные последствия личных действий в профессиональном взаимодействии и командной работе. Владеть: навыками осуществления анализа последствий личных действий в командной работе и несения личной ответственности за общий результат.
		УК-3.4. При реализации своей роли в социальном взаимодействии и командной работе учитывает особенности поведения и интересы других участников	Знать: поведенческие особенности всех участников социального взаимодействия в командной работе. Уметь: реализовать свою роль в социальном взаимодействии и командной работе с учетом поведения и интересов всех участников добровольческой деятельности. Владеть: навыками учета особенностей поведения и интересов других участников социального взаимодействия (волонтерство)

Как видим, в процессе изучения дисциплины, обучающиеся овладевают универсальной компетенцией. Фондом оценочных средств предусмотрены следующие критерии оценки компетенции на этапе изучения дисциплины: пороговый, продвинутый и высокий, что соответствует оценкам

«удовлетворительно», «хорошо», «отлично». Более подробно показатели, критерии и средства оценки универсальной компетенции по дисциплине «Организация добровольческой (волонтерской) деятельности и взаимодействие с социально ориентированными НКО» отражены в таблице 2.

Таблица 2

Показатели, критерии и средства оценивания компетенций на этапе изучения дисциплины

Показатели	Критерии оценивания			Средства оценивания
	уровень освоения			
УК-3	<i>высокий («отлично»)</i>	<i>продвинутый («хорошо»)</i>	<i>пороговый («удовлетворительно»)</i>	
Знать	структурные характеристики осуществления социального взаимодействия в добровольчестве; технологии взаимодействия и механизмы обмена информацией между членами команды и другими участниками; основы внутрикомандной эффективности профессионального взаимодействия в командной работе; поведенческие особенности всех участников социального взаимодействия в командной работе	структурные характеристики осуществления социального взаимодействия в добровольчестве; технологии взаимодействия и механизмы обмена информацией между членами команды и другими участниками; основы внутрикомандной эффективности профессионального взаимодействия в командной работе; поведенческие особенности всех участников социального взаимодействия в командной работе;	структурные характеристики осуществления социального взаимодействия в добровольчестве; технологии взаимодействия и механизмы обмена информацией между членами команды и другими участниками; основы внутрикомандной эффективности профессионального взаимодействия в командной работе; поведенческие особенности всех участников социального взаимодействия в командной работе;	Устный опрос, эссе, доклады, тестирование, групповые презентации, дискуссии, таблица ссылок, индивидуально задание, проект
Уметь	реализовать свою роль в командной работе; использовать технологии взаимодействия и механизмы обмена информацией между членами команды и другими участниками; анализировать возможные последствия личных действий в профессиональном взаимодействии и командной работе; реализовать свою роль в социальном взаимодействии и командной работе с учетом поведения и интересов всех участников добровольческой деятельности	реализовать свою роль в командной работе; использовать технологии взаимодействия и механизмы обмена информацией между членами команды и другими участниками; анализировать возможные последствия личных действий в профессиональном взаимодействии и командной работе; реализовать свою роль в социальном взаимодействии и командной работе с учетом поведения и интересов всех участников добровольческой деятельности;	реализовать свою роль в командной работе; использовать технологии взаимодействия и механизмы обмена информацией между членами команды и другими участниками; анализировать возможные последствия личных действий в профессиональном взаимодействии и командной работе; реализовать свою роль в социальном взаимодействии и командной работе с учетом поведения и интересов всех участников добровольческой деятельности;	

Владеть	навыками социального взаимодействия и командной работы исходя из стратегии сотрудничества для достижения поставленной цели в полной мере; осуществлении анализа последствий личных действий в командной работе и несения личной ответственности за общий результат; учета особенностей поведения и интересов других участников социального взаимодействия (волонтерство).	навыками социального взаимодействия и командной работы исходя из стратегии сотрудничества для достижения поставленной цели в полной мере; осуществлении анализа последствий личных действий в командной работе и несения личной ответственности за общий результат; учета особенностей поведения и интересов других участников социального взаимодействия (волонтерство).	навыками социального взаимодействия и командной работы исходя из стратегии сотрудничества для достижения поставленной цели в полной мере; осуществлении анализа последствий личных действий в командной работе и несения личной ответственности за общий результат; учета особенностей поведения и интересов других участников социального взаимодействия (волонтерство).	
----------------	---	---	---	--

Результатами сформированности универсальной компетенции в процессе изучения дисциплины являются: устный опрос, эссе, доклады, тестирование, групповые презентации, дискуссии, таблица ссылок, индивидуальное задание, проект.

Оценка сформированности универсальной компетенции обучающихся в процессе изучения дисциплины осуществляется в ходе текущего и промежуточного контроля. Текущий контроль организуется в формах устного опроса (фронтальной беседы и индивидуального опроса), проверки письменных заданий (написание докладов, выполнение индивидуальных заданий, эссе, таблица ссылок).

Подготовка научного доклада выступает в качестве одной из важнейших форм самостоятельной работы обучающихся. Научный доклад представляет собой исследование по конкретной проблеме, изложенное перед аудиторией слушателей. Работа по подготовке доклада включает не только знакомство с литературой по избранной тематике, но и самостоятельное изучение определенных вопросов. От студента требуется умение провести анализ, способность наглядно представить итоги проделанной работы, заинтересовать аудиторию результатами своего исследования.

Тематика презентаций обучающимися выбирается самостоятельно. Презентация выполняется в программе PowerPoint, должна содержать не более 15-20 слайдов, слайды должны отражать проблематику заданной темы. Данный вид работы выполняется обучающимися в микрогруппе по 2-3 человека.

Составление таблицы ссылок предусмотрено по нормативно-правовой базе в сфере взаимодействия органов власти и СО НКО.

Проект предусматривает определение актуальности выбранной темы из представленных фондом оценочных средств, а также цели и задач и, составление задачи карты проекта, должен содержать этапы, ожидаемые результаты реализации проекта.

Таким образом, содержание дисциплины призвано вооружить обучающихся базовыми знаниями в области организации добровольческой (волонтерской) деятельности и взаимодействия с социально ориентированными НКО, что

способствует формированию умений для самостоятельного поиска и выбора материалов для последующего изучения, а также способствует включению обучающихся в социально значимую деятельность, эффективному профессиональному взаимодействию в командной работе с учетом поведения и интересов всех участников добровольческой деятельности, формированию их активной гражданской позиции как результата сформированности универсальной компетенции УК-3.

Литература:

1. Концепции развития добровольчества (волонтерства) в Российской Федерации до 2025 года. <https://www.mchs.gov.ru/dokumenty/rasporyazheniya-pravitelstva-rf/3185>
2. Коренева, М. В. Олимпийское образование в системе подготовки волонтерского корпуса / М. В. Коренева, Н. М. Мартыненко, Д. А. Кружков // Сборник : Олимпийский бюллетень. – Москва : Олимпийский бюллетень №1. – 2016. – С. 35–40.
3. Кружков, Д. А. Феномен волонтерства в общественной жизни и олимпийском движении: исторический аспект : учебно-методическое пособие / Д. А. Кружков, М. В. Коренева. – Краснодар : КГУФКСТ, 2008. – 90 с.
4. Опыт волонтерского центра ФГБОУ ВПО КГУФКСТ по вовлечению молодежи в добровольческую деятельность через социальное проектирование / Н. А. Арзамасцева, Д. А. Кружков, М. В. Коренева, Г. Г. Мовсесян // Опыт организации деятельности социальных служб: состояние, региональные особенности, перспективы развития : материалы Международной научно-практической конференции. – Таганрог, 2014. – С. 45–50.
5. Шулаков, А. В. Педагогические условия формирования универсальных компетенции у студентов экономического вуза в процессе проведения занятий по физической культуре / А. В. Шулаков, С. О. Скворцова // Профессиональное образование в современном мире. – 2020. – 10(2):3798-3803.

УДК: 303.446.4

ИСТОРИОГРАФИЧЕСКИЙ ОБЗОР СОВРЕМЕННЫХ ПУБЛИКАЦИЙ, ПОСВЯЩЕННЫХ АЛЕКСАНДРУ НЕВСКОМУ

Доктор исторических наук, профессор Г.О. Мациевский

Кафедра философии, культуроведения и социальных коммуникаций

*Контактная информация для переписки: 350015, Россия, г. Краснодар, ул. Буденного, 161,
e-mail: ppivanov@mail.ru*

Аннотация. Статья посвящена обзору и наукометрическому анализу научных публикаций, посвященных князю Александру Невскому и размещенных в РИНЦ в 2016-2021 гг.

Ключевые слова: Александр Невский, историография, наукометрия, РИНЦ.

В 2021 году исполняется 800 лет со дня рождения князя Новгородского, великого князя Киевского и великого князя Владимирского Александра Ярославича Невского. В современной историографии образ святого князя, его жизнь и деяния являются предметом исследования различных научных дисциплин. Основой для проведения исследования, представленного в статье, стали научные труды, размещенные на информационно-аналитической платформе – Научной электронной библиотеке (НЭБ) eLIBRARY.RU, интегрированной с национальной библиографической базой данных научного цитирования (Российский индекс научного цитирования – РИНЦ).

Всего за 2016-2021 гг. в РИНЦ было размещено не менее 442 работ, посвященных личности Александра Невского, его походам и сражениям, дипломатии и семье, эпохе и вере, политическому выбору и духовному подвигу. 169 из них – это статьи в периодических научных журналах. В материалах конференций, чтений и сборниках размещено 163 статьи и тезиса докладов. Опубликовано 6 монографий и отдельных глав в коллективных монографиях и 3 методические работы. Проведено 5 тематических конференций и две конференции, имеющие тематические разделы, посвященные жизни и деятельности Александра Невского.

Согласно Государственному рубрикатору научно-технической информации (ГРНТИ) все публикации распределяются таким образом. По Историческим наукам опубликовано 264 работы; по педагогическим наукам – 40; по культурологии и искусству – 22; по литературе и литературоведению – 10; по философии – 7; по общественным наукам в целом – 5; по политическим наукам – 4; по туристско-экскурсионному обслуживанию – 4; по физической культуре и спорту – 1. Расхождение в данных научных работ, связанных с ГРНТИ и размещенных в РИНЦ (357:442) объясняется тем, что не у всех работ указаны соответствующие рубрикаторы.

В 2016 г. в РИНЦ было размещено 40 работ: в научных журналах – 21 статья; в материалах конференций, чтений и сборниках – 16 статей и тезисов докладов; методических работ – 3. В РИНЦ за этот год представлены три

методические работы, подготовленные и изданные работниками Института развития образования Ярославской области в серии «К 800-летию со дня рождения Александра Невского». Это методическое пособие «Организация проектной деятельности в дошкольном образовательном учреждении «Александр Невский – богатырь земли русской» [1], методические рекомендации «Образ Александра Невского в истории и культуре России» [2] и учебно-методическое пособие «Исторические события в образовательных событиях начальной школы (к юбилею Александра Невского)» [3].

Всего за 2017 г. в РИНЦ размещено 60 работ: в научных журналах – 25 статей; в материалах конференций, чтений и сборниках – 34 статьи и тезиса докладов; монографий – 1. В этом году в Серии «Всемирная история» вышла монография «Александр Невский. Друг Орды и враг Запада» доктора исторических наук, ведущего научного сотрудника Центра по изучению отечественной культуры Института российской истории РАН А.П. Богданова [4].

В 2018 г. опубликовано 42 работы, размещенные в РИНЦ: в научных журналах – 20 статей; материалах конференций – 20 статей и тезисов докладов; монографий – 2. Монографии «Александр Невский. Исследования и исследователи» и «Александр Невский. Эпоха и память» доктора исторических наук, профессора, заведующего кафедрой исторического регионоведения Санкт-Петербургского государственного университета Ю.В. Кривошеева и доктора исторических наук, профессора, директора Института истории и социальных наук Российского государственного педагогического университета им. А. И. Герцена Р.А. Соколова [5, 6].

В 2019 г. около 50 работ было размещено в РИНЦ: в научных журналах – 27 статей; в сборниках статей и материалах конференций – 20 статей и тезисов докладов; монографий и отдельных глав в коллективных монографиях – 3. Монография кандидата исторических наук, старшего научного сотрудника Центра исследований Золотой Орды и татарских ханств Института истории им. Ш. Марджани Академии наук Республики Татарстан Т.Р. Галимова [7]. Коллективный труд «Великая княгиня Владимирская Мария Ясыня в русской истории» ученых Института Российской истории РАН и Северо-Осетинского института гуманитарных и социальных исследований Владикавказского научного центра РАН [8].

В 2020 г. в РИНЦ было размещено более 110 работ: в научных журналах – 47 статей; в сборниках статей и материалах конференций – 62 статьи и тезиса докладов. Прошло две тематические конференции. Журнал «Палеороссия. Древняя Русь: во времени, в личностях, в идеях» Санкт-Петербургской духовной академии весь № 1 (12) (21 статья) посвятил личности и времени Александра Невского [10]. В этом же году доктором исторических наук, профессором Удмуртского государственного университета В.В. Долговым в серии «Новейшие исследования по истории России» была опубликована монография «Феномен Александра Невского. Русь XIII века между Западом и Востоком» [11].

Всего за 2021 г. в РИНЦ размещено не менее 40 работ: в научных журналах – 29 статей; материалах конференций – 11 статей и тезисов докладов. В этом году два журнала включили в свои номера тематические разделы. Это журнал «Родина», который в № 5, в разделе «Тема номера. Александру Невскому – 800», опубликовал 5 статей [12] и журнал «Христианское чтение» Санкт-Петербургской духовной академии, который в № 2, в тематическом разделе «К 800-летию св. Александра Невского», опубликовал 6 статей [13].

В целом, можно говорить о том, что тематическая направленность и видовое разнообразие научных работ, представленных в РИНЦ за последние 5 лет по исследуемой проблематике достаточно обширны.

Литература:

1. Организация проектной деятельности в дошкольном образовательном учреждении «Александр Невский – богатырь земли русской» : методическое пособие / Институт развития образования Ярославской области. – Ярославль : [Б.И.], 2016. – 60 с.
2. Образ Александра Невского в истории и культуре России : методические рекомендации / Институт развития образования Ярославской области. – Ярославль : [Б.И.], 2016. – 77 с. Сер.: К 800-летию со дня рождения Александра Невского.
3. Бородкина, Н. В. Исторические события в образовательных со-бытиях начальной школы (к юбилею Александра Невского) : учебно-методическое пособие / Н. В. Бородкина, Я. С. Соловьев // Институт развития образования Ярославской области. Ярославль : [Б.И.], 2016. – 71 с. Сер.: К 800-летию со дня рождения Александра Невского.
4. Богданов, А. П. Александр Невский. Друг Орды и враг Запада : монография. – Москва : Вече, 2017. – 288 с. Сер.: Всемирная история.
5. Кривошеев, Ю. В. Александр Невский. Исследования и исследователи: Монография / Ю. В. Кривошеев, Р. А. Соколов. – Санкт-Петербург : [Б.И.], 2018. – 368 с.
6. Кривошеев, Ю. В. Александр Невский. Эпоха и память. Исторические очерки. – 2-е изд., исправленное и дополненное / Ю. В. Кривошеев, Р. А. Соколов. – Санкт-Петербург : [Б.И.], 2018. – 304 с.
7. Галимов, Т. Р. Киевские митрополиты между Русью и Ордой (вторая половина XIII в.) : монография / Институт истории им Ш. Марджани Академии наук Республики Татарстан. – Казань : [Б.И.], 2019. – 256 с.
8. Великая княгиня Владимирская Мария Ясыня в русской истории : Коллективная монография / Институт Российской истории РАН; Северо-Осетинский институт гуманитарных и социальных исследований Владикавказского научного центра РАН. Москва, Владикавказ : [Б.И.], 2019. – 368 с.
9. Палеороссия. Древняя Русь: во времени, в личностях, в идеях. – 2020. – № 1 (12).
10. Долгов, В. В. Феномен Александра Невского. Русь XIII века между Западом и Востоком : Монография. – Москва : [Б.И.], 2020. – 222 с. Сер.: Новейшие исследования по истории России.
11. Родина. – 2021. – № 5. – С. 14–41.
12. Христианское чтение. – 2021. – № 2. – С. 12–78.

УДК: 338.481

АНАЛИЗ ПРОГРАММ ПРОЕКТОВ, ВХОДЯЩИХ В СТРАТЕГИЮ РАЗВИТИЯ ТУРИЗМА В РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ В ПЕРИОД ДО 2035 ГОДА

Кандидат педагогических наук, профессор В.Г. Минченко

Кандидат педагогических наук, доцент Е.В. Ползикова

Кафедра социально-культурного сервиса и туризма

Контактная информация для переписки: 350015, Россия, г. Краснодар, ул. Буденного, 161,

e-mail: janepopernyak@yandex.ru

Аннотация. В статье рассмотрены основные аспекты развития туризма в России до 2035 года. Выделены наиболее значимые пункты документа, такие как инвестиционная политика. Приоритетные направления развития, приоритетные виды туризма, а также вопросы, связанные с продвижением туристского продукта на внутреннем и международном рынках.

Ключевые слова: стратегия развития туризма, культурно-исторический потенциал, туристские зоны, инвестирование, маркетинговая стратегия.

Развитие туристской области в России с каждым годом приобретает большую актуальность и оказывает стимулирующее воздействие на другие секторы экономики, привлекает и мотивирует источники инвестирования и создает значительное количество рабочих мест, поэтому является значимой частью экономики страны, а также частью социальной политики государства. Новыми инструментами развития туризма являются глобальные тренды. Оценивается культурно-исторический потенциал каждого региона [1;2;3;4]. Самыми актуальными на сегодняшний день видами туризма выступают экологический, медицинский, познавательный, экстремальный, спортивный, детский, деловой. Основными популярными туристскими дестинациями выступают: Крым, Краснодарский край, Калининградская область, Алтайский край, Байкал, Приморье, Камчатка. Кавказские минеральные воды. Поэтому важной задачей государства является стимулирование туристской деятельности.

Правительством России 20 сентября 2020 года была утверждена Стратегия развития туризма до 2035 года. Основными локомотивами в данном документе представлены: развитие транспортной доступности туристских районов путем совершенствования транспортной инфраструктуры, а также получения субсидий; формирование сильной маркетинговой стратегии для внутреннего и внешнего рынка; совершенствование системы визового режима. Еще важными аспектами Стратегии выступили: инвестиционная привлекательность туристских проектов, а также неизменный вопрос, связанный с системой подготовки кадров для данной сферы.

В Стратегии выделены наиболее перспективные в отношении инвестирования туристские зоны страны, такие как: Арктическая зона, Северный Кавказ, Байкал, Сибирь, Урал, Черноморское побережье

и территории, входящие в межрегиональные брендовые маршруты: «Золотое кольцо России», «Великая Волга», «Серебряное ожерелье России», «Восточное кольцо России», «Самоцветное кольцо Урала», «Русские усадьбы» [5].

В документе представлены самые перспективные виды туризма. Среди них можно выделить: культурно-познавательный, событийный, этнографический, сельский, спортивный, детский, молодежный, деловой, конгрессно-выставочный, пешеходный, экологический, активный, экстремальный, пляжный, горнолыжный, круизный, религиозный туризм и некоторые другие. Необходимо отметить, что промышленный туризм не присутствует в данном списке приоритетных направлений.

Важной точкой Стратегии также является вопрос, связанный с необходимостью планового продвижения внутренних брендов, как на отечественном, так и на международном рынках. В данный план включены регулярные исследования потребительского спроса на основе которого необходимо формировать стратегию государственного продвижения. Также в документе указывается необходимость создания онлайн-рынка для информирования туристов, а также продвижения в сети.

Также Министерство Экономического развития, совместно с Министерством транспорта и Ростуризмом считают необходимым повысить транспортную доступность туристских регионов путем развития международных и региональных аэропортов.

Также очень важным пунктом стратегии выступил вопрос о формировании высокой инвестиционной привлекательности путем создания индивидуальных мер по поддержке проектов, а также предоставления грантов и государственных субсидий, понижения арендных платежей пользования земельными участками.

На основании анализа Стратегии можно сделать вывод о том, что она предполагает два пути развития туризма. Первый связан с консервативными методами, которые не предполагают существенной финансовой поддержки. А второй целевой метод, который предполагает финансовые вложения и означает достижение целевых показателей в части вклада в ВВП, увеличения дохода от туризма 28,6 млрд долларов и вхождение России в ТОП-10 туристических дестинаций.

Литература:

1. Заднепровская, Е. Л. Бренд и брендинг территории как основа территориального развития / Е. Л. Заднепровская, Т. А. Самсоненко // Материалы научной и научно-методической конференции профессорско-преподавательского состава Кубанского государственного университета физической культуры, спорта и туризма. – 2017. – № 1–1. – 113 с.
2. Заднепровская, Е. Л. Комплекс маркетинга как основной элемент бизнес-стратегии в сельском туризме / Е. Л. Заднепровская, И. М. Кучеренко / В сборнике : Туристско-рекреационный комплекс в системе регионального развития : Материалы VI Международной научно-практической конференции. – 2018. – С. 309–312.
3. Заднепровская, Е. Л. Инструменты интернет-маркетинга при продвижении туристских молодежных услуг на микроуровне / Е. Л. Заднепровская, Т. Н. Поддубная, А. И. Погребной : Материалы научной и научно-методической конференции профессорско-

преподавательского состава Кубанского государственного университета физической культуры, спорта и туризма. – 2020. – № 1. – С. 102–103.

4. Овчаренко, Л. А. Стратегический подход к управлению развитием внутреннего и въездного туризма в контексте современных вызовов / Л. А. Овчаренко, Е. Л. Заднепровская // В сборнике : Пути повышения эффективности управленческой деятельности органов государственной власти в контексте социально-экономического развития территорий. Материалы IV международной научно-практической конференции. Сер.: «Стратегическое управление развитием экономики». – 2020. – С. 82–84.

5. Распоряжение Правительства РФ от 20.09.2019 № 2129-р (ред. от 23.11.2020) «Об утверждении Стратегии развития туризма в Российской Федерации» на период до 2035 года.

ТРАНСФОРМАЦИЯ АКСИОЛОГИЧЕСКОЙ СФЕРЫ СПОРТА

Кандидат философских наук, доцент Т.В. Мишина

Кандидат исторических наук, доцент Ю.Г. Бич

Кафедра философии, культуроведения и социальных коммуникаций

Контактная информация для переписки: 350015, Россия, г. Краснодар, ул. Буденного, 161,

e-mail: mishina84@list.ru

Аннотация. В статье рассмотрены составляющие аксиологической сферы спорта. Представлен сравнительный анализ аксиосфер спорта советского и современного периодов. Описаны трансформационные сдвиги и аксиологические смещения. Описана роль культуры масс-медиа в развитии современного представления о спорте.

Ключевые слова: спорт, аксиология, трансформация, интеграция, масс-медиа.

Анализ аксиологической составляющей любого явления социальной действительности является предметом исследования культурологических и философских наук. Современный спорт, сегодня имеет невероятный масштаб, популярность, затрагивает различные сферы жизнедеятельности и соответственно имеет свое аксиологическое наполнение.

При рассмотрении аксиологической сферы спорта, мы можем выделить несколько уровней его существования – это индивидуальный, групповой, массовый, государственный. Далее определим ценностный ряд, включенный в аксиосферу спорта:

- политико-обусловленные ценности (имидж государства, определенный статус за счет достижений в спорте);
- коммуникативные ценности (спорт выступает инструментом межкультурного взаимодействия);
- патриотические ценности;
- экономические (коммерческие) ценности;
- эстетическо-зрелищные ценности;
- воспитательные ценности;
- личностные ценности (совершенствование личных достижений, самореализация);
- рекреационные ценности;
- семиотические ценности и др.

Аксиология современного спорта величина не постоянная, трансформирующаяся под влиянием политических, экономических и социокультурных факторов [5]. И если сравнить ценностную составляющую спорта советского периода, периода перестройки и современного, то несомненно мы увидим колоссальную разницу. Как отмечает Байкова М.А.: «к основным факторам, существенно повлиявшим на трансформацию ценностного

наполнения спорта, на изменения в иерархии его аксиологических компонент, могут быть отнесены такие, как процессы демократизации общества; переход от плановой экономики к экономике свободного рынка, к возникновению многообразия форм собственности; децентрализация в управлении многими социальными институтами; усиление процессов социальной дифференциации; существенное снижение уровня политической и идеологической конфронтации в международных отношениях; интенсификация процессов межкультурного взаимодействия; существенное усиление влияния средств массовой информации на все области социальной жизни» [1]. Все перечисленные процессы несомненно влияли на ценностную наполняемость спорта, но наибольшее значение в трансформационном потоке сыграли коммерциализация, снижение идеологической значимости, интеграционные процессы с масс-медиа культурой, усиление зрелищности, а также личностная экономическая заинтересованность спортсменов, не ради своей страны, а ради своей выгоды.

Интеграционные процессы с масс-медиа культурой требуют особого внимания на наш взгляд, так как средства массовой информации популяризируют спорт, расширяют возможности вовлеченности граждан, пропагандируют ценностные ориентиры. И, казалось бы, налицо преимущества данного взаимодействия, но окунувшись в данный вопрос, мы видим, что благодаря масс-медиа происходит колоссальная трансформация аксиосферы спорта, меняется ракурс восприятия данного явления в целом. Благодаря данной интеграции и вовлеченности спорт становится одним из популярнейших шоу, то есть, под воздействием масс-медиа спорт принимает упрощенные формы своего существования [3]. Акцент делается на коммерческую составляющую, спортсмены выступают в роли носителей рекламной продукции, жизнь спортсменов отслеживается как некая эстетическая ценность, спортсменов продают и покупают как товар в магазине, возрастает роль зрелищности спорта, чем зрелищней персонаж, тем дороже он стоит.

В рамках нашей работы мы провели сопоставительный анализ аксиосферы спорта в советском и постсоветском пространстве на основе контент-анализа публикаций в периодических изданиях. Проведенный анализ показал, что ценностный акцент в публикациях советского периода ориентирован на политическую идеологию и патриотизм спортсменов, в публикациях речь идет о героях спорта, защищающих честь Родины, о здоровье нации, заботе и укреплении своего организма для дальнейшей трудовой деятельности и способности защищать свою страну. Большое внимание уделялось публикациям, декларирующим нравственные ценности, межнациональной дружбе, честной игре [2]. В противовес советской идеологии публикации современного периода практически лишены идеологической составляющей. Функция профессионального спорта, направленная на укрепление здоровья, подменяется антидопинговыми скандалами, травмоопасностью спорта высших достижений, невостребованностью

спортсменов после завершения спортивной карьеры. Современные издания пестрят информацией о зрелищных видах спорта (футбол, бокс и т.п.) и именитых спортсменах, отодвигая на задний план спортсменов медальных видов спорта. Аксиологические приоритеты направлены на коммерциализированность спорта, детально описывают гонорары спортсменов, их доход от рекламной деятельности, их стоимость как игроков, вопросы нравственного воспитания звучат крайне редко и в контексте осуждения действия спортсменов (например, драка известных футболистов в баре, не достойное поведение капитана сборной обсуждалось с экранов телевидения и просторов интернета долгое время). Мотивированность к спорту также сменила ракурс от здоровья нации к красоте и рельефу собственного тела, от гордости страны к личным достижениям и материальным поощрениям. В современном мире именитый спортсмен – медийная личность. Помимо развития спортивных умений и навыков он должен посещать различного рода светские мероприятия, формировать свой собственный имидж, вести страницы в социальных сетях для расширения зрительской аудитории и привлечения еще больших материальных благ.

Таким образом, мы наблюдаем трансформацию аксиологической сферы спорта, смещение ракурса интересов в сторону шоу программ, зрелищных перформансов, отдаваясь от нравственных ценностей честности, уважения к сопернику, дружбы и патриотизма [3]. При этом отметим, что такие ценности спорта, как воспитание характера, выносливости, самосовершенствование, укрепление здоровья, международное взаимодействие остаются неизменными во все времена.

Литература:

1. Байкова, М. А. Трансформация аксиологической компоненты спорта в социокультурном процессе : диссертация ... кандидата культурологии : 24.00.01 / М. А. Байкова. – Москва, 2012. – 196 с.
2. Найденко, Е. А. К проблеме гуманизации спорта. Физическая культура и спорт. Олимпийское образование : материалы международной научно-практической конференции / Е. А. Найденко, А. В. Тонковидова // Редколлегия : А. И. Погребной [и др.]. – 2020. – С. 151–152.
3. Напалкова, М. Г. Гуманизация российского спорта как социального явления. Физическая культура и спорт. Олимпийское образование : материалы международной научно-практической конференции / Редколлегия : А. И. Погребной [и др.]. – 2020. – С. 128–130.
4. Плотников, А. В. Художественно-спортивные зрелища как феномен социокультурной реальности / А. В. Плотников, Г. Г. Плотникова, И. Н. Подольская // Сервис plus. – 2020. – Т. 14, № 4. – С. 76–86.
5. Тонковидова, А. В. Гуманистическая ценность спорта (на материалах философии С. Н. Булгакова и Н. А. Бердяева). Физическая культура и спорт. Олимпийское образование : материалы международной научно-практической конференции. – Краснодар, 2021. – С. 143–144.

ЭТНОСПОРТ КАК ФОРМА СОХРАНЕНИЯ КУЛЬТУРНОГО НАСЛЕДИЯ

Кандидат философских наук Т.В. Мишина

Доктор исторических наук, доцент Т.А. Самсоненко

Кафедра философии, культуроведения и социальных коммуникаций

Контактная информация для переписки: 350015, Россия, г. Краснодар, ул. Буденного, 161,

e-mail: mishina84@list.ru

Аннотация: в статье представлено определение понятия этносспорт и его содержательные характеристики. Обосновано утверждение, что этносспорт способствует сохранению нематериального культурного наследия, самобытности этносов, развитию межкультурных контактов.

Ключевые слова: этносспорт, культурное наследие, этнос, игра, национальные традиции.

Если рассмотреть организационную структуру современного спорта, то мы заметим огромное влияние глобализационных процессов, происходящих в мире, которые ведут к интеграции, подчиненной международным стандартам. В таких условиях стирается этническое многообразие народов, теряется их уникальность и самобытность. В научном обиходе данным вопросом интересовались многие ученые выводя объектом своих исследований «национальные виды спорта», «народный спорт», «национальные игры», но данная терминология в современном пространстве считается архаичной и вытесняется.

В 2011 году на IV международном конгрессе в городе Санкт Петербурге российский ученый А.В. Кыласов представил доклад по теории этносспорта. Данное выступление вызвало большой интерес среди культурологов, социологов, политологов, ведь автор трактует этносспорт как «совокупность традиционных видов физической активности, метод их сохранения и развития» [1]. При этом ученый предлагает расширить используемый ранее понятийный аппарат, усиливая культурологическое многообразие народов. В таком ключе этносспорт становится отдельным институтом в социокультурном пространстве, включающим в себя традиционные виды физической активности народов, спортивные федерации национальных видов спорта, и позволяет проводить различного рода фестивали исторических реконструкций, что несомненно способствует сохранению самобытности этносов в современном мире.

Каждый народ уникален, каждый этнос имеет свою историю и культуру, которую он старается сохранить в межпокаленной преемственности. Этноспорт – явление, позволяющее проникнуть в культурное и спортивное пространство народа. Игровые виды физической активности, наполненные национальным колоритом, являются уникальным способом передачи особенностей традиционной культуры молодому поколению [4]. Традиционные этнические игры включают в себя хозяйственно-бытовой уклад, фольклор, различные

направления народного творчества, обычаи, традиции. Мы с уверенностью можем говорить, что приобщение к традиционным видам физической активности способствует не только физическому развитию, но и воспитанию, приобщению к культуре, принятию ценностей и норм своего этноса. Таким образом этносport выполняет ряд социально значимых функций: соревновательную, компенсаторную, развлекательную, социализирующую, интегративную, способствует инкультурации, межкультурному взаимодействию, а также образованию субкультур болельщиков, игроков, фанатов, служит воспроизводству, поощрению и сохранению этнокультурной идентичности и культурного многообразия.

Этноспорт является важным феноменом и неотъемлемой частью культурного наследия народов, а также способствует этнокультурной самоидентификации. Этноспорт считается уже не просто традиционными забавами, он развивается в рамках массовой культуры [3]. Некоторые виды этноспорта возрождаются в рамках массовой культуры, поскольку присутствует желание воссоздать уникальность этнических культур, как некое противостояние глобализации. Игры, которые удалось возродить и которые смогли перейти черту забав, стали официальными видами этноспорта (лапта, городки, борьба, кулачные бои, ездвой спорт и др.) и приобретают больше черт, присущих олимпийским видам спорта: судейство, принятые правила, которые утверждены определенными федерациями, создание сборных команд, даже присуждение разрядов. Но большая часть, конечно же не поддается спортизации, так как участники приходят не ради победы, а ради получения удовольствия. Невозможно преобразовать в привычно воспринимаемый спорт такие виды как бег с ложкой во рту, перекачивание яйца через брюки, бег в валенках или с коромыслом, хороводные игры и т.д. Укорененность данных видов физической активности в традиционной праздничной культуре отдаляет их от спорта, но насыщает положительными эмоциями, дает возможность отвлечься от повседневной рутины и забот, получить удовольствие и расслабиться.

В современном мире, на разных континентах наблюдается формирование различных институтов этноспорта, учреждаются национальные федерации, проводятся различного рода соревнования и состязания по традиционным играм, что несомненно способствует сохранению самобытной культуры этносов.

Все большую популярность приобретает этносport и в России. По данным, представленным на сайте academic.ru граждане нашей страны все чаще выбирают в качестве инструмента физической активности исконно русские виды состязаний, такие как гиревой спорт, городки, лапту, традиционный рукопашный бой «стенка на стенку», а также принимают участие в исторических реконструкциях и воссоздают борьбу на поясах, хоккей в валенках, лазанье по столбам, бои подушками или состязание на бревне [5]. В рамках этноспорта, например, в России проводят фестивали национальных видов борьбы народов России, где присутствует русская борьба «за вороток»,

татаро-башкирская борьба на поясах. Данное явление вызвано желанием сохранения исконных традиций народов России и отказ от иностранных влияний.

В декабре 2019 года на заседании 14-й сессии Межправительственного комитета по охране нематериального культурного наследия ЮНЕСКО в Боготе (Колумбия) было принято решение об аккредитации Мирового этноспорта в статусе консультативного партнера в рамках реализации Конвенции [2]. Таким образом «Мировой этноспорт» становится первой международной неправительственной организацией, направленной на сохранение культурного наследия и развитие традиционных игр народов всего мира. Данная организация объединяет ученых и спортивных деятелей 48 стран.

Развитие этноспорта способствует сохранению культурного многообразия, межкультурному взаимодействию, сохранению культурного наследия наших предков и отвечает направлениям деятельности организации объединенных наций по вопросам образования, науки и культуры.

Литература:

1. Кыласов, А. В. Этнокультурное многообразие – новая парадигма в развитии спорта / А. В. Кыласов, С. Н. Гавров // V Международный конгресс «Человек, спорт, здоровье» 21–23 апреля 2011 года, Санкт-Петербург, Россия : материалы конгресса // Под ред. В. А. Таймазова. – Санкт-Петербург : Олимп-СПб, 2011. – С. 161–163.

2. Мировой этноспорт. Консультант ЮНЕСКО по нематериальному культурному наследию [электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://ru.ethnosport.org/news/143.htm>

3. Найденко, Е. А. К проблеме гуманизации спорта. Физическая культура и спорт. Олимпийское образование / Е. А. Найденко, А. В. Тонковидова // Материалы международной научно-практической конференции / Редколлегия : А. И. Погребной [и др.]. – 2020. – С. 151–152.

4. Тонковидова, А. В. Философские аспекты феноменов спортивной деятельности / А. В. Тонковидова, Е. А. Еремина, Л. Г. Битарова // Физическая культура, спорт – наука и практика. – 2018. – №2. – С. 61–66.

Этноспорт. Словари и энциклопедии на академике. – Режим доступа: <https://dic.academic.ru/dic.nsf/ruwiki/1896534>

СПОРТ В КОНТЕКСТЕ ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ

Кандидат философских наук, доцент М.Г. Напалкова

Кафедра философии, культуроведения и социальных коммуникаций

Контактная информация для переписки: 350015, Россия, г. Краснодар, ул. Буденного, 161,

e-mail: napalkova-m@list.ru

Аннотация. В статье поставлены вопросы формирования и развития здорового образа жизни посредством физической культуры и спорта, которые сегодня являются мощным социокультурным явлением, повлиявшим на наполненность и выстроенность современной жизни человека.

Ключевые слова: спорт, здоровый образ жизни, спортивные нагрузки, спортивные тренировки, оздоровительный эффект современного спорта.

Современный спорт и его виды имеют положительную возможность определять качественные оценки результатов воздействия спорта на человека и его образ жизни.

В российском понимании категорий «спорт» и «спортивный человек» всегда воспринимались и ассоциировались с физически развитым человеком. Современная источниковая база и специальная литература дают практически единую этимологию вышеназванного понятия, поскольку их сущностный смысл заключается в «...искусстве развивать посредством физических упражнений силу, ловкость; ... физические упражнения, требующие от человека силы и ловкости» [1, с. 28-29, 2, с. 74-75].

Значительная историческая, научно-теоретическая, научно-практическая и методическая база российского спорта дает возможность ведущим и начинающим специалистам Российской Федерации привлекать к спортивным тренировочным занятиям людей разных социально-культурных и возрастных категорий.

Многие отечественные системные научные исследования, начатые еще в середине XX в. не потеряли своей актуальности и сегодня. В пространстве научно-методологической базы о российской физкультуре и спорте весьма востребованы современные авторы, в частности В.Д. Рагель, И.С. Барчуков, Б.Р. Голощапов, С.И. Гуськов, В.Н. Платонов и др. [3, 4, 5, 6].

В начале нынешнего столетия сформировались и активно стали развиваться новые для отечественного спорта виды: пауэрлифтинг, бодибилдинг, фитнес и др. Очевидно, что в плане оздоровления людей средствами физической культуры возникла необходимость научно-методического обоснования новых видов спорта и переосмысления бытующих методических подходов к целям и задачам оздоровления.

Современные российские спортивные специалисты – теоретики и практики в целом, подразделяют следующие возрастные категории, с которыми им приходится работать: дети, учащаяся молодежь, работающее взрослое

население, пенсионеры. Конечно, в каждой из названных групп присутствует свое разделение по физическим возможностям, подготовке, желанию и т. д.

К сожалению, в рамках небольшой статьи мы не сможем затронуть все аспекты. Однако, главные положения мы сформируем в тезисах. В частности,

- необходимо учитывать особенности и процесс адаптации всех возрастных категорий к спортивным тренировкам и занятиям физкультурой;

- оптимально использовать спортивные нагрузки на занятиях с людьми различного пола и возраста;

- методика для самостоятельных занятий спортивными упражнениями должна способствовать активному оздоровлению, которое будет способствовать комплексному развитию интереса людей к физическим упражнениям и спорту как составной части здорового образа жизни;

- научно-педагогическая обоснованность методики занятий спортом определяет взаимосвязь физических и психических нагрузок при активной двигательной физической деятельности, учитывает индивидуальные, типологические, физические, социальные возможности и особенности мужчин, женщин, молодежи и детей различных возрастных категорий;

- необходимы научно-теоретические разработки и проверенные экспериментальные основания для начинающих.

Каждый спортивный тренер, работающий в пространстве формирования и развития здорового образа жизни, решает ряд важнейших задач. А именно:

- определяет и информирует своих подопечных о роли и значении физической культуры и спорта в различных культурно-исторических периодах отечественной и мировой истории;

- отслеживает и интегрирует медико-биологические данные о здоровье людей своих групп;

- выявляет теоретико-познавательное понимание занимающихся о влиянии спорта на различные виды социальной, профессиональной и культурной деятельности на людей разных категорий;

- определяет наилучшую и приемлемую совокупность спортивных компонентов занятий, которые наиболее полноценно обеспечивают оздоровительный эффект современного образа жизни;

- выявляет мотивации к занятиям физическими упражнениями и спортом;

- устанавливает роль и место здорового образа жизни людей своих групп;

- совершенствует на практике теоретические разработки существующих программ по формированию основ здорового образа жизни людей разного пола, возраста.

Тренируясь и занимаясь разными видами спорта, мы должны понимать, что на человека осуществляется тесное влияние физических и психических нагрузок, которые, по мнению исследователей, представляет собой снижение психических нагрузок благодаря физическим нагрузкам, а также опосредованное влияние психических нагрузок на профессиональную деятельность. Как частный пример, можно остановиться на точном определении того, что женщины, которые начали заниматься различными

видами физической нагрузки, стали отличаются рядом особенностей нервной системы, темпераментом, лучшими показателями силы, социальной подвижностью, а также уходом тревожности, неуверенности и определенных физических и нравственных комплексов.

Однако, с точки зрения спортивных тренеров-практиков, сегодня существуют определенные серьезные методические вопросы, связанные с дозированием физической нагрузки, поскольку возрастные и гендерные особенности занимающихся существенно отличаются по величине тренировочного воздействия, которое оказывается на организм человека.

Таким образом, формируя здоровый образ жизни, мы должны четко понимать его непростую структуру, которая включает и уровень жизни, определяющий экономические возможности человека, и качество жизни, указывающее на социальную категорию, и стиль жизни, говорящий о культурной и психологической составляющей, и многое другое.

Сферой важнейшего педагогического воздействия физической культуры и спорта, с нашей точки зрения, сегодня является формирование качества жизни. Поэтому самыми значимыми составляющими компонентами здорового образа жизни является физическая активность и социальная культура.

Литература:

1. Даль, В. И. Толковый словарь живого великорусского языка: В 4-х тт. Т. 1: А–З. Изд. 3-е. – Москва : [Б.И.], 2015. – С. 28–29.
2. Современный словарь иностранных слов. – Москва : [Б.И.], 2012. – С. 74–75.
3. Рагель, В. Д. Метод Вольдемара Рагеля – восстановление целостности организма человека. – Москва, 2008. – URL: <https://rusneb.ru/catalog> (дата обращения 07.04.2021).
4. Барчуков, И. С. Физическая культура и спорт: методология, теория, практика : Учеб. пособие для студентов высш. учеб. заведений. – Изд. 3-е. – Москва : [Б.И.], 2016. – 528 с.
5. Голощапов, Б. Р. История физической культуры и спорта : учеб. пособие для студентов вузов. – Изд. 4-е. Испр. – Москва : [Б.И.], 2012. – 311 с.
6. Гуськов, С. И. Профессиональный спорт / С. И. Гуськов, В. Н. Платонов. – Москва : [Б.И.], 2010. – 391 с.
7. Голощапов, Б. Р. Теория и методика физической культуры. – Москва : [Б.И.], 2013. – 464 с.
8. Петров, В. К. Новые формы физической культуры и спорта. – Москва : [Б.И.], 2004. – 49 с.
9. Толковый словарь спортивных терминов. Изд. дополненное / Сост. Ф. П. Суслов, С. М. Вайцеховский. – Москва : [Б.И.], 2013. – 352 с.
10. Федеральный закон «О физической культуре и спорте в Российской Федерации» от 29 апреля 1999 г., № 80-ФЗ. Редакция от 4 декабря 2007 г. – URL: <https://rg.ru/2007/12/08/sport-doc.html> (дата обращения 10.04.2021).

ПРОЕКТИРОВАНИЕ ЗРЕЛИЩНЫХ СОБЫТИЙ МАССОВОЙ КУЛЬТУРЫ

Кандидат философских наук, доцент А.В. Плотников

Кафедра философии культуроведения и социальных коммуникаций

*Контактная информация для переписки: 350015, Россия, г. Краснодар, ул. Буденного, 161,
e-mail: smishnik@bk.ru*

Аннотация. Исследование представляет социально-культурную систему зрелищных событий в массовой культуре, которая развивается в тенденции снижения смысловой содержательности в пространстве для применения методов проектирования и театрализации. Автор описывает условия и принципы проектирования событий массовой культуры как зону конфликта социальных и художественных интересов событийных проектов.

Ключевые слова: массовая культура, сценарно-постановочное проектирование, социально-культурные события, проектирование, проектные задачи режиссера, театрализация.

В современной массовой культуре создание зрелищных произведений есть результат применения метода сценарно-постановочного проектирования, где уникальность замысла зависит от актуальности приближения к теме реального события, от пространства реализации современных технологий планирования и привлечения различных ресурсов проекта для социально-культурного зрелища. Современная динамика массовой культуры, развиваясь по принципам усредненности содержания и стереотипности подхода к организации проектов социально-культурных событий, приводит к снижению интереса зрителя к смысловой ценности создаваемого замысла. Такие тренды формируют проблему неэффективности планирования работы учреждений и структурных организаций социокультурной сферы по стандартизованным головной организацией и давно неизменяемым планам.

Социокультурное проектирование – это способ развития деятельности на основе продуманных сценарных структур каждого учреждения культуры. Современные проекты массовой культуры всегда продуманный результат интеллектуального и творческого труда, который направлен на сохранение традиций и совершенствование инноваций в отрасли. Проектирование зрелищных событий как метод включает несколько принципов – единовременности, системности, длительности, целостности, которые становятся спецификой сценарно-постановочной деятельности организаторов на каждом этапе реализации замысла тематического события. Здесь конфликтуют сфера социально-культурной деятельности с постановочным планированием режиссуры зрелищ на практике. С одной стороны требуется четкая последовательность и отчетность выполняемых планов, с другой стороны теряется уникальность и новизна замыслов ежегодно повторяемых тематических событий. Проектирование зрелищ массовой культуры опирается

на продумывание проблемных зон тематической деятельности и формирование в них управленческих систем планирования проекта, которые приводят к изменениям в социокультурной ситуации. Следовательно, организаторы социально-культурных событий стараются уйти от изменений, а сценарно-постановочное проектирование как метод, такие изменения обязательно ищет.

Цель исследования – выявить специфические особенности написания сценарного плана как документа замысла социокультурного проекта для определения способов консолидации проектных задач социально-культурной деятельности и режиссерско-постановочных задач зрелищного события в единой художественно-смысловой композиции.

Содержательной стороной работы режиссера театрализованных представлений и праздников, основной проектного творчества становится создание смысловой структуры композиции замысла на каждом этапе проектирования. Здесь объединяются все виды профессиональной деятельности режиссера, аспекты его художественного поиска, смысловые, конструктивные и постановочные задачи замысла проекта:

- создание художественного произведения как результат творческой деятельности постановщика и проектной команды в форме массового зрелища;
- конструирование замысла как продукта самостоятельной работы режиссера по консолидации социальных и художественных интересов проекта;
- проектирование зрелищного события есть согласование задач замысла и социального заказа в планировании и программировании проекта;
- организация и мотивация исполнителей проекта на всех этапах постановочной работы как «своего» собранного режиссером участника постановочной группы и состава проектной команды в ходе сотворчества.

Применение в событиях массовой культуры метода театрализации решает одновременно социально-культурные задачи в проектном, режиссерско-постановочном, организационно-управленческом и художественно-просветительском видах профессиональной деятельности. Метод театрализации реализуется в проекте через освоение реальности фактов события в драматургической структуре замысла выразительными средствами театрального искусства. Композицию действия определяют акты драматургии сценического действия: экспозиция, завязка и развитие сценической борьбы, кульминационное напряжение, стремительная развязка борьбы и финал сценического события, в которых концентрируется вся смысловая сущность режиссерского замысла. Конструктивная точность и смысловая оправданность структуры композиции необходимы как условия и обязательны на каждом этапе реализации проекта зрелищного события массовой культуры.

Описанные в результате исследования условия формируют структурную простоту, тематическую точность театрализации событий, рациональные задачи социальной мотивации участников социально-культурного проекта на решение научно-исследовательских проектных задач просвещения и развитие участников постановочной группы и режиссера проекта. Чтобы мотивировать состав команды проекта на выполнение социального заказа, необходимо

определить в творческом процессе методические этапы работы режиссера над замыслом: социокультурное целеполагание; отбор и форматирование фактического сценарного материала под социальные задачи проекта; обсуждение замысла проекта с составом проектной команды; распределение полномочий, ответственности в постановочных задачах репетиционной работы; прогнозирование зон сопротивления и провалов на этапе представления зрелищного события. Недооценка значимости художественной целостности замысла проекта зрелища, отсутствие системного планирования постановочной работы в проекте становится системной ошибкой не только организаторов, но и всего состава проектной команды, приводит к снижению персональной мотивации, срывам исполнительности, деструктивным действиям в ходе выполнения постановочных задач.

Материалы исследования позволяют сделать выводы:

1. Проектирование событий массовой культуры, идентично процессам проектирования в иных сферах деятельности, является специфическим, творческим и системным процессом, включающим исследование проблем двух подсистем – социума и культуры.

2. Противоречия подсистем создают проблемные поля и зоны для решения режиссером социально-культурных задач проекта методами постановочного проектирования и театрализации.

3. Постановочное проектирование зрелищных событий – это система разработки замысла и планирования режиссером основных этапов и ресурсов проекта.

Литература:

1. Ершов, П. М. Режиссура как практическая психология: взаимодействие людей в жизни и на сцене: режиссура как построение зрелища / П. М. Ершов. Москва : Мир искусства, 2010. – 408 с.

2. Мишина, Т. В. Отражение ментальных особенностей этноса в концептуальной картине мира / Т. В. Мишина, Г. Г. Плотникова // В сборнике : Государство, общество, личность: история и современность. Сборник статей III Международной научно-практической конференции. – 2020. – С. 158–161.

3. Плотников, А. В. Теория, методика и организация социально-культурных проектов: учебное пособие / А. В. Плотников, Г. Г. Плотникова. – Краснодар : КГУФКСТ, 2018. – 210 с.

4. Плотникова, Г. Г. Подготовка управленческих кадров в системе дополнительного профессионального образования / Г. Г. Плотникова // Образование и наука. – 2014. – № 6 (115). – С. 134–148.

5. Плотникова, Г. Г. Социальный смысл праздника и его реализация в тематическом концерте / Г. Г. Плотникова, О. С. Исаева // В сборнике : Социальная консолидация и социальное воспроизводство современного российского общества: ресурсы, проблемы и перспективы. Материалы VI Всероссийской научно-практической конференции. – 2020. – С. 57–63.

6. Социология, философия, культурология и история: динамика синхронности и диахронии : коллективная монография / Г. В. Акименко, С. А. Асанов, И. Ю. Макаручук [и др.] // Нижний Новгород : [Б.И.], 2020. – 50 с.

ХУДОЖЕСТВЕННО-СПОРТИВНЫЕ ЗРЕЛИЩА КАК ФЕНОМЕН МАССОВОЙ КУЛЬТУРЫ

Кандидат философских наук, доцент А.В. Плотников

Кафедра философии культуроведения и социальных коммуникаций

*Контактная информация для переписки: 350015, Россия, г. Краснодар, ул. Буденного, 161,
e-mail: smishnik@bk.ru*

Аннотация. Статья представляет специфику исследования проблем в массовой культуре как пространстве для проявления феномена художественно-спортивной зрелищности в контексте подготовки по направлению Режиссура театрализованных представлений и праздников. Автор предполагает, что условия создания зрелищных событий в социокультурной ситуации заставляют рассматривать подготовку организаторов таких проектов на основе классических принципов подготовки режиссеров с учетом смысловой и нравственно-ориентированной политики в вузах.

Ключевые слова: массовая культура; зрелища; спортивные практики; специфика обучения; сфера спортивной зрелищности; зрительский интерес; принципы спортивных зрелищ; проектирование спортивных зрелищ.

Современный этап развития массовой культуры обусловлен стратификацией социально-культурной деятельности, формирующей специфику интереса к художественно-спортивным зрелищам как социальному феномену. Массовая культура как пространство развития коммуникаций информационного общества сегодня завоевывает все большее значение в процессе однонаправленной передачи информации от источников, владеющих специализированным знанием, к получателю – массовой аудитории, в том числе, к зрительской аудитории художественно-спортивных зрелищ. Событийность массовой культуры, как в явлениях спортивной практики, так и в проектах с применением художественно-спортивной выразительности определяет и современную актуальность проблемы организации социокультурных исследований.

Цель исследования – заострить внимание на изменениях в содержательности и структурности методологии обучения режиссеров театрализованных представлений и праздников как организаторов художественно-спортивных зрелищ. Такое обучение сегодня ведется по образовательным программам, которые лицензированы в непрофильные области «Культуроведение и социально-культурные проекты» процессов массовой культуры в спортивных вузах. Специфика погружения обучающихся профессии в том, что в таких учебных заведениях создается образовательное пространство, где на место контактных дисциплин профессиональной подготовки направления 51.03.05 Режиссура театрализованных представлений и праздников, ставятся курсы, профильные сфере интересов образовательной организации, которые развиваются в области «Физическая культура и спорт».

Такие замещения приводят к значительному нарушению смысловых и профессиональных границ в подготовке режиссера массовых зрелищ как сочинителя постановочного замысла и организатора зрелищного события в условиях четырехлетия современной системы на уровне бакалавриата.

Феномен спортивных зрелищ проявляется в исследованиях явлений массовой культуры, когда создается пространство согласования интересов не только спортсменов-профессионалов и спортивных функционеров, но болельщиков как зрительской аудитории и организаторов художественно-спортивных событий. Но конструирование драматургии замыслов спортивных проектов и сегодня опирается на принципиальные инструменты режиссуры классического зрелища, где в основе сценического действия и в принципах подготовки специалиста лежат навыки освоения исполнительской выразительности в сценическом действии, композиционное мышление и репетиционная практика построения сценического события через персональную художественно-просветительскую и режиссерско-постановочную деятельность.

Такие принципы изучают только в самостоятельной постановочной работе студента, в условия педагогического наставничества на всех этапах обучения, от практикующего мастера-преподавателя из области социокультурного проектирования. Но именно эти принципиальные условия и отсутствуют в образовательном процессе. Важнейшая задача учреждения высшего образования, определенная ФГОС ВО направления подготовки – создать такие условия для контактного учебно-методического обучения и творческого сотрудничества студентов и преподавателей при достаточном объеме учебных часов в системе профессионального наставничества, а также для проведения постоянного процесса отработки постановочных навыков в форме практических показов самостоятельных режиссерских проб студентов как социально-культурных зрелищных событий.

В сфере спортивной зрелищности последние годы, по данным статистики прослеживается значительное повышение зрительского интереса к зрелищным событиям спортивных практик, следовательно, основательного анализа заслуживают организационно-управленческие, художественно-постановочные и смысловые аспекты работы создателей событий в этой области массовой культуры. Особое внимание исследователей должно уделяться промежуточным формам зрелищного проектирования, где коммерческие интересы спортивных чиновников сопряжены с требованиями смысловой содержательности и визуальной выразительности спортивного события.

По нашему предположению: развитие контактов заинтересованных сторон спортивно-зрелищных практик в массовой культуре неизбежно потребует изучения системных основ подготовки организаторов таких социокультурных коммуникаций, изменению образовательной политики вузов по отношению к создателям зрелищных событий, что, в свою очередь, вызовет методическую коррекцию в программировании подготовки постановщиков таких социально-культурных зрелищ. Этот предмет также должен найти свое

проявление в обучающих программах подготовки режиссеров театрализованных зрелищ. Представленный материал анализа феномена художественно-спортивных зрелищ говорит о многообразии социокультурных векторов проявления символического ресурса спортивной зрелищности в массовой культуре и определен реальностью его ценностно-смыслового потенциала, востребован в разных процессах проектирования социально-культурной деятельности.

В результате исследования делаем вывод: подготовка создателей художественно-спортивных зрелищ закрепляется самостоятельной постановочной практикой режиссера, обнаруживается в динамичном развитии современных пространственно-технологических и визуально-выразительных форм массовой культуры. Смысловая содержательность феномена художественно-спортивных зрелищ проявляется в их специфической событийности для массовой культуры, в «мягкой силе» влияния на зрителей, становится важнейшим условием социально-культурного проектирования в целом.

Литература:

1. Битарова, Л. Г. Перспективы развития спортивных мероприятий в Краснодарском крае / Л. Г. Битарова, Е. А. Найденко, Е. Л. Мишустина // В сборнике: Физическая культура и спорт. Олимпийское образование : материалы Международной научно-практической конференции. – Краснодар, 2021. – С. 90–92.

2. Бич, Ю. Г. Царица спорта / Ю. Г. Бич, Г. О. Мациевский, Л. Г. Битарова // В сборнике: Физическая культура и спорт. Олимпийское образование : материалы Международной научно-практической конференции. – Краснодар, 2021. – С. 93–96.

3. Бич, Ю. Г. Идеологическое влияние на спорт в советской России (архивно-исторический аспект) / В сборнике : Физическая культура и спорт. Олимпийское образование. Материалы Международной научно-практической конференции ; Редколлегия : А. И. Погребной [и др.]. – Краснодар, 2020. – С. 96–98.

4. Плотникова, Г. Г. Профессионально-ориентационный потенциал социально-культурной деятельности / В сборнике : Профнавигация молодежи : Сборник материалов IV Международной научно-практической конференции. – Краснодар, 2021. – С. 304–310.

5. Плотников, А. В. Режиссура социально-культурных проектов : учебное пособие / А. В. Плотников, Г. Г. Плотникова. – Краснодар : КГУФКСТ, 2020, 248 с.

ОБРАЗНОЕ РЕШЕНИЕ ХУДОЖЕСТВЕННО-СПОРТИВНЫХ ПРЕДСТАВЛЕНИЙ

Кандидат педагогических наук, доцент Г.Г. Плотникова

Кафедра философии, культуроведения и социальных коммуникаций

*Контактная информация для переписки: 350015, Россия, г. Краснодар, ул. Буденного, 161,
e-mail: tvslovobest@gmail.com*

Аннотация. В статье исследуется понятие «художественный образ» с позиций психологического, феноменологического и семиотического подходов. Выявлены особенности художественного образа как системы конкретно-чувственных деталей, которая раскрывает содержательность структуры композиции художественно-спортивного представления.

Ключевые слова: художественный образ, художественно-спортивные представления, режиссура театрализованных представлений и праздников, событие, парад физкультурников.

Понятие «художественный образ» является ключевым и системообразующим для всех видов искусства. Именно образность отличает искусство от других форм отражения и познания действительности – теоретического (в понятиях) и практического (в деятельности). В этом смысле искусство можно рассматривать как способ мышления художественными образами. Задача исследователей заключается в том, чтобы понять основы художественного образа и выявить особенности его создания в конкретном виде искусства.

Процесс теоретического осмысления понятия «художественный образ» начинается в Античности с Платона и Аристотеля. В то время, как Платон рассматривает образность искусства как копирование смысла реальных объектов, которые являются симуляторами идей бытия, Аристотель представляет искусство как подражание реальной жизни, возвышающее человека над действительностью, очищенной от страстей, где прообразом становится мир не идеальный, но материальный. Теория художественного образа представлена в «Лекциях по эстетике» Г. Гегеля, где концентрируются философские характеристики образа: идейность, эстетическая реальность, художественная мера и т.д. Психологические теории К.Г. Юнга и Э. Нойманна определяют образ в искусстве не как отражение жизненной правды, а как иллюзию, где воплощаются бессознательные и болезненные аспекты «глубин» человеческого духа. В рамках феноменологического подхода искусство выступает не образом действительности, а специфической действительностью, которая находится в непрерывном состоянии конфликта с «физическим порядком» природы и структурами общества. К.Л. Лукичева отмечает, что феноменологические методы позволяют изучать произведения искусства «в их органической целостности, в нераздельности их физических свойств, художественных черт и выражаемого смысла» [3, с. 189], а также избегать

вкусовых пристрастий и суждений о качестве произведения искусства. В смысловой динамике семиотических связей художественная образность становится особой иносказательностью, знаковым сигналом или носителем информации социума. Художественный образ, как условная и чувственно-воздействующая смысловая конструкция, создает динамические подобия между идеальной образностью в сознании воспринимающего и социальной значимостью сторон жизни.

Литературоведческий анализ трактует художественный образ как комплекс конкретно-чувственных аспектов, которые воплощают сюжетный строй художественного произведения (деталей не только внешней, речевой формы, но и внутренней, предметно-изобразительной и ритмически выразительной). Мы поддерживаем мысль о том, что художественный образ как форма мышления в искусстве, обобщает действительность в конкретно-чувственной форме с позиции эстетического идеала художника, подчеркивает экспрессивную первооснову этой системы. В спектакле Ф. Жанти «Неподвижные пассажиры» актеры заворачивают друг друга в оберточную бумагу, но всякий раз, когда один из партнеров выскальзывает из шуршащей оболочки, в руках другого остается лишь скомканный отпечаток лица или тела – это знак невозможной, недостижимой близости. У художника каждая деталь не случайна. Иносказательно-иллюзорная мысль, разворачивает одно явление в содержательности последующих явлений и оправдывается создаваемой логикой художественной структуры произведения. Поэтому справедливо высказывание о том, что термин «художественный образ» невозможно полностью раскрыть без соотнесения с идейно-художественными элементами замысла автора [2, 5].

Рассмотрим образность как выразительное средство, провозглашающее единство мысли и чувства, рационального и эмоционального посредством сопоставления и выражения одного предмета через соотнесение его с другим. Массовость и разнообразие контингента участников, широта тематики и выразительных средств были отличительными чертами физкультурных парадов, которые проводились в СССР в тридцатые годы двадцатого века на Красной площади. Проведенный в честь советской Конституции в 1937 году парад, в 1938 году олицетворял поддержку идеи свободных выборов в Верховный Совет СССР. Такие зрелища, как известно, проводились в движении. Каждая колонна парадного строя динамически реализовывала тематически актуальный ракурс постановщика буквально за считанные секунды. Поэтому важную роль в тематическом воплощении идеи замысла играла форма построения и перестроений колонны, взаимодействие и костюмированность участников парада, оригинальность и синхронность массовых упражнений, предметность выполнения перестроений в движении, конструктивность гимнастических фигур и снарядов в колонне и т.д. В 1939 году Всесоюзный парад физкультурников был посвящен решениям XVIII съезда ВКП(б). А.Н. Филиппов в статье «Советский физкультурный парад 1920-1930-х годов» приводит выдержки из газеты Комсомольская правда: «Как в калейдоскопе меняется вид площади. Она превращается то в березовую рощу,

то в полигон, то в колоссальное поле, то в аэродром, то в безбрежное море с плывущими по нему кораблями. Весь мир услышал могучую поступь самой счастливой молодежи, готовой по первому зову нашей партии до последней капли крови защищать дорогую Родину» [6, с. 32]. О масштабе и художественном воплощении Всесоюзного парада физкультурников в Москве 12 августа 1945 г. свидетельствует кинохроника и фотографии тех лет. Такой формат праздников стал трансляцией послевоенного возвращения советской страны к мирной жизни. Восстановленный Харьковский велосипедный завод в своей колонне представлял спортсменов в красных, голубых и оранжевых майках. В огромной символической корзине ДСО «Пищевик» проносили среди цветов детей, которые лакомились настоящими конфетами. Московские школьники олицетворяли летний пионерский лагерь, где раскинувшись на зеленом ковре Красной площади, белели пятнами палатки. Представители всех союзных республик СССР исполняли свои яркие национальные танцы. Впоследствии различные физкультурные праздники, слеты, парады стали проводить уже на стадионах республик, краев и областей СССР. Они символизировали повсеместное развитие физической культуры и спорта на территории Советского Союза [1].

Характерной особенностью художественно-спортивного представления в масштабах страны и мира является его уникальность как следствие оригинального замысла и эксклюзивного воплощения [4]. И художественный образ, раскрывая необычное взаимоотражение предметов и явлений друг в друге, понятное зрителю – участнику праздника играет в этом событии важную роль. Художественное воздействие образного решения происходит при столкновении той модели мира, которая есть у зрителя, с той моделью, которая предлагается режиссером художественно-спортивного представления. И если в этом столкновении зритель, распознавая знаки и символы увидит себя, то он сам станет участником творческого акта.

Литература:

1. Бич, Ю. Г. История развития физкультурного движения на Кубани в период первой трети двадцатого века / Ю. Г. Бич // Физическая культура, спорт – наука и практика. – 2017. – № 2. – С. 82–85.
2. Гей, Н. К. Художественный образ как категория поэтики / Н. К. Гей // Контекст: Литературно-теоретические исследования. – 1983. – Т. 1982. – С. 68–98.
3. Лукичева, К. Л. О феноменологическом подходе к изучению произведений искусства / К. Л. Лукичева // Вестник РГГУ. Серия: Литературоведение. Языкознание. Культурология. – 2011. – №17 (79). – С. 189–195.
4. Плотников, А. В. Художественно-спортивные зрелища как феномен социокультурной реальности / А. В. Плотников, Г. Г. Плотникова, И. Н. Подольская // Сервис plus. – 2020. – Т. 14, № 4. – С. 76–86.
5. Плотников, А. В. Режиссерский замысел зрелища: реализация в социально-культурном пространстве / А. В. Плотников // Культурная жизнь Юга России: Социальная память. Актуализация. Модернизация : Материалы III Международной научно-практической конференции, Краснодар, 18–19 октября 2018 года. – Краснодар : Краснодарский государственный институт культуры, 2018. – С. 257–261.
6. Филиппов, А. Н. Советский физкультурный парад 1920-1930-х гг / А. Н. Филиппов // Вестник Ярославского государственного университета им. П. Г. Демидова. Серия Гуманитарные науки. – 2012. – № 1(19). – С. 30–33.

ОРИЕНТИРЫ РАЗВИТИЯ ОБРАЗОВАНИЯ В УСЛОВИЯХ ГЛОБАЛИЗАЦИИ

Доктор педагогических наук, доцент Т.Н. Поддубная
Кандидат педагогических наук, профессор В.Г. Минченко
Кандидат экономических наук, доцент Е.Л. Заднепровская

Кафедра социально-культурного сервиса и туризма

*Контактная информация для переписки: 350015, Россия, г. Краснодар, ул. Буденного, 161,
e-mail: tpodd@mail.ru*

Аннотация. Исследованы ориентиры развития образования в условиях глобализации. Обосновано использование в учебно-воспитательной деятельности электронных образовательных ресурсов. Перечислены элементы современного образования в условиях глобализации. Намечены перспективные ориентиры трансформации института образования с учетом современных тенденций его развития.

Ключевые слова: образование; электронные образовательные ресурсы; глобализация; дистанционное обучение; дистанционные образовательные технологии.

Глобальное преобразование всех сфер жизнедеятельности изменило и взгляд на функционирование системы образования, актуализировав важность дистанционных образовательных технологий. Ряд ученых указывают на дальнейшую перспективность использования в учебно-воспитательной деятельности на всех уровнях образовательных учреждений именно электронных образовательных ресурсов: онлайн-платформ, веб-сервисов, облачных технологий, приложений, позволяющих в удаленном формате взаимодействовать всем участникам образовательного процесса независимо от их места нахождения и времени суток [2, 3, 4, 5]. Подобный тип обучения базируется на цифровом аналоге традиционного обучения, но с использованием новых образовательных технологий – EdTech-продуктов, что расширяет в целом возможности образовательной практики в новых условиях глобализации.

Глобализация образования именно в направлении развития и продвижения на рынке образовательных услуг дистанционных образовательных технологий ориентирована на получение новых навыков и новых профессий, позволяет переквалифицироваться, повышать собственную ценность как профессионала. Сегодня наблюдается тенденция востребованности работодателями необходимых профессиональных навыков. Наиболее доступным и продуктивным способом овладения необходимыми навыками является дистанционное образование [1].

Остановимся на некоторых элементах современного образования в условиях глобализации:

- активное применение электронных ресурсов в дистанционном обучении;

- мобильное обучение (m-learning), прирост которого планируется по прогнозам исследователей российского рынка онлайн-образования на 17-23% к 2024 году;
- искусственный интеллект, который имеет широкий спектр разновидностей;
- востребованность практик взаимного, или кросс-, обучения (p2p-learning) с использованием p2p-платформ;
- популяризация игровых технологий в учебной практике при формировании необходимых навыков – геймификация;
- ориентация онлайн-обучения на практики talent development («управления талантами»);
- создание учебными заведениями электронных информационных образовательных сред, позволяющих эргономично коммуницировать всем участникам образовательного процесса [1].

Следовательно, можно говорить о зарождении совершенно новой модели образования, базовой составляющей которой, являются дистанционные образовательные технологии, что в целом провоцирует изменение взаимодействия человека с окружающей средой, друг с другом.

Литература:

1. Исследование российского рынка онлайн-образования: URL https://innoagency.ru/files/Issledovanie_rynka_rossiyskogo_online_obrazovania_2020.pdf (дата обращения 03.04.2021).
2. Панина, Е. А. Актуальные вопросы цифровизации образования в современных условиях / Е. А. Панина // Вестник Майкопского государственного технологического университета. – 2020. – Вып. 3. – С. 60–67.
3. Панина, Е. А. Дистанционное обучение в профессиональном образовании: актуальные вопросы / Е. А. Панина // Вестник Майкопского государственного технологического университета. – 2021. – Том 13, № 1. – С. 63–68.
4. Уджуху, И. А. Электронная информационно-образовательная среда современного вуза: понятие, структура, применение / И. А. Уджуху, Р. К. Мешвез, Ю. В. Манченко, Т. Э. Галюнок // Вестник Майкопского государственного технологического университета. – 2020. – № 1 (44). – С. 113–121.
5. Уджуху, И. А. Электронное обучение в вузе как новая образовательная парадигма / И. А. Уджуху, Р. К. Мешвез // Вестник Майкопского государственного технологического университета. – 2021. – Том 13, № 1. – С. 75–81.

УДК: 378.14

**РАЗВИТИЕ ТВОРЧЕСКОГО ПОТЕНЦИАЛА БУДУЩИХ РЕЖИССЕРОВ
ТЕАТРАЛИЗОВАННЫХ ПРЕДСТАВЛЕНИЙ И ПРАЗДНИКОВ
В ПРОЦЕССЕ ПРЕПОДАВАНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ
«СЦЕНИЧЕСКАЯ ПЛАСТИКА И ХОРЕОГРАФИЯ»**

Старший преподаватель И.Н. Подольская

Аспирант А.И. Догадова

Кафедра философии, культуроведения и социальных коммуникаций

Контактная информация для переписки: 350015, Россия, г. Краснодар, ул. Буденного, 161,

e-mail: podolskaya-i@mail.ru

Аннотация. В статье рассмотрены особенности творческого потенциала будущих режиссеров театрализованных представлений и праздников. Исследована роль дисциплины «Сценическая пластика и хореография» в формировании творческих способностей обучающихся направления подготовки «Режиссура театрализованных представлений и праздников» в Кубанском государственном университете физической культуры, спорта и туризма.

Ключевые слова: творчество, творческий потенциал, творческие способности, обучающиеся, режиссер театрализованных представлений и праздников.

Творчество – это деятельность, направленная на создание качественно новых, неизвестных ранее духовных или материальных ценностей. Творчество позволяет человеку самоутвердиться как личности, чувствовать динамизм, полноту жизни и свободу. Сейчас проблема творчества приобрела особую остроту и актуальность, поскольку развитие современного человечества, его производства, наращивания темпа научно-технического прогресса требуют не только квалифицированных кадров, организованного и добросовестного труда, но и увеличения числа творческих людей и доли творческого труда.

Одним из приоритетных направлений образования является развитие творческого потенциала у обучающихся высших учебных заведений, обогащение их духовного мира, социального опыта, получение ими знаний, практических навыков, развитие их дарований, формирование современного мировоззрения, основанного на ценных достижениях мировой культуры [4]. Творческий потенциал личности – сложная структура, включающая эмоциональную культуру, врожденные таланты, широкую общекультурную эрудицию, мировоззрение, образное мышление, способность моделировать разнообразные способы творческой деятельности [1]. Творческий потенциал развивается постепенно, через обогащение творческого опыта, систематическое направление на творческую деятельность, воспитание потребности в творчестве.

Каждая личность имеет ярко выраженный индивидуальный творческий потенциал, эффективным средством развития которого является искусство.

Непосредственная художественно-творческая деятельность успешно способствует развитию образности мышления, стремлению к творчеству как универсальному качеству личности. Основным условием проявления творчества считается владение определенными навыками, только так у человека появляется возможность сосредоточиться на главных моментах, от которых напрямую зависит успех его деятельности. Чем больше человек обладает определенными навыками, тем больше творчества он может внести в свою деятельность. Известно, что творческая способность является врожденной, однако немалую ее часть предопределяет работа и опыт. Творческая способность постоянно совершенствуется, если человек тренирует свои особые природные данные.

Комплексный характер профессиональной подготовки будущего режиссера театрализованных представлений и праздников предполагает изучение обучающимися целого спектра специальных курсов, направленных на формирование основных профессиональных качеств режиссера и навыков постановочной деятельности [2]. Важную роль в подготовке режиссеров играют дисциплины, среди которых – «Основы режиссуры и мастерства актера в театрализованных представлениях и праздниках», «Режиссура театрализованных представлений и праздников», «Сценарное мастерство», «Режиссура художественно-спортивных представлений и праздников», «Сценическая пластика и хореография» и другие. Все дисциплины предусматривают такой вид деятельности, как творческая работа, что безусловно способствует развитию творческого потенциала обучающихся [3].

Дисциплина «Сценическая пластика и хореография» призвана развить интерес к творчеству у обучающихся, а также укреплять творческое стремление к самовыражению через движение. Не всякое движение на сцене становится знаком, выражающим состояние души и мысли персонажа, а лишь то, которое осознанно выстроено в процессе репетиций и освоено обучающимся как необходимое действие. Сознательный уход от автоматизма в движении, ощущение развития движения как единого процесса, точность и оригинальный колорит жеста, умение выстраивать пластическую фразу и пластический диалог с партнером на основе хорошо освоенных навыков – вот слагаемые актерской техники, делающие движение на сцене выразительным. В рамках данной дисциплины в КГУФКСТ осваиваются следующие индикаторы достижения универсальных и профессиональных компетенций: – УК-5.2. учитывает при социокультурном и профессиональном общении историческое наследие и социокультурные традиции различных социальных групп, этносов и конфессий, включая мировые религии, философские и этические учения; УК-7.2. использует основы физической культуры с учетом особенностей социальной и профессиональной деятельности для обеспечения работоспособности; ПК-2.3. осуществляет самостоятельную постановку режиссерско-творческих программ с использованием технических средств и сценического оборудования; ПК-3.2. использует технологии режиссуры театрализованных представлений и праздников в разных сферах деятельности.

Целью дисциплины «Сценическая пластика и хореография» является подготовка обучающихся к самостоятельной работе по созданию хореографических постановок по всем законам режиссуры и создания сценического образа с помощью выразительных средств хореографического и театрального искусства. Среди задач данной дисциплины: воспитание пластической выразительности, умение слышать музыку и переводить ее на язык действия, развитие воображения, творческой фантазии и всестороннее их использование, взаимодействие с танцевальной техникой для создания образа в танце. Все занятия предусматривают выполнение различных творческих заданий в рамках музыкально-сценической, актерской, хореографической деятельности. Индивидуальным заданием является постановка и актерское исполнение этюдов на основе классического, народного, историко-бытового танца или современных направлений хореографии, где обучающиеся выступают в роли сценаристов, актеров, режиссеров и хореографов. Выполняя творческие задания в процессе освоения дисциплины «Сценическая пластика и хореография», обучающийся совершает большое количество выборов, в результате чего формируется индивидуальный стиль деятельности, развивается творческий потенциал личности.

Таким образом, дисциплина «Сценическая пластика и хореография» обеспечивает гармонию физического, духовного, эстетического, художественного и творческого развития личности будущих режиссеров театрализованных представлений и праздников, способствует совершенствованию творческих качеств и способностей, развитию познавательной активности и эмоциональной отзывчивости, эстетических потребностей и вкусов, стимулирует стремление к самосовершенствованию.

Литература:

1. Мишина, Т. В. К вопросу о формировании творческих способностей и креативного мышления у режиссеров театрализованных представлений и праздников / Т. В. Мишина, А. И. Догадова // *International Journal of Professional Science*. – 2020. – № 9. – С. 11–16.
2. Плотников, А. В. Практика межкурсового взаимодействия в процессе обучения бакалавров социально-культурной сферы // В сборнике : Актуальные проблемы модернизации высшей школы: резервы отечественной высшей школы в совершенствовании профессиональной подготовки специалистов : Материалы XXXI Всероссийской научно-методической конференции с международным участием. – 2020. – С. 243–246.
3. Плотников, А. В. Особенности организации учебного процесса направления подготовки 51.03.05 «Режиссура театрализованных представлений и праздников» по ФГОС ВО 3++ / А. В. Плотников, Г. Г. Плотникова // Материалы научной и научно-методической конференции профессорско-преподавательского состава Кубанского государственного университета физической культуры, спорта и туризма. – 2019. – № 1. – С. 141–143.
4. Плотников, А. В. Развитие одаренности студента вуза средствами театральной педагогики / А. В. Плотников, И. Н. Подольская, Г. Г. Плотникова // Проблема одаренности в трудах отечественных и зарубежных ученых: генезис и развитие : Коллективная монография. – Ялта, 2020. – С. 170–179.

УДК: 130.2

ДИСКУРС ТЕЛЕСНОСТИ В КОНТЕКСТЕ СОЦИОКУЛЬТУРНЫХ ТРАНСФОРМАЦИЙ: ТРАДИЦИЯ VS СОВРЕМЕННОСТЬ

Доктор исторических наук, профессор Т.А. Самсоненко¹

Доктор социологических наук, профессор В.Н. Нехай¹

Доктор философских наук, профессор А.А. Шаов²

¹*Кафедра философии, культуроведения и социальных коммуникаций, КГУФКСТ*

²*Кафедра философии и социологии, АГУ*

*Контактная информация для переписки: 350015, Россия, г. Краснодар, ул. Буденного, 161,
e-mail: samsonenko1962@mail.ru*

Аннотация. В статье рассматриваются особенности эволюции социально-философского и культурно-исторического дискурса телесности в процессе социокультурных изменений. Делается вывод о том, что ослабление этико-нормативного влияния традиционных ценностей на духовную жизнь общества усиливает значимость концепта тела в культурном пространстве современности.

Ключевые слова: тело, дух, традиция, современность, эстетический перфекционизм.

В начале 21 века человечество оказалось в ситуации неопределенности. С одной стороны, наблюдаются процессы реконструкции традиционных общественных институций, апеллирующих к примордиальным ценностям аутентичных культур. Указанная тенденция усиливается нарастанием потребности широких общественных масс в сохранении локальных ценностей, которые на протяжении долгих веков воспроизводили их жизненный мир. Его экзистенциальный ресурс обеспечивался комплексом этико-нормативных регулятивов, отвечавших за сохранение традиционной соционормативности народа.

С другой стороны, происходит дальнейшая унификация мирового культурного пространства, которое форсирует ослабление культурно-исторического кода локальных сообществ. Нарастающая культурная глобализация, провайдером которой становится всемирная паутина, снимает с повестки дня «пространственные, коммуникативные и транзакционные ограничения», усиливает энтропийный эффект современности и радикально пересматривает систему традиционных идентичностей. По сути, человечество постепенно снимает с себя «оковы традиции», воспринимающиеся в условиях упрощения экзистенциальной параметрики бытия в качестве репрессивного механизма, в связи с чем, безальтернативной концепцией культурного развития современного общества провозглашается утилитарно-гедонистическая парадигма.

Указанные трансформации приводят к дальнейшему раскрепощению культурных институций и продуцируемых ими способов самовыражения человеческой индивидуальности, которая раскрывается через диалектико-

оппозиционное конструирование тела и духа как имманентной атрибуции человека. Целостное понимание личности в традиционном обществе предполагало единство духовного и телесного начал, которые гармонично дополняли друг друга. Диалектика тела и духа стала предметом социально-философского анализа еще с эпохи Античности, в которой телесное начало рассматривалось в контексте перфекционистских ориентаций. Так, бог Аполлон стал выразителем телесного совершенства, к достижению которого стремились благородные жители древнегреческих полисов.

В Средневековой Европе проблема единства тела и духа фундируется посредством апологетики аскезы как атрибута добродетельного бытия. Именно через привитие аскетических ценностей, которые провозглашают телесные страдания и душевную кротость фундаментальными принципами вхождения в онтологическое пространство сакрального мира, личность приближается к пределам имманентного совершенства. Как справедливо отмечает А.Г. Фаустова, в эпоху Средневековья в сознании европейского обывателя укоренилось презренное отношение к человеческой телесности, а само тело обрело наименование «футляра» духовности [1, с. 41].

Однако уже в эпоху Ренессанса интерес человечества к здоровому телу, свободному от «трансцендентных истязаний», возрождается. Тело становится не только эстетическим конструктом, выражающим совершенство плоти человека, но и энергетику духа. Земная природа человека объективируется в образе тренированного, физически привлекательного и соблазнительного тела, которое «тиражируется» в многочисленных произведениях изобразительного искусства (Л. да Винчи, Микеланджело, С. Боттичелли).

В Новое время интерес к телесному совершенству в произведениях искусства и культурных практиках человечества отмежевывается от параметрики эстетического перфекционизма. Дальнейшая эскалация интереса к человеческому телу происходит уже во второй половине XX столетия в период маскультурной революции. Оно актуализируется через призму спортивно-медицинского, рекламного, модельного и порнографического аспектов культуры. По сути, современная массовая культура расширила горизонты телесной субъектности до универсальных масштабов, подчинив ей практически все смыслотворческие интенции человека. И трудно возразить французскому философу М. Мерло-Понти, который трактует тело как естественное продолжение мира, состоящее «из той же плоти, что и мир, будучи вплетенным в его ткань, тело вместе с тем является «мерой всего», «универсальным измерителем» [2, с. 138].

Продолжая логику М. Мерло-Понти, отечественный культуролог И.М. Быховская утверждает, что развитие телесной культуры в современных условиях стало одной из форм вхождения человека в пространство культуры, привело к формированию «правильных» нравственных и эстетических качеств в современном обществе. Утверждение массового спорта рассматривалось как один из маркеров противоположения нового мира «старому» [3, с. 65], репрессирующему и дискриминирующему самодостаточную личность. Более того, в современном глобальном мире природа человека распознается через т.н.

«тело культурное», выступающее его символическим капиталом и репрезентирующее антропную сущность личности.

В этой связи, в общественном сознании укореняется понимание тела через призму утилитарного гедонизма, согласно которому вся полнота человеческого бытия реализуется посредством инкорпорации потребительства в этико-нормативное пространство современности. По сути, в структуре личности закрепляется принцип телесного рабства, воплощенный в ницшеанском определении современных потребителей как «карликов бытия с похотливыми тельцами».

Тело в условиях современных культурных трансформаций превращается в онтологический конструкт потребительского общества, в результате чего происходит переход от ценности тела к его культу, причем с ярко выраженной артикуляцией на молодости и здоровье как ее имманентного атрибута. Спорт, выступавший в традиционном обществе способом поддержания баланса телесных и духовных сил, преобразуется в инструмент континуализации неувядающей телесной молодости. Более того, дискурс телесности встраивается в систему эстетических запросов общества, тем самым транслируя концепт здорового тела во все сферы духовной жизни, и, в первую очередь, в искусстве.

Использование тела как произведения искусства уверенно вошло в систему современной массовой культуры. «Косметические практики трансформации тела – это способы обыденного или специализированного визуального преобразования телесности, связанные с живописным или живописно-пластическим оформлением внешнего вида человека без нарушения биологических структур его тела средствами декоративной косметики, грима (театральной косметики), косметических красок, декоративных элементов и спецэффектов». Каждый, благодаря современным технологиям, может быть творцом своего тела и легко устроить собственную «передвижную» выставку, гуляя по улицам города [4].

Таким образом, можно утверждать, что тело в современном мире массовой культуры становится наиболее востребованной сферой эстетических и этико-нормативных приложений, которые в значительной степени деформируют духовные ценности традиционного общества. Разнообразные эксперименты над телом репрезентируют не только социальную потребность в поддержании здорового образа жизни личности [5, с. 67-68], но и формируют ее новый облик, свободный от соционормативных императивов традиции. «Трансформация» тела прочно входит в обиход человеческой жизни, становится элементом современной моды, которая радикально разрывается с этическими конвенциями традиционного общества и манифестирует абсолютное доминирование телесного начала над духовной природой человека. Думается, что подобный сценарий развития личности несет в себе опасность утраты морального облика общества, в связи с чем возникает потребность в переосмыслении проблемы гармонизации тела и духа как базовых антропологических конструктов человечества.

Литература:

1. Хаустова, А. Г. Историческая динамика представлений о человеческом теле, внешности и физической привлекательности // *Личность в меняющемся мире: здоровье, адаптация, развитие*. – 2013. – №1. – С. 35–55.
2. Декомб, В. *Современная французская философия*. – Москва : Весь Мир, 2000. – 344 с.
3. Быховская, И. М. «Человек телесный» в социокультурном контексте раннесоветской эпохи: аксиология и социальные практики // *Вестник РГГУ. Серия «Литературоведение. Языкознание. Культурология»*. – 2019. – № 8. – С. 65–82.
4. Королев, А. Д. Отношение к человеческому телу как глобальная проблема // Тезисы докладов участников 24 Всемирного философского конгресса. Пекин, 13–18 августа 2018. <http://rfo1971.ru/wp-content/uploads/2018/09/Korolyov-A.D..pdf>
5. Мишина, Т. В. Гуманистическая направленность современного спорта / Мишина Т.В., Самсоненко Т.А., Еремина Е.А. // *The Scientific Heritage*. – 2020. – № 54-3 (54). – С. 67–68.

СТРУКТУРА И ОСОБЕННОСТИ ЯЗЫКА СПОРТИВНОГО РЕКЛАМНОГО ДИСКУРСА

Кандидат филологических наук, доцент Ф.Н. Шарикова
Кандидат филологических наук, доцент Ж.А. Терпелец

Кафедра иностранных языков

*Контактная информация для переписки: 350015, Россия, г. Краснодар, ул. Буденного, 161,
e-mail: emma.sharikova@yandex.ru*

Аннотация. В последнее время наблюдается стремительный рост использования спортивной рекламы в различных СМИ. Однако, что касается языковых особенностей спортивного рекламного дискурса, то они требуют дальнейшего детального изучения. В представленной статье делается попытка проанализировать некоторые лингвистические особенности спортивного рекламного дискурса.

Ключевые слова: рекламный дискурс, спортивная реклама, язык спортивных рекламных текстов.

В настоящее время реклама уже стала частью нашей повседневной жизни. В современном мире трудно себе представить продвижение товаров и услуг без рекламы. С помощью рекламы можно охватить большие массы потенциальных потребителей. Спорт также является продуктом, спрос на который в обществе-потребителе растет с каждым годом. Он стал продуктом маркетинга, приносящим огромные доходы лицам, которые занимаются проблемами спорта, ее среды и инфраструктуры. К спортивной рекламе можно отнести имиджевую рекламу спортивной организации, рекламу спортивных товаров, рекламу услуг спонсоров, рекламу спортивных мероприятий, команд, рекламу спортивных сооружений. Она может размещаться в различных СМИ, а также на щитах, на спортивных стадионах, на форме игроков, на снаряжении, на спортивных сооружениях.

Реклама в спортивной индустрии ставит перед собой следующие задачи: предоставление информации о продукте или услуге, раскрытие их лучших сторон и воздействие на потенциального покупателя с целью приобретения им определенной продукции или услуги. С этой точки зрения, спортивная реклама рассматривается как вид неличной коммуникации, передаваемый с помощью разнообразных средств массовой информации.

Следует выделять рекламу как особый вид сообщения, где сочетаются три составных элемента: вербальный текст, звучание и визуальный ряд. И, по-видимому, чем удачнее будет взаимосвязь всех образующих ее частей, тем действеннее будет текст рекламы.

В настоящее время лингвисты активно изучают организацию спортивных рекламных текстов, их жанровые разновидности, их особый дискурс. Многие ученые отмечают, что рекламный текст как связный текст представляет собой именно дискурс в совокупности с экстралингвистическими, социокультурными,

психологическими и другими факторами. При этом дискурс рассматривается как речевое взаимодействие между автором и потребителем услуг. Специфичность языка рекламных текстов прослеживается и в ее структуре, состоящей из четырех составляющих, которые почти всегда используются в рекламе: заголовок, основной текст, рекламный лозунг (слоган) [1].

Следует отметить, что в рекламных сообщениях используются как фонетические, лексические, так и синтаксические языковые средства. Среди фонетических средств часто используется звукоизобразительность. Употребление такой лексики часто можно встретить в текстах спортивной рекламы.

Например:

To look glamorous, glossy and gorgeous (реклама спортивных товаров в журнале *Glamour*). Данное предложение служит примером использования фонестемы gl-. Слова с данной фонестемой передают идею свечения, блеска.

С точки зрения использования лексических средств в спортивном рекламном тексте, следует отметить частое употребление эмоционально-окрашенных слов.

Например:

«Extreme comfortable» (реклама спортивной одежды Columbia).

«Adidas makes you better» (реклама спортивной одежды Adidas).

«Supreme comfort» (реклама спортивной обуви Adidas).

«The lightest. The fastest» (реклама спортивной обуви Adidas).

Употребление в данных примерах прилагательных *extreme*, *better* и *supreme* и т.д., обладающие эмоционально-оценочными коннотациями, формируют у потребителя положительное мнение о рекламируемом товаре.

В рекламных текстах довольно часто используются выразительные средства языка для достижения большей экспрессии. Различного рода тропы помогают создать неповторимый образ рекламируемого товара. Для этих целей часто используют сравнение.

«Fast feels better than slow» (реклама спортивных кроссовок фирмы Adidas).

Нередко используется и гипербола в качестве преувеличения изображаемого предмета или явления ради его выразительности.

Например:

«Speed of light» (реклама спортивной обуви Adidas).

«Run with the ocean» (реклама спортивных кроссовок фирмы Adidas).

Фразеологические единицы также довольно часто используются в текстах спортивной рекламы.

Например:

«Be on cloud nine» (реклама спортивной обуви фирмы Nike).

К синтаксическим особенностям англоязычных текстов рекламы спортивных товаров относятся синтаксические средства, среди которых находится инверсия, использование восклицательных предложений и т.д.: Например употребление побудительных (восклицательных) предложений

связано с основной целью рекламного текста – вызвать интерес, привлечь внимание потенциального потребителя.

Например:

Simply stated! Superbly crafted! Sensibly priced! - реклама тренажеров и комплектующих;

Surround yourself with our equipment! (продажа спортивного инвентаря).
Вышеперечисленные синтаксические средства тесно связаны с коммуникативной и прагматической функциями языка, важнейшими для рекламного дискурса.

Использование языковых средств придает спортивному рекламному тексту неповторимость и своеобразие, делает его более красочным и запоминающимся.

Литература:

1. Снегирева, Л. А. Прагматические импликатуры рекламных текстов (на материале английского языка) : автореферат диссертации на соискание ученой степени кандидата филологических наук. 10.02.04. / Минский лингвистический университет. – Минск, 2001.
2. Розенталь, Д. Э. Язык рекламных текстов / Д. Э. Розенталь, Н. Н. Кохтев. – Москва : [Б.И.], 1981.
3. Лазарева, Э. А. Стилистика рекламы. – Екатеринбург : Изд-во «Архитектон», 2005.
4. Dyer G. Advertising as communication. – London, N.Y., 1982

МЕТОДИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ МАРКЕТИНГОВЫХ ИССЛЕДОВАНИЙ В ТУРИЗМЕ

Кандидат педагогических наук, доцент О.В. Шпырня

Кафедра социально-культурного сервиса и туризма

Контактная информация для переписки: 350015, Россия, г. Краснодар, ул. Буденного, 161,

e-mail: oleg_shpyrnya@mail.ru

Аннотация. В представленной научной статье подробно анализируются методические основы маркетинговых исследований в туризме. Рассмотрены основные научно-исследовательские методы, лежащие в основе осуществления маркетинговых исследований. Отмечена взаимосвязь с другими науками, прежде всего, психологией и социологией. Определено, что в основе маркетинговых исследований в туризме должен лежать принцип научности и объективности.

Ключевые слова: маркетинговые исследования, туризм, научно-исследовательские методы, анализ.

Планирование и разработка процесса организации маркетинговых исследований в туризме подразумевает возможность для туристского предприятия сформировать и претворить в жизнь комплекс маркетинга и маркетинговых коммуникаций, что сегодня является неотъемлемым условием эффективного функционирования компании в индустрии туризма. Данный факт обуславливает необходимость комплексного и всестороннего мониторинга определенных показателей деятельности, сказывающихся на функционировании туристского предприятия. При этом стоит отметить, что процесс организации маркетинговых исследований сегодня является фактором повышения конкурентоспособности предприятий индустрии туризма [5], а также содействует пониманию того, как нам привлекать туристов, в том числе и иностранных [4].

Методические основы осуществления маркетинговых исследований в туризме представлены комплексом научно-исследовательских методов, среди которых можно выделить:

- общенаучные методы;
- аналитико-прогностические методы.

По мнению Е.А. Джанджугазовой, к общенаучным научно-исследовательским методам относятся:

- метод системного анализа;
- метод комплексного анализа;
- метод программно-целевого планирования [2].

Метод системного анализа имеет достаточно обширное применение при осуществлении маркетинговых исследований в туризме, что обусловлено наличием возможности проводить детальный анализ различных ситуаций, встречающихся на рынке туристских услуг. При этом можно анализировать как

весь рынок туристских услуг в целом, так и его отдельные субъекты, учитывая влияние макро и микросреды, а также различные причинно-следственные связи. Например, многие текущие изменения на рынке туристских услуг в настоящее время обусловлены деятельностью государства, связанной с введением ограничений на пересечение государственной границы из-за угрозы заболевания вирусом COVID-19, что является доказательством влияния макросреды.

Метод комплексного анализа подразумевает возможность исследования исключительно рыночных аспектов функционирования туристского предприятия, рассматривания рынок туристских услуг исключительно как совокупность деятельности различных объектов, имеющих разные проявления. В противовес предыдущему примеру, здесь проблема, возникающая на рынке туристских услуг, рассматривается как результат конъюнктурных колебаний, прежде всего, сезонных изменений спроса и предложения туристских услуг. Соответственно, здесь изучаются такие аспекты анализируемых объектов, в результате которых появляется возможность разрабатывать стратегические и тактические планы работы на рынке туристских услуг [3].

Метод программно-целевого планирования, как правило, используется при обосновании, разработке и реализации долговременных проектов, связанных с осуществлением маркетинговой деятельности туристского предприятия. Также в профессиональной среде есть мнение, что маркетинг туристского предприятия – это и есть в какой-то степени программно-целевое планирование деятельности компании на рынке туристских услуг, в результате чего формируется комплекс маркетинга и маркетинговых коммуникаций туристского предприятия [1].

К аналитико-прогностическим научно-исследовательским методам можно отнести:

- метод линейного программирования;
- метод коммуникации;
- метод планирования сетевых структур;
- метод бизнес-планирования;
- методы математической статистики;
- метод экспертного контент-анализа [23].

При этом стоит отметить мнения ряда специалистов, считающих, что при организации маркетинговых исследованиях в туризме достаточно активно задействуются научно-исследовательские методы из других наук. Прежде всего, подобное заимствование можно проследить из психологии, так как в маркетинговых исследованиях рынка туристских услуг и, прежде всего, потребителей туристских услуг, наибольшее внимание уделяется мотивационным аспектам поведения туристов (что они ждут от приобретения того или иного туристского продукта), их психографическим характеристикам (почему они приобретают тот или иной туристский продукт, что ими движет и чем это обусловлено). Также с помощью различных психологических тестов и организации фокус-групп можно эффективно оценить, как воспринимают туристы те или иные действия туристского предприятия.

Говоря о задействовании научно-исследовательских методов из других наук, стоит отметить широкое применение в маркетинговых исследованиях в туризме социологических методов. Практически любое маркетинговое исследование в туризме начинается с анкетирования или опроса, что предоставляет возможность туристскому предприятию осуществлять постоянный мониторинг процессов распространения информации о нем на целевом рынке, определять отношение целевого рынка к производимым и (или) реализуемым туристским услугам [6].

В заключении хотелось бы отметить, что, несмотря на наличие различных методов реализации маркетинговых исследований в туризме, самым важным фактором, который необходимо в обязательном порядке ставить на первое место, является объективность проведения исследования, которая подразумевает обязанность исследователя базироваться в своих выводах и суждениях исключительно на научных фактах, исключив фактор субъективизма. Нельзя полагаться только на свое, пусть даже очень профессиональное, мнение, так как это может спровоцировать ситуацию, когда результаты исследования начинают «подгоняться» под мнение исследователя.

Также в качестве обобщающего вывода хотелось бы отметить, что в основе методологии проведения маркетинговых исследований в туризме должен лежать научный подход, а именно необходимо стремиться к получению максимально достоверной, точной, актуальной и релевантной информации.

Литература:

1. Аль-Муради, Ю. Роль маркетинговых исследований в сфере туризма / Ю. Аль-Муради // Вопросы устойчивого развития общества. – 2020. – № 7. – С. 177–181.
2. Джанджугазова, Е. А. Маркетинговые технологии в туризме: маркетинг туристских территорий: учебное пособие / Е. А. Джанджугазова. – Москва : Юрайт, 2019. – 208 с.
3. Маркетинговые исследования в туризме / С. Н. Кузнецова, Е. П. Козлова, А. Д. Чихутова [др.] // Инновационная экономика: перспективы развития и совершенствования. – 2020. – № 6 (48). – С. 147–153.
4. Пампура, Б. А. Использование маркетинговых методов для привлечения иностранных туристов / Б. А. Пампура, О. В. Шпырня // Тезисы докладов XXXXIII научной конференции студентов и молодых ученых Кубанского государственного университета физической культуры, спорта и туризма : Материалы научной конференции. Кубанский государственный университет физической культуры, спорта и туризма. – 2016. – С. 121–122.
5. Шпырня, О. В. Современные маркетинговые технологии как фактор повышения конкурентоспособности предприятий индустрии туризма / О. В. Шпырня, Е. Ю. Глоба, В. А. Драгина, В. И. Мирошниченко // Научный вестник Южного института менеджмента. – 2020. – № 2 (30). – С. 104–108.
6. Шпырня, О. В. Современные подходы в маркетинге туристских услуг / О. В. Шпырня // Материалы научной и научно-методической конференции профессорско-преподавательского состава Кубанского государственного университета физической культуры, спорта и туризма. – 2015. – № 1. – С. 77–78.

УДК: 81'42

**ЯЗЫКОВОЕ ВЫРАЖЕНИЕ ПОЛИТКОРРЕКТНОСТИ
В ИНКЛЮЗИВНЫХ ВИДАХ СПОРТА
(НА МАТЕРИАЛЕ АНГЛИЙСКОГО ЯЗЫКА)**

Кандидат филологических наук, профессор Л.Г. Ярмолинец

Кандидат филологических наук, доцент О.Б. Анисимова

Кандидат филологических наук, доцент Ж.А. Терпелец

Кафедра иностранных языков

*Контактная информация для переписки: 350015, Россия, г. Краснодар, ул. Буденного, 161,
e-mail: anisimova_1973@mail.ru*

Аннотация. В статье рассматривается явление политкорректности, ее культурно-поведенческие и языковые характеристики, социальная модель инвалидности. Рассматривается языковая реализация политкорректности в наименовании субъектов деятельности в инклюзивных видах спорта.

Ключевые слова: политкорректность, спортивный дискурс, инклюзивные виды спорта, инвалидность, социальная модель, эвфемистические единицы.

Политическая корректность тесно взаимосвязана с идеологическими реалиями современного общества и представляет собой некое языковое движение, направленное на языковую терпимость и толерантность. Одной из главных причин явления политкорректности считают неприятие оскорбительного отношения, унижительного обращения к людям в определенном социуме в случае их отличительных особенностей или недостатков.

Явление политкорректности рассматривалось как зарубежными, так и отечественными лингвистами (П. Берман, Д. Равич, Л.В. Мерзлякова, В.В. Панин) [6, 8, 2, 4]. На наш взгляд наиболее полным определением политкорректности представлено С.Г. Тер-Минасовой. Под политкорректностью понимается стремление языка «найти новые способы языкового выражения взамен тех, которые задевают чувства и достоинства индивидуума привычной языковой бестактностью и/или прямолинейностью в отношении расовой и половой принадлежности, возраста, состояния здоровья, социального статуса, внешнего вида и т. п.; языковая корректность – весьма положительное старание не обидеть, не задеть чувства человека, сохранить его достоинство, хорошее настроение, здоровье, жизнь» [5: 216].

Исходя из приведенных выше определений следует то, что политкорректность можно охарактеризовать с точки зрения культурно-поведенческого и языкового аспекта. Культурно-поведенческая характеристика тесно связана с идеологией, политикой, религией, экономическим развитием общества; языковой аспект политической корректности проявляется в поиске новых языковых средств и корректировке уже существующей негативно-окрашенной лексики.

Явление политкорректности прослеживается в спортивном дискурсе. Это объясняется тем, что спорт представляет собой многогранный организм, в котором находят отражения вопросы не только спортивной, но и часто социальной, политической жизни общества, требующие от говорящего особой избирательности в выборе языковых средств. Отмечается, что английский язык более политкорректен, чем русский. Эта особенность ярко выражена в языковой реализации наименования субъектов деятельности (спортсменов) в инклюзивных видах спорта.

То, как мы пишем и говорим о людях с ограниченными возможностями, может повлиять на их восприятие сообществом. Одни слова по самой своей природе унижают. Другие создают ошибочные стереотипы, полностью удаляя сострадание, гуманность. Эти слова в конечном итоге используются как ярлыки для разделения и ограничения в обществе. Эти ярлыки влияют на наше восприятие, сосредотачиваясь только на одном аспекте человека, его инвалидности, и игнорируют другие его роли и атрибуты.

На сегодняшний день существует смешанное понимание инвалидности и того, как лучше всего определять и говорить об этом в контексте спорта. Согласно Всемирной организации здравоохранения инвалидность используется как общий термин, охватывающий нарушения, ограничения активности и ограничения участия [1].

Инвалидность – это не просто индикатор проблемы со здоровьем, а часть жизненного опыта человека. Он включает в себя физические и функциональные характеристики тела человека, а также взаимодействие с обществом, в том числе взаимодействие в спортивных условиях.

Ключевым положением представляется социальная модель инвалидности, согласно которой человек является инвалидом из-за внешних по отношению к нему факторов: социальные отношения, окружающая среда, политика и культура и пр., которые ограничивают, отделяют и умаляют человека с ограниченными возможностями. Иначе говоря, люди становятся инвалидами не по состоянию здоровья, а из-за того, как мир воспринимает их [7].

Применение социальной модели к языку уводит нас от физической неспособности человека к тому, кем является человек и чем он ценен.

Исследование англо-язычных текстов спортивной тематики позволило выделить большое количество эвфемистических единиц, называющих спортсменов с ограниченными возможностями. Анализ показал, что чаще всего используются выражения *person with limited abilities*, *person/people with disabilities*, являющиеся эвфемизмами по отношению к прямой номинации *invalid* или *disabled*. В эвфемизмах данного типа ключевым словом является *person* – человек. Например: *a person who walks with a mobility aid* (человек, который ходит со средством, помогающим передвигаться) вместо *cripple or crippled* (калека); *a person with intellectual impairment* (человек с интеллектуальными нарушениями) вместо *mentally retarded* (умственно отсталый); *person with a disability since birth/ person with a congenital impairment* (человек с инвалидностью с рождения) вместо *defect* (дефективный); *a person*

with Down syndrome (человек с синдромом Дауна) вместо *Down syndrome* (синдром Дауна); *a person with a physical impairment* (человек с нарушением физического развития) вместо *disabled or handicapped* (инвалид); *person who is of short stature* (человек невысокого роста) вместо *dwarf* (карлик); *person with paraplegia* (человек с параплегией) вместо *paraplegic* (параплегик).

Существуют так же некоторые термины, которые помогают в организации спорта для людей с ограниченными возможностями и используются только для спортсменов в паралимпийских классификациях на паралимпийских соревнованиях. Например: *para-swimmer* (пара-пловец), *para-cyclist* (пара-велосипедист), *para-rower* (пара-гребец), *paralympian* (паралимпиец), *athlete with Disability (AWD)* (спортсмен с ограниченными возможностями) [3].

В данных примерах проявляется основная языковая функция политкорректности – функция смягчения речи. Благодаря таким заменам формируется отношение к людям, имеющим физические недостатки, как к полноценным, полноправным членам спортивного сообщества, что способствует их социальной интеграции.

Литература:

1. Всемирная организация здравоохранения. Инвалидность. – Режим доступа: URL: <https://www.who.int/topics/disabilities/ru/>
2. Мерзлякова, Л. В. Языковой аспект политкорректности / Л. В. Мерзлякова // Вестник ОГУ. – № 6. – 2002. – С. 137–140.
3. Официальный сайт Паралимпийского комитета РФ. – Режим доступа: URL: // www.paralymp.ru
4. Панин, В. В. Политическая корректность как языковая и культурно-поведенческая категория / В. В. Панин // Межкультурная коммуникация: современные тенденции и опыт. Материалы всероссийской научно-практической конференции. – Нижний Тагил, 2003. – С. 105–108
5. Тер-Минасова, С. Г. Язык и межкультурная коммуникация / С. Г. Тер-Минасова. – Москва : Слово, 2000. – 624 с.
6. Berman, Paul, ed. *Debating P.C.: The Controversy Over Political Correctness on College Campuses*. – New York: Dell Publishing, 1992.
7. *Guide to inclusive language in sport for people with disability*. – Режим доступа: URL: <https://inclusivesportdesign.com/resources/guide-to-inclusive-language-in-sport-for-people-with-disability/>
8. Ravitch D. *Multiculturalism: E Pluribus Plures* // *Are You Politically Correct? Debating America's Cultural Standards*. – Prometheus Books, Buffalo, NY, 1993.- pp. 165 – 185.

Раздел 3: МЕДИКО-БИОЛОГИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА, СОВРЕМЕННЫЕ ФИЗКУЛЬТУРНО- ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫЕ ТЕХНОЛОГИИ

УДК: 796.015:642

ИНФОРМАЦИОННЫЕ ТЕХНОЛОГИИ В КОРРЕКЦИИ ПИЩЕВОГО СТАТУСА И СПОРТИВНЫХ ДОСТИЖЕНИЙ ЮНЫХ СПОРТСМЕНОВ

Доктор биологических наук, профессор Н.К. Артемьева

Кафедра биохимии, биомеханики и естественнонаучных дисциплин

*Контактная информация для переписки: 350015, Россия, г. Краснодар, ул. Буденного, 161,
e-mail: nkartem@mail.ru*

Аннотация. В работе изложены особенности индивидуального подхода к коррекции пищевого статуса с целью достижения высоких спортивных результатов, при условии сохранения генетически заложенных параметров здоровья юного спортсмена, заложенные в математической модели авторского программно-аналитического комплекса.

Ключевые слова: юные спортсмены, пищевой статус, программно-аналитический комплекс.

На уровень здоровья, физическую работоспособность и спортивный результат существенное влияние оказывает качество и сбалансированность базового питания атлетов. Спортсмен обязан обладать знаниями о правильном питании практически в совершенстве, ведь от сбалансированности основных и эссенциальных пищевых веществ и качества пищи зависит метаболический статус, спортивный результат и сохранение здоровья на фоне истощающих нагрузок [1, 5].

Физиологические нормы в основных и незаменимых пищевых веществах разработанные для спортсменов, имеют существенное отличие от суточных потребностей лиц, с умеренными энергозатратами [2]. Важнейшим отличием биохимических реакций, обеспечивающих энергетический обмен при интенсивной мышечной деятельности, является их высокая метаболическая скорость, напряжение и объем, который может достигать 10000 килокалорий в сутки [3]. Для обеспечения работы энергетических систем во время тренировок и соревнований спортсмены и тренеры должны особое внимание уделять разработке адекватного питания, соответствующего спортивной специализации и этапу годового тренировочного цикла. Однако возникают известные трудности, связанные с обработкой большого количества параметров и сбалансированностью пищевых ингредиентов, составляющих суточные рационы. Поэтому в современных условиях решение проблемы адекватности питания для стимуляции достижения спортивных результатов атлеты

осуществляют посредством дополнительного включения в рацион биологически активных веществ, а иногда и фармакологических средств, без учета базового питания. Такой подход имеет много недостатков и повышает значимость допинг-контроля, который является глобальной проблемой для мирового спортивного сообщества [4].

Особый интерес представляет система организации правильного питания в детско-юношеском спорте. В настоящее время стремительно развивается детский футбол, где перспективные юные спортсмены испытывают большие нагрузки на систему аэробного энергообеспечения. Представители акробатики, гимнастики, фигурного катания и других спортивных специализаций развивают двигательные качества скоростно-силового характера. Подобные нагрузки при достижении высокой спортивной квалификации оказывают негативное воздействие на организм в период интенсивного развития и роста, формирования и совершенствования функциональных возможностей. Особого внимания требуют виды спорта, где для поддержки весовой категории соблюдаются низкокалорийные диеты. При этом необходимо помнить, что соблюдение энергетического баланса в его положительном значении для растущего организма имеет решающую роль.

Результаты собственных исследований кафедры, а также отечественных и зарубежных авторов [1, 4, 6] отмечают типичные диетические нарушения спортсменов высокого класса, в том числе юных атлетов Кубани, даже при полном удовлетворении энергетического баланса. К нарушениям такого рода относятся дефицитные состояния незаменимых серосодержащих аминокислот (метионина, цистина), мононенасыщенных жирных кислот, витаминов группы В, клетчатки, молочного кальция, железа и значительный избыток заменимых аминокислот валина, лейцина, лизина, треонина, насыщенных жирных кислот и простых углеводов. Оптимизировать рационы питания юных спортсменов по данным ингредиентам не представляется возможным без использования современных информационных технологий.

Для решения задач повышения адекватности питания спортсменов с учетом возрастных особенностей и видовых спортивных специализаций нами разработан программно-аналитический комплекс оценки и коррекции пищевого статуса в соответствии с энергетической направленностью тренировочной нагрузки, который включает 5 модулей, позволяющих:

1 – проводить мониторинг пищевого поведения и энергетического баланса спортсменов, что дает возможность выявить индивидуальные диетические и эндоэкологические нарушения;

2 – анализировать и оптимизировать пищевой и метаболический статус, что способствует коррекции выявленных диетических нарушений относительно индивидуальных значений физиологических потребностей растущего организма;

3 – моделировать продукты функционального назначения с учетом пищевого поведения и фактического питания, возрастных и индивидуальных

особенностей спортсменов разных спортивных специализаций для достижения поставленных педагогических задач;

4 – корректировать тренировочный процесс по данным биохимического контроля метаболического статуса и энергетического баланса путем оптимизации пищевого статуса;

5 – прослеживать рост и достижения юных спортсменов в динамике уровня физического развития и показателей педагогического тестирования, соответствующего виду спорта.

Каждый модуль информационной системы имеет соответствующий архив данных, из которого в ручном режиме или автоматически, когда выполняется функция оптимизации рациона или моделирования продукта функционального назначения, выбирается соответствующий эталон, в котором заложены необходимые свойства и условия. Относительно эталона оценивается адекватность пищевого статуса спортсмена. Например, для создания новых продуктов функционального назначения разрабатывается эталон заданного химического состава, в котором сбалансированы все его составляющие ингредиенты и программное обеспечение системы в режиме моделирования подбирает количественные значения имеющихся в архиве сырьевых компонентов, позволяющих корректировать пищевое поведение. При этом энергетический баланс спортсмена может фиксироваться в условии поставленной педагогической задачи или констатироваться после оптимизации рациона. Для коррекции тренировочного процесса в архиве заложены данные биохимического контроля метаболического статуса и энергетического баланса, соответствующие энергетической направленности тренировочных нагрузок в конкретном виде спорта. Для оценки уровня физического развития, функционального состояния и динамики спортивных достижений в системе создается индивидуальный архив параметров педагогического тестирования каждого спортсмена.

Индивидуальный подход коррекции пищевого статуса, заложенный в математической модели программно-аналитического комплекса, позволяет направленно воздействовать на отдельные звенья метаболизма с целью повышения специальной работоспособности и ускорения процессов восстановления организма, при условии сохранения генетически заложенных параметров здоровья юного спортсмена.

Литература:

1. Артемьева, Н. К. Анализ адекватности фактического питания спортсменов в условиях тренировочных сборов / Н. К. Артемьева, А. В. Истомин, С. П. Лавриченко // Вопросы питания. – 2020. – Т. 89, № 6. – С. 112–121. DOI: 10.24411/0042-8833-2020-10083.

2. Кобелькова И.В., Мартинчик А.Н., Кешабянц Э.Э., Денисова Н.Н., Пескова Е.В., Выборная К.В., Соколов А.И., Лавриненко С.В., Никитюк Д.Б. Анализ рациона питания членов мужской сборной команды России по водному поло в соревновательный период // Вопр. питания. 2019. Т. 88, № 2. С. 50-57. doi: 10.24411/0042-8833-2019-10017.

3. Нормы физиологических потребностей в энергии и пищевых веществах для различных групп населения Российской Федерации : Методические рекомендации. – Москва : Федеральный центр гигиены и эпидемиологии Роспотребнадзора, 2009. – 36 с.

4. Раджабкадиев, Р. М. Содержание некоторых витаминов в рационе питания и сыворотке крови высококвалифицированных спортсменов / Р. М. Раджабкадиев, О. А. Вржесинская, Н. А. Бекетова // Вопр. питания. – 2018. – Т. 87, № 5. – С. 43–51. doi: 10.24411/0042-8833-2018-10052.
5. Солодков, А. С. Особенности утомления и восстановления спортсменов // Ученые записки ун-та им. П. Ф. Лесгафта. – 2013. – № 6 (100). – С. 130–143.
6. Schwingshackl L., Hoffmann G., Lampousi A.M., Krippel S., Iqbal K., Schwedhelm C. et al. Food groups and risk of type 2 diabetes mel-litus: a systematic review and meta-analysis of prospective studies // Eur. J. Epidemiol. 2017. Vol. 32, N 5. P. 363-375. doi: 10.1007/s10654-017-0246-y.
- 7.

УДК: 796.01:612+796.61

ДИНАМИКА МОЧЕВОЙ КИСЛОТЫ В АЭРОБНОЙ РАБОТОСПОСОБНОСТИ ВЕЛОСИПЕДИСТОВ-ШОССЕЙНИКОВ

Кандидат биологических наук, доцент Я.Е. Бугаец

Магистрант И.В. Феоктистов

Кафедра физиологии

Контактная информация для переписки: 350015, Россия, г. Краснодар, ул. Буденного, 161,

e-mail: yana_bugaetz@mail.ru

Аннотация. В работе представлена динамика изменения аэробной работоспособности в ответ на высокоинтенсивную интервальную тренировку, выполненную с разным уровнем метаболического стресса, который был оценен через измерение мочевого кислоты в капиллярной крови.

Ключевые слова: мочева кислота, аэробная работоспособность, анаэробный порог, метаболический стресс, выносливость, велосипедисты-шоссейники.

Спортивная результативность в шоссейном велоспорте зависит от физиологических реакций и командных стратегий. Отличительной особенностью шоссейных гонок является изменчивость мощности нагрузки на дистанции. Важным предиктором высоких достижений в данном виде спорта является уровень аэробной работоспособности, а поддержание нагрузки при низких концентрациях лактата в крови коррелирует с показателями выносливости [7]. Порог анаэробного обмена определяется окислительной способностью двигательной системы, физиологическая детерминанта поддержания относительно низких концентраций лактата которой связана с размерами митохондриальной сети и ее активности в скелетной мускулатуре [1].

Одним из лучших методов развития аэробной работоспособности является высокоинтенсивная интервальная тренировка (ВИИТ). Она предъявляет требования к рекрутированию волокон типа II, тем самым, активируя сигнальные пути, отвечающие за синтез митохондриальной сети внутри данных двигательных единиц [1]. Маркером метаболического стресса после ВИИТ является мочева кислота (МК). Рост концентрации МК зависит от мощности работы [2, 6]. Более высокие показатели МК наблюдаются во время ВИИТ, а большинство изменений концентрации происходит к 1-2 ч после упражнений [2]. Данное явление обусловлено тем, что в ответ на интенсивные физические нагрузки метаболизм пуриновых нуклеотидов отличается в мышечных волокнах, имеет тенденцию к большему распаду аденозинтрифосфорной кислоты (АТФ) с последующей потерей пурина в типе волокон II по сравнению с волокнами типа I. Низкая митохондриальная масса в волокнах типа II не позволяет обеспечить ресинтез АТФ посредством окислительного фосфорилирования, и сопровождается быстрым включением миокиназной реакции. Спортсмены, характеризующиеся низкой выносливостью, проявляют перечисленные реакции роста МК и лактата [3].

Цель исследования – оценить влияние высокоинтенсивной интервальной тренировки на показатели аэробной работоспособности у велосипедистов-шоссейников в группах с разным увеличением концентрации мочевой кислоты в капиллярной крови.

В исследовании приняли участие 16 велосипедистов-шоссейников 18-26 лет. Испытуемые были разделены на 2 группы. У всех спортсменов определили исходный уровень аэробной работоспособности. На основе тестирования каждому спортсмену была представлена индивидуальная пятизонная тренировочная модель. Далее велосипедисты рандомизированным образом были разделены на 2 группы по 8 человек в каждой. Для группы 1 было характерно повышение посттренировочного уровня мочевой кислоты более чем на 50 мкмоль/л относительно ее концентрации на разминке. У представителей группы 2 содержание данного метаболита в капиллярной крови увеличивалось не более чем на 50 мкмоль/л. Контролируемые тренировочные сессии проводились 3 раза в неделю длительностью не более 1 ч. Повторное определение аэробной работоспособности было выполнено через месяц после начала исследования, производилась корректировка тренировочных зон, а также в конце эксперимента через два месяца. Все спортсмены дали добровольное информированное согласие на участие в исследовании согласно Хельсинкской декларации. Ступенчатый тест выполняли на велоэргометре «MONARK 894 E» (Monark AB, Швеция), нагрузку задавали, начиная с 80 Вт с прибавлением по 20 Вт каждые 2 минуты. Газометрический анализ проводили с использованием газоанализатора «Спиrolан-м» (Lanamedica, Россия), выполняющего измерение потребления кислорода и выделения углекислого газа от вдоха к выдоху. Частоту сердечных сокращений (ЧСС) и R-R интервалы фиксировали с помощью монитора сердечного ритма «POLAR H10» (Финляндия). Тест выполняли в темпе 80 об·мин⁻¹ до определения максимального потребления кислорода (МПК), порога анаэробного обмена (АнП), ЧСС на уровне АнП и мощности педалирования на МПК [5]. Забор капиллярной крови у спортсменов проводился медицинским сотрудником на каждой тренировке во время разминки и через час после окончания тренировки с использованием портативного анализатора мочевой кислоты EasyTouch GCU (Тайвань).

В процессе сравнительного анализа показателя мощности АнП в начале исследования не наблюдалось статистически значимых различий ($p=0,844$). Проведенный анализ показал, что в независимости от концентрации мочевой кислоты в капиллярной крови после тренировки нами было установлено статистически значимое ($p<0,001$) увеличение мощности АнП по сравнению с исходным уровнем.

На первом повторном срезе показателей аэробной работоспособности (через месяц после начала исследования) все исследуемые демонстрировали сопоставимый рост мощности педалирования на АнП, составивший 15,0% у спортсменов 2 группы, и 13,8% у 1 группы. Известно, что максимальный рост абсолютной мощности – детерминант аэробной работоспособности в месяц

варьируется в пределах от 60 до 80 Вт [4], из чего следует, что полученный нами рост в 40 Вт на АНП можно считать значительным прогрессом.

На контрольном срезе через два месяца тренировок между группами были установлены статистически значимые различия ($p=0,034$). Группа 2 продолжила положительный тренд и средний рост показателей абсолютной мощности педалирования на АНП в сравнении с предыдущей контрольной точкой составил 14,8% (42,5 Вт). Однако 1 группа продемонстрировала стагнацию результатов в среднем 292,5 Вт. У одного из спортсменов наблюдалось ухудшение аэробной работоспособности, в то время как лишь двое велосипедистов продемонстрировали улучшение кондиций.

Так как мочевая кислота является одним из косвенных индикаторов недостаточности аэробных механизмов в обеспечении ресинтеза АТФ на уровне рекрутированной в работу клетки и, как следствие, маркером сильного метаболического стресса [6], рационально предположить, что регулярное увеличение данного метаболита в капиллярной крови после тренировок выше 50 мкмоль/л привело большую часть спортсменов первой группы к перетренированности и выходу на плато спортивной формы.

В соответствии с полученными результатами, можно сделать вывод, что, сигналы и стимулы роста выносливости активируются до чрезмерного повышения мочевой кислоты, а регулярное превышение данного метаболита в крови выше 50 мкмоль/л увеличивает риск перехода спортсмена в стадию перетренированности. Дальнейшим приоритетным направлением в этой области являются более длительные рандомизированные контролируемые исследования с широкой выборкой спортсменов.

Литература:

1. Мякинченко, Е. Б. Развитие локальной мышечной выносливости в циклических видах спорта / Е. Б. Мякинченко, В. Н. Селуянов. – Москва : ТВТ Дивизион, 2005. – 338 с.
2. Gerber, T. High-intensity intermittent cycling increases purine loss compared with workload-matched continuous moderate intensity cycling / T. Gerber, M.L. Borg, A. Hayes, C.G. Stathis // Springer Verlag. – 2014. – Vol. 114 – № 7 – P. 1513–1520.
3. Klapcińska, B. The effects of sprint (300 m) running on plasma lactate, uric acid, creatine kinase and lactate dehydrogenase in competitive hurdlers and untrained men / B. Klapcińska, J. Iskra, S. Poprzęcki, K. Grzesiok // J Sports Med Phys Fitness. – 2001. – Vol. 41 – № 3 – P. 306–311.
4. Montero, D. Refuting the myth of non-response to exercise training: ‘non-responders’ do respond to higher dose of training / D. Montero, C. Lundby // Journal of Physiology. – 2017. – Vol. 595 – № 11 – P. 3377–3387.
5. Pallarés, J.G. Validity and Reliability of Ventilatory and Blood Lactate Thresholds in Well-Trained Cyclists / J.G. Pallarés, R. Morán-Navarro, J.F. Ortega, V.E. Fernández-Elías, R. Mora-Rodriguez // PloS one. – 2016. – Vol. 11 – № 9 – P. e0163389.
6. San-Millán, I. Metabolomics of Endurance Capacity in World Tour Professional Cyclists / I. San-Millán, D. Stefanoni, J.L. Martinez, K.C. Hansen, A. D’Alessandro, T. Nemkov // Frontiers in Physiology. – 2020. – Vol. 11.
7. Wilber, R.L. Physiological profiles of elite off-road and road cyclists / R.L. Wilber, K.M. Zawadzki, J.T. Kearney, M.P. Shannon, D. Disalvo // Medicine & Science in Sports & Exercise. – 1997. – Vol. 29 – № 8 – P. 1090–1094.

УДК: 796.011.3

КОНТРОЛЬ УРОВНЯ ТРЕНИРОВАННОСТИ ОБУЧАЕМЫХ В ПРОЦЕССЕ СПОРТИВНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫХ СБОРОВ В УСЛОВИЯХ СРЕДНЕГОРЬЯ ПО РЕЗУЛЬТАТАМ ОРТОСТАТИЧЕСКОЙ ПРОБЫ

Старший преподаватель О.С. Васильченко¹

Кандидат педагогических наук, доцент В.Б. Парамзин¹

Кандидат педагогических наук, доцент И.Ю. Пугачев²

¹*Кафедра теории и методики зимних видов, велосипедного спорта
и спортивного туризма, КГУФКСТ*

²*Военный институт физической культуры г. Санкт-Петербурге
Контактная информация для переписки: 350015, Россия, г. Краснодар, ул. Буденного, 161,
e-mail: helgavasilchenko@mail.ru*

Аннотация. В работе рассматриваются результаты систематического контроля, учета и анализа изменений показателей переносимости ортостатической пробы студентами в процессе спортивных сборов в условиях среднегорья с целью определения уровня их тренированности.

Ключевые слова: среднегорье; спортивные сборы; студенты; сердечно-сосудистая система.

Для оценки резервных возможностей системы кровообращения, адаптационных возможностей организма в условиях среднегорья по результатам которых можно диагностировать реакцию на физические нагрузки удобной для контроля и учета является ортостатическая проба (по Загрядскому В.П. и Сулимо-Самуйло Э.К.) [3, 5]. Ежедневная оценка изменений показателей ортостатической пробы проводилась с целью дополнительного контроля для качественного и своевременного внесения корректив в управление общим процессом спортивно-оздоровительного сбора студентов в условиях среднегорья [2, 7]. В исследованиях участвовали 37 студентов, различных специализаций и физической подготовленности, находящихся 21 день в условиях совместного проживания по единому распорядку дня и с одинаковыми физическими нагрузками, питанием и отдыхом. По данным пробы Серкина (1 этап – 58,81±5,36 сек, 2 этап – 18,44±1,73 сек, 3 этап – 49,07±4,06 сек) проведенной до и в начале сборов среднестатистические показатели характеризуют участников как «здоровых, но не тренированных». Проба проводилась ежедневно после сна и являлась показателем возможности вегетативной нервной системы регулировать функциональное состояние организма, в нашем случае определять степень тренированности студента (утомление, перетренированность, перенапряжение). Артериальное давление измерялось один раз в неделю, контроль за изменениями проводился субъективно и учитывался методом записи в специально разработанный журнал [6]. Среднестатистические результаты ортостатической пробы выявили разницу между недельными микроциклами: первая неделя – 17,53±0,9 сек,

самый высокий результат на второй день 22,2 сек, на третий 18,2 сек, далее идет постепенное снижение до 16,4 уд./мин. Вторая неделя 13,5 ±0,5уд/мин, третья 14,8±0,54уд/мин. Анализ изменений в показателях переносимости пробы выявил улучшение к концу первого микроцикла и ортостатическую устойчивость во втором и третьем микроцикле. Показатели ортостатической пробы позволили определить реакцию организма на ежедневную тренировочную нагрузку, как физиологически выраженную (легкое утомление), а также определили возможности функциональных систем студентов восстанавливаться в течении ночного сна. Основной показатель (разница) улучшается от большего значения удовлетворительного показателя переносимости пробы (12-18уд/мин) и стабилизируется в меньшем его значении, что говорит о правильном и своевременном внесении изменений в процесс сборов. Для анализа устойчивости сердечно-сосудистой и нервной системы в процессе акклиматизации и адаптации студентов был проведен анализ отдельных среднестатистических показателей ортостатической пробы (лежа и стоя) в каждом микроцикле. Показатели в положении лежа – первая неделя – 70,7±0,6 уд/мин, вторая – 66,1±0,8 уд/мин, третья – 68,09±0,5 уд/мин; в положении стоя – первая неделя 88,3±1,4уд/мин, вторая неделя – 79,7±0,7 уд/мин, третья – 81,6±0,3 уд/мин, что соответствует хорошей тренированности участников. Основные показатели пробы, пульс в покое лежа, стоя и разница между ними помогала провести индивидуальную и групповую корректировку содержания тренировочных занятий, а также мероприятий по оздоровлению и восстановлению физического состояния студентов в микроциклах [1, 4]. Поддержание показателей ортостатической устойчивости, как индивидуальных, так и на групповом уровне является необходимым условием спортивной работоспособности.

Литература:

1. Болотин, А. Э. Методы исследования физического состояния и резервных возможностей организма у биатлонистов в процессе развития выносливости / А. Э. Болотин, В. Б. Парамзин, В. З. Яцык // В сборнике : Физическая культура и спорт. Олимпийское образование Материалы МНПК. – 2019. – С. 250–252.
2. Васильченко, О. С. Влияние занятий по лыжной подготовке на функциональное состояние организма / О. С. Васильченко // В сборнике : Материалы НиНМК ППС КГУФКСТ. – 2013. – С. 74–76.
3. Горбиков, И. И. Эффективность различных методик комплексного контроля физического состояния начинающих лыжников в процессе тренировочных сборов / И. И. Горбиков, В. З. Яцык, О. С. Васильченко, В. Б. Парамзин, С. В. Разновская // Современный ученый. – 2020. – № 1. – С. 71–75.
4. Педагогическая технология развития координационных способностей у бойцов рукопашного боя и оценка ее эффективности / В. Б. Парамзин, В. З. Яцык, А. Э. Болотин, А. В. Новиков // Физическая культура, спорт – наука и практика. – 2018. – № 2. – С. 24–33.
5. Применение средств профессионально-прикладной физической культуры для повышения защитных механизмов организма от влияния негативных факторов, сопровождающих процесс обучения / С. В. Разновская, В. Б. Парамзин, О. В. Фотина, А. В. Бочков // Евразийское Научное Объединение. – 2019. Т. 5, № 3 (49). С. 330-333.
6. Яцык, В. З. Фрактальный анализ вариабельности сердечного ритма у биатлонисток с разным уровнем тренированности / В. З. Яцык, В. Б. Парамзин, А. Э.

Болотин, М. С. Воротова // Физическая культура, спорт – наука и практика. – 2018. – № 4. – С. 95–102.

7. Яцык, В.З. Особенности планирования нагрузок в условиях учебно-тренировочных лыжных сборов в среднегорье с учетом психоэмоционального состояния / В. З. Яцык, О. С. Васильченко // Актуальные вопросы физической культуры и спорта. – 2018. – Т. 20. – С. 177–182.

УДК: 796.035

МЕТОДИКА ЗАНЯТИЙ ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫМ БЕГОМ С УЧЕТОМ СПЕЦИФИКИ ТРУДОВОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ЖЕНЩИН ПЕРВОГО ЗРЕЛОГО ВОЗРАСТА

Доктор педагогических наук, профессор Л.С. Дворкин

Магистрант О.Д. Рябова

Кафедра физкультурно-оздоровительных технологий

*Контактная информация для переписки: 350000, Россия, г. Краснодар, ул. Буденного, 161,
e-mail: dvorkin57@mail.ru*

Аннотация. В течение четырех месяцев проводились исследования женщин 25-35 лет умственного труда. Была разработана методика занятий оздоровительным бегом трех видов: равномерный бег в умеренном темпе от 20-25 мин, пульс 120-130 уд. в мин., длительного равномерного бега по стадиону 40-50 мин, пульс 132-144 уд. в мин и кроссовый бег в парке для развития общей выносливости 1 раз в неделю от 30-60 мин., при пульсе 144-156 уд. в мин. Результаты исследований показали, что занятия фитнесом с акцентом на использование оздоровительного бега трех видов привели к достоверно более выраженному приросту показателей общей физической подготовленности, функционального состояния сердечно-сосудистой и дыхательной систем женщин первого зрелого возраста и в меньшей степени в физическом развитии.

Ключевые слова: женщин 25-30 лет, оздоровительный бег, физическая, функциональная подготовленность, физическое развитие.

В настоящее время одним из стратегических направлений политики нашей страны являются вопросы сохранения и укрепления здоровья всех слоев населения [3, 4]. Проведенный анализ научно-методической литературы показал, что занятия оздоровительной физической культурой положительно влияют на психофизическое и функциональное состояние трудового населения различных половозрастных групп, повышают работоспособность и мотивацию к занятиям [1, 6, 7]. Ряд публикаций, указывают на различные подходы к организации физкультурно-оздоровительной работы женщин, занятых умственным трудом, а также к отбору применяемых средств физического воспитания с учетом специфики их профессиональной деятельности [5]. По данным Н.И. Дворкиной, В.Ю. Простаковой дифференцированная аэробная нагрузка приводит не только к положительным результатам физической подготовленности, но и к высокому функционированию дыхательной и сердечно-сосудистой систем [2]. Вместе с тем в доступных научных источниках нам не удалось обнаружить достаточное количество работ, в которых бы рассматривался вопрос о методике занятий оздоровительным бегом, учитывающей специфику труда женщин первого зрелого возраста, и ее влиянии на показатели физического состояния.

Цель исследования – разработать и обосновать методику занятий оздоровительным бегом с учетом специфики труда женщин первого зрелого возраста.

Исследования проводились в течении 4-х месяцев с женщинами первого зрелого возраста (25-35 лет), которые были заняты на производстве умственным трудом. Учитывая особенности их профессиональной деятельности была разработана методика занятий оздоровительным бегом из трех его видов: легкого равномерного бега от 20-25 мин, пульс 120-130 уд. в мин., длительный равномерный бег по стадиону 40-50 мин, пульс 132-144 уд. в мин. кроссовый бег в парке проводился для развития общей выносливости 1 раз в неделю от 30-60 мин., при пульсе 144-156 уд. в мин. Длительность занятия составляла 60 минут, три раза в неделю. Контрольная группа женщины занималась базовой аэробикой. Чтобы тренировка оздоровительным бегом оказывала эффективное воздействие на функциональное состояние сердечно-сосудистой системы женщин первого зрелого возраста, она длилась не менее 20-25 минут. Причем величина нагрузки не превышала средний уровень, который определялся по данным регистрации ЧСС во время занятий. Ее границы мы находили по следующей формуле: от 220 отнимался возраст занимающихся женщин, затем полученный результат умножался на 0,6 (нижний предел), а потом на 0,8 (верхний предел). Тестирование физической подготовленности проводилось в начале и в конце педагогического эксперимента, по тестам: «сгибание-разгибание рук в упоре лежа», «прыжок в длину с места», «поднимание туловища за 30 с»; тестирование функционального состояния сердечно-сосудистой и дыхательной систем проводилось на основе применения следующих проб: ЖЕЛ, ЧСС после окончания 10 приседаний за 15 с, жизненного индекса (отношение показателя жизненная емкость легких в мл рт. ст. на массу тела в кг), пробы Штанге и пробы Генча; тестирование физического развития: длины тела, веса тела, жирового компонента массы тела и индекса массы тела.

Исследования показали, что в экспериментальной группе женщин при выполнении сгибания и разгибания рук в упоре лежа результаты исходного тестирования через четыре месяца увеличились до 136,6%, а в контрольной группе – до 108,6% ($P < 0,01$), при выполнении прыжка в длину с места соответственно – до 104,2 и 100,5% ($P < 0,05$) и, наконец, при выполнении поднимания туловища за 30 с – до 137,2 и до 106,9% ($P < 0,05$). При регистрации жизненной емкости легких в экспериментальной группе результаты исходного тестирования увеличились через четыре месяца до 117,4%, а в контрольной группе – до 103,1% ($P < 0,01$), при регистрации ЧСС в минуту после окончания 10 приседаний за 15 с соответственно – до 109,3 и до 102,7% ($P > 0,05$), при регистрации жизненного индекса – до 124,3 и до 104,5% ($P < 0,05$), пробе Штанге – до 117,8 и до 102,4% ($P < 0,05$) и пробе Генча – до 117,7 и до 102,3% ($P < 0,01$). Четырехмесячные занятия никак не отразились на изменении длины тела и индексе массы тела у всех женщин первого зрелого возраста. Если у женщин экспериментальной группы вес тела за четыре месяца достоверно уменьшился на 4,7% (при $P < 0,05$), то у женщин из контрольной группы недостоверно – на 1,8% (при $P > 0,05$).

Таким образом, результаты исследований показали, что занятия фитнесом с акцентом на использование оздоровительного бега трех видов привели к достоверно более выраженному приросту показателей, общей физической подготовленности и функционального состояния сердечно-сосудистой и дыхательной систем женщин первого зрелого возраста и в меньшей степени в физическом развитии.

Литература:

1. Дворкина, Н. И. Анализ мотивации к занятиям body ramp женщин различного возраста / Н. И. Дворкина, И. А. Пронина // Физическая культура и спорт. Олимпийское образование : Материалы международной научно-практической конференции. – 2020. – С. 194–195.
2. Дворкина, Н. И. Дифференцированная аэробная подготовка школьников 7-8 лет / Н. И. Дворкина, В. Ю. Простакова // Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. – 2018. – № 6. – С. 9–12.
3. Дворкина, Н. И. Проблемы здорового образа жизни подрастающего поколения и некоторые пути их решения / Н. И. Дворкина, О. С. Трофимова, В. В. Роговая // Материалы научной и научно-методической конференции профессорско-преподавательского состава КГУФКСТ. – 2019. – №1. – С. 179–180.
4. Лызарь, О. Г. Состояние и перспективы развития системы корпоративного здоровья в условиях современного предприятия / О. Г. Лызарь, С. А. Дерягина // Физическая культура и спорт. Олимпийское образование // Материалы международной научно-практической конференции. – Краснодар : КГУФКСТ, 2020. – Часть 1. – С. 230–232.
5. Ончукова, Е. И. Возможности фитнес-индустрии в формировании человеческого потенциала / Е.И. Ончукова, О.С. Трофимова, О.В. Горбунова // Материалы Международной научно-практической конференции «Трансформация социально-экономического пространства России и мира. – 2020. – С. 223–228.
6. Трофимова, О. С. Содержание экспериментальной работы по формированию физической подготовленности женщин 30 лет на основе применения программ аэробного направления / О. С. Трофимова, В. В. Сударь, А. Ю. Морозова // Материалы научной и научно-методической конференции профессорско-преподавательского состава КГУФКСТ. – 2020. – № 1. – С. 205–206.
7. Трофимова, О. С. Основные направления исследований в области физической и умственной деятельности человека / О. С. Трофимова, Н. И. Дворкина // Тезисы докладов XXXV научной конференции студентов и молодых ученых вузов ЮФО. г. Краснодар, 2008. – С. 137–138.

УДК: 373.203.71

ВЛИЯНИЕ ПОДВИЖНЫХ ИГР НА ИНТЕНСИВНОСТЬ И ОБЪЕМ ДВИГАТЕЛЬНОЙ АКТИВНОСТИ ДЕТЕЙ 5-6 ЛЕТ РАЗЛИЧНОГО ПОЛА В ЗАЛЕ И НА УЛИЦЕ

Доктор педагогических наук, профессор Н.И. Дворкина

Аспирант С.А. Абид

Магистрант Н.В. Андрусенко

Кафедра физкультурно-оздоровительных технологий

Контактная информация для переписки: 350000, Россия, г. Краснодар, ул. Буденного, 161,

e-mail: dvorkina.64@mail.ru

Аннотация. В констатирующем эксперименте приняли участие дети старшего дошкольного возраста 5-6 лет, разделенные на две группы – девочек (n=24) и мальчиков (n=22). Исходный объем подвижных игр в общем объеме физического воспитания детей составлял в сентябре в среднем 20%. Затем, в течение 1-3, 4-6 месяцев, педагогического исследования объем подвижных игр увеличился в первом случае на 10% и во втором еще раз на 10%. Результаты исследований показали, что подвижные игры, включенные во все формы физического воспитания режима дня ДОО, существенно повлияли как на повышение интенсивности, так и объема двигательной активности детей старшего дошкольного возраста, особенно на улице.

Ключевые слова: дошкольники 5-6 лет, интенсивность, объем, двигательная активность.

Проблема укрепления здоровья дошкольников в образовательных организациях является одной из важных и на ней следует акцентировать внимание всем социальным институтам, включая так же и самих родителей. Личность ребенка дошкольника развивается путем охвата физических, психологических и социальных процессов [2]. Такие процессы могут изменять врожденные или приобретенные качества организма и нервной системы, которые в свою очередь формируются в зависимости от внешних факторов. Хотя в настоящее время существует большое многообразие средств в физическом воспитании дошкольников, но игра, считается одним из основных средств [3, 5, 6]. Выполняя правила игр, дети преодолевают различные трудности, у них формируется выдержка и характер. Исследования, проведенные Н.И. Дворкиной, Трофимовой и др. показали, что игра представляет значительный потенциал в процессе дошкольного физического воспитания и обладает большими воспитательными возможностями, развивая основные качества ребенка, помогающие ему во взрослой жизни [1, 4, 7]. К таким качествам относятся – развитие физического и умственного потенциала, эстетическое и нравственное воспитание личности ребенка. Так же установлено позитивное влияние подвижных игр на работу сердечно-сосудистой и дыхательной систем, опорно-двигательного аппарата детей дошкольного возраста. Таким образом, проведенный анализ научно-методической

литературы и изучение практического опыта по использованию подвижных игр в процессе физического воспитания в ДОО позволяет сформулировать проблему исследования, заключающуюся в их высоком всесторонне развивающем потенциале и недостаточной обоснованностью проявления двигательной активности в режиме дня детей старшего дошкольного возраста.

Цель исследования – выявить особенности проявления двигательной активности у детей 5-6 лет в процессе физического воспитания на основе подвижных игр.

Педагогические исследования осуществлялись на базе дошкольного образовательного учреждения №13 г. Краснодара в течение 6 месяцев. В констатирующем эксперименте приняли участие дети старшего дошкольного возраста 5-6 лет, разделенные на две группы – девочек (n=24) и мальчиков (n=22). Подвижные игры для данной возрастной группы дошкольников планировались во всех формах физического воспитания в режиме дня ДОО: утренней гимнастике, занятиях физкультурной деятельностью, на прогулке, развлечениях и праздниках, а также и в самостоятельной игровой деятельности.

Исходный объем подвижных игр в общем объеме физического воспитания детей старшей дошкольной группы составлял в сентябре в среднем 20%. Затем, в течение 1-3, 4-6 месяцев, педагогического исследования объем подвижных игр увеличился в первом случае на 10% и во втором еще раз на 10%. Следовательно, за период исследования общий объем подвижных игр у детей, участвующих в эксперименте, увеличился на 20% и составил всего 40% от общего времени занятий по физическому воспитанию детей старшей дошкольной группы. В зале для детей 5-6 лет проводились такие подвижные игры, как: «Совушка», «Медведь и пчелы», «Кто ведущий», «Делай как я», «Море волнуется» и др.. На воздухе преимущественно проводились подвижные игры с бегом, прыжками и командные. Например, «Ловишки», «Ловишки с мячом», «Третий лишний», «Птичка и кошка», «Лови – бросай», «Мой веселый звонкий мяч», «Мороз красный нос», эстафета «Саный город», эстафеты «Гонка мячей», «Черепашки», «Синие и желтые палочки», «Воротца». Для оценки уровня двигательной активности детей дошкольного возраста мы использовали специальный прибор «шагомер» в виде браслета, который закреплялся на руке ребенка. Исследование проводилось в динамике по трем этапам: 1 этап исходные данные (сентябрь), 2 этап – после трех месяцев и 3 этап – после шести 6 месяцев.

Исследование позволило установить, что у мальчиков 5-6 лет на втором этапе исследований интенсивность двигательной активности в зале достоверно возросла на 15,5 движений в минуту, а на третьем этапе по отношению ко второму этапу – на 5,9 движений в минуту. Объем двигательной активности в зале у мальчиков на втором этапе по сравнению с первым этапом достоверно возрос на 570 движений, а на третьем этапе по сравнению со вторым этапом – достоверно на 217,4 движений, соответственно на улице – на 962,7 и на 370,2 движений. У девочек 5-6 лет на втором этапе исследований интенсивность двигательной активности в зале достоверно увеличилась по сравнению с

первым этапом на 15,1 движений в минуту, а на третьем этапе по отношению ко второму этапу – на 5,7 движений в минуту, соответственно на улице на 31,4 т на 22,9 движений в минуту. Объем движений в зале у девочек на втором этапе по сравнению с первым этапом достоверно возрос на 564 движения, а на третьем этапе по сравнению со вторым этапом – достоверно на 221,9 движений. Соответственно на улице – на 864,6 и 330,0 движений.

Таким образом, можно сделать заключение о том, что включение подвижных игр, во все формы физического воспитания, режима дня ДОО, существенно влияет как на повышение интенсивности, так и объема двигательной активности детей старшего дошкольного возраста, особенно на улице.

Литература:

1. Дворкина, Н. И. Сопряженное развитие физических качеств и психических процессов детей 3-6 лет: автореф. дис. ... канд. пед. наук: 13.00.04 / Дворкина Наталья Ивановна. – Краснодар, 2002. – 25 с.
2. Дворкина, Н. И. Система формирования базовой личностной физической культуры ребенка на этапах дошкольного онтогенеза: дисс. ... д-ра пед. наук: 13.00.04 / Дворкина Наталья Ивановна. – Майкоп, 2015. – 448 с.
3. Дворкина, Н. И. Физическое воспитание детей 5-6 лет на основе подвижных игр, дифференцированных по преимущественному развитию физических качеств: методическое пособие / Н. И. Дворкина, Л. И. Лубышева. – Москва : Советский спорт, 2007. – 80 с.
4. Дворкина, Н. И. Формирование эмоционально-волевых свойств личности и физической подготовленности детей 6 лет в процессе физического воспитания / Н. И. Дворкина, О. С. Трофимова // Научно-методический журнал – Физическая культура, спорт – наука и практика. – 2008. – № 1. – С. 13–15.
5. Ончукова, Е. И. Содержание работы по повышению двигательной активности детей раннего возраста с использованием элементов детского фитнеса в условиях ДООУ / Е. И. Ончукова, О. С. Трофимова // Материалы IX Всероссийской научно-практ. конф. с междунар. участием «Теория и методология инновационных направлений физкультурного воспитания детей дошкольного возраста». г. Краснодар, 31 октября 2019.– С. 243–244.
6. Ончукова, Е. И. Эффективность применения комплексных танцевальных занятий с детьми 5-7 лет / Е. И. Ончукова, А. В. Соловьева, В. Ю. Фролова // Ученые записки университета им. П. Ф. Лесгафта, 2020. – № 6 (184). – С. 274–277.
7. Трофимова, О. С. Развитие физических способностей и мышления детей 6-7 лет в условиях игровой деятельности / О. С. Трофимова, Н. И. Дворкина // Физическая культура, спорт – наука и практика. – Краснодар : КГУФКСТ, 2011. – № 1. – С. 31–34.

УДК: 796.011.1

ВЛИЯНИЯ БАЗОВЫХ И ИЗОЛИРУЮЩИХ УПРАЖНЕНИЙ НА ФИЗИЧЕСКУЮ ПОДГОТОВЛЕННОСТЬ ДЕТЕЙ И ПОДРОСТКОВ 12-13 ЛЕТ, ПРОЖИВАЮЩИХ В СЕЛЬСКОЙ МЕСТНОСТИ

Доктор педагогических наук, профессор Н.И. Дворкина

Магистрант П.В. Головки

Кафедра физкультурно-оздоровительных технологий

Контактная информация для переписки: 350000, Россия, г. Краснодар, ул. Буденного, 161,

e-mail: dvorkina.64@mail.ru

Аннотация. В течение шести месяцев на базе ДЮСШ им. В.Н. Мачуги, станицы Переясловской, Брюховецкого района, Краснодарского края были организованы две группы школьников из числа подростков 12-13 лет мужского пола: экспериментальная (12 человек) и контрольная (12 человек). Итоговые результаты тестирования физической подготовленности между экспериментальной и контрольной группами детей и подростков 12-13 лет показали, что через шесть месяцев из семи силовых тестов в шести были получены достоверные различия в пользу экспериментальной группы при $P < 0,05$).

Ключевые слова: дети и подростков 12-13 лет, сельская местность, силовой фитнес, базовые, изолирующие силовые упражнения.

В настоящее время большую популярность в России и за рубежом у молодежи приобрели занятия силовым фитнесом, в котором широко используются базовые и изолирующие упражнения из средств различных силовых видов спорта, а именно – бодибилдинг, пауэрлифтинг, гиревой спорт, тяжелая атлетика и др. Все эти виды спорта объединяет одно важное условие – у них основным средством тренировки является дозированные отягощения. В монографии «Атлетизм в системе физического воспитания и спорта» Л.С. Дворкин, С.М. Ахметов дают следующее понятие дефиниции «базовые упражнения» – это упражнения, которые направлены на активность большого количества мышц, в том числе и нескольких суставов [4]. Изолирующие упражнения, в отличие от базовых, направлены на отдельную группу мышц. Примером изолирующего упражнения может быть сгибание на бицепс. Так как выполняется только лишь сгибания рук в локтях – воздействие происходит исключительно только на бицепс [1, 3].

Следовательно, как утверждают многие специалисты, силовой фитнес – это такая система физической подготовки, которая направлена на гармоничное развитие человека в основном при помощи дозированных отягощений [2, 5]. В то же время нельзя утверждать, что все проблемы занятий силовым фитнесом в молодом возрасте полностью решены, в частности в использовании базовых и изолирующих упражнений для детей и подростков, проживающих в сельской местности.

Цель исследования. Обосновать эффективность применения в силовом фитнесе базовых и изолирующих упражнений для школьников 12-13 лет, проживающих в сельской местности.

Методы и организация исследования. Педагогический эксперимент проходил в течение шести месяцев на базе ДЮСШ им. В.Н. Мачуги, станицы Переясловской, Брюховецкого района Краснодарского края в нем приняли участие две группы школьников из числа подростков 12-13 лет по 12 человек в каждой. В экспериментальной группе дети и подростки занимались силовым фитнесом три раза в неделю по 60 минут, а контрольная группа – три раза в неделю в секции общей физической подготовкой во внеурочное время под руководством учителя физической культуры. Для экспериментальной группы была разработана методика силовой тренировки с применением свободных отягощений (гантели, гири, штанга) и специальных тренажеров для развития мышц спины и пресса (таблица). Сочетание базовых и изолирующих упражнений в экспериментальной группе составляло в первые два месяца силовой подготовки 30 и 70%, во вторые два месяца – 50 на 50% и в конечные два месяца шестимесячного эксперимента – 60 на 40%. Для школьников контрольной группы использовались, также, как и в первом случае, свободные отягощения и тренажеры для развития мышц спины и пресса.

Таблица

Содержание упражнений базового и изолирующего характера в экспериментальной группе

Базовые упражнения	Изолирующие упражнения
Становая тяга	Махи ногой в тренажере назад
Выпады со штангой/гантелями	Отведение ноги назад в кроссовере
Жим лежа	Разводка гантелей лежа
Подтягивания	Пуловер
Отжимания	Тяга гантелей к поясу
Жим гантелей	Гиперэкстензия, только верхняя часть тела
Тяга штанги в наклоне	Разводка гантелей в стороны, сидя в наклоне
	Сгибание рук со штангой для бицепса
	Попеременное сгибание рук с гантелями
	Сгибание в тренажере для бицепса
	Французский жим
	Разгибание двух гантелей в наклоне
	Разгибание ног в тренажере

Педагогическое тестирование включало в себя следующие упражнения: жим штанги лежа, на горизонтальной скамье, тяга штанги от помоста, сгибание-разгибание рук в упоре лежа, прыжок в длину с места и 6-минутный бег.

В результате исследования было установлено, что если на первом испытании во всех семи тестах, мы не обнаружили достоверных различий между экспериментальной и контрольной группами, то через шесть месяцев дети и подростки экспериментальной группы в шести случаях из семи достоверно превзошли своих сверстников из контрольной группы. Так, в

экспериментальной группе результаты силы рук при выполнении жима штанги лежа, на горизонтальной скамье у подростков 12-13 лет достоверно улучшились с $45,7 \pm 2,1$ до $57,8 \pm 3,2$ кг ($P < 0,05$), соответственно при выполнении тяги штанги от помоста – с $50,2 \pm 2,7$ до $69,3 \pm 5,1$ кг ($P < 0,05$), в сгибании и разгибании рук в упоре лежа – с $14,3 \pm 1,5$ до $22,6 \pm 1,9$ раз ($P < 0,05$), в прыжке в длину с места – с $167,1 \pm 3,8$ до $189,3 \pm 5,2$ см, в 6-минутном беге – с $1126,5 \pm 54,3$ до $1312,5 \pm 61,4$ м ($P < 0,05$) и в челночном беге 4x9 м – с $10,9 \pm 0,2$ до $10,2 \pm 0,1$ с ($P < 0,05$). В целом индекс физической подготовленности за шесть месяцев возрос в данной группе с $232,15 \pm 5,9$ до $273,6 \pm 7,4$ о.е. ($P < 0,001$). В контрольной группе во всех семи тестах школьники за шесть месяцев улучшили свои исходные результаты, но не достоверно при $P > 0,05$. В целом, если уровень относительного прироста интегрального показателя физической подготовленности в экспериментальной группе был равен 17,8%, то в контрольной группе – 6,6%.

Таким образом, итоговые результаты тестирования физической подготовленности между экспериментальной и контрольной группами детей и подростков 12-13 лет показали, что через шесть месяцев из семи силовых тестов в шести были получены достоверные различия в пользу экспериментальной группы при $P < 0,05$.

Литература:

1. Дворкин, Л. С. Возрастные особенности развития силы у юных атлетов / Л. С. Дворкин // Актуальные вопросы физической культуры и спорта. – 2000. – Т.3. – С. 32–36.
2. Дворкин, Л. С. Влияние занятий атлетической гимнастикой в условиях сельской местности на физическое состояние школьников / Л. С. Дворкин, Н. И. Дворкина, С. О. Тарасов / Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. – 2019. – № 3. – С. 67–69.
3. Дворкин, Л. С. Возрастные особенности влияния базовой силовой подготовки школьников 7 класса на их физическое состояние / Л. С. Дворкин, Н. И. Дворкина // Олимпийский спорт и спорт для всех : материалы конгресса. – 2018. – С. 520–524.
4. Дворкин, Л. С. Атлетизм в системе физического воспитания и спорта (история, теория, методика и технология) : Монография / Л. С. Дворкин, С. М. Ахметов. – Краснодар : Неоглори. – 2012. – 688 с.
5. Трофимова, О. С. Основы современного фитнеса и атлетической гимнастики как оздоровительной системы двигательной деятельности человека / О. С. Трофимова, Л. С. Дворкин // В книге : Естественно-научные основы спортивно-оздоровительной деятельности человека. – Краснодар, 2017. – С. 9–64.

УДК: 796.011.3

МЕТОДИКА ИСПОЛЬЗОВАНИЯ ДЫХАТЕЛЬНЫХ ПРАКТИК НА ЗАНЯТИЯХ ЙОГОЙ С ДЕВУШКАМИ 17 ЛЕТ

Доктор педагогических наук, профессор Н.И. Дворкина

Кандидат педагогических наук, доцент О.С. Трофимова

Кандидат педагогических наук, доцент О.Г. Лызарь

Кафедра физкультурно-оздоровительных технологий

Контактная информация для переписки: 350015, Россия, г. Краснодар,

ул. Буденного, 161, каб 218, e-mail: votrofim@yandex.ru

Аннотация. В статье раскрыта методика использования дыхательных практик на занятиях йогой с девушками 17 лет, представлены результаты исследования влияния экспериментальных занятий на функциональное состояние занимающихся.

Ключевые слова: йога, дыхательные практики, функциональное состояние, асаны, пранаямы, девушки.

Исследования многих авторов [2, 4, 6], многолетний опыт учителей физической культуры подтверждают неизменную статистику снижения уровня здоровья учащихся. Интенсивный современный темп жизни, чрезмерная умственная работа учеников снижают двигательную активность, а следовательно и уровень физического состояния подрастающего поколения [1].

Появление, на наш взгляд, новых современных видов двигательной деятельности является непременно положительным для совершенствования системы физического воспитания учащейся молодежи. Расширение средств физического воспитания путем использования нетрадиционных оздоровительных систем повысит двигательную активность учащихся. Одним из популярных среди занимающихся средств является йога [3, 5, 7].

Анализ научной литературы указал на имеющиеся научные исследования по применению традиционных и нетрадиционных средств в физическом воспитании школьников, но в то же время, нам не встретились работы, рассматривающие использование дыхательных практик на занятиях йогой, как основного средства физического воспитания. Это и определило направление нашего исследования.

Целью исследования было разработать и экспериментально обосновать методику использования дыхательных практик на занятиях йогой с девушками 17 лет.

Педагогический эксперимент проводился на базе МБОУ СОШ № 70 г. Краснодара с целью оценки эффективности разработанной методики использования дыхательных практик на занятиях йогой с девушками 17 лет экспериментальной группы и ее влияния на их функциональное состояние.

В исследовании приняло участие 33 девушки 17-летнего возраста. Для проведения научного исследования было сформировано две группы – экспериментальная в количестве 17 и контрольная в количестве 16 девушек.

Экспериментальная группа дополнительно к двум обязательным урокам физической культурой занималась на факультативной йоге и дополнительно включили два внеурочных факультативных занятия. В целом, занятие в экспериментальной группе состояло из трех частей, проводилось три раза в неделю по 45 минут. На дополнительных внеурочных факультативных занятиях время выполнения повышалось до 60 минут. Занимающиеся контрольной группы придерживались стандартной программы физического воспитания, которая имеет традиционную структуру – два обязательных урока физической культуры в неделю и один факультативный урок. Средства также использовались традиционные – упражнения легкой атлетики, элементы гимнастики, спортивные игры и др.

Занятие начиналось с разминки, подготавливающей организм к дальнейшей работе. Основная часть занятия длилась 30 минут, и включала дыхательные пранаямы Капалабхати, Самавритти пранаяма, Анулома Вилома, которые выполнялись 3-4 подхода по 10-12 повторений. Акцент делали на выполнении пранаямы Капалабхати.

Техника пранаямы Капалабхати – это отменный метод вентиляции легких. Применяется как очищающее перед другими, более сложными, видами дыхательной пранаямы, а также с лечебными целями при острых катарах верхних дыхательных путей, бронхитах, бронхиальной астме. На данную технику делался основной акцент.

После выполнения дыхательных практик девушки приступали к выполнению асан, ранее изученных и осваивали технику выполнения новых асан. Применялись следующие асаны:

- асаны в положении стоя и смешанных упорах (дерево, острый угол, воин, собака, полумесяц, аист, стул и др.),
- асаны в положении лежа и смешанных упорах (доска, наклонившийся самолет, кобра, кузнечик, лук, свеча и др.),
- асаны в положении сидя (голова коровы, скручивание сидя, вытягивание спины и др.).

Главной задачей на первых занятиях в экспериментальной группе было обучить технике выполнения асан и дыхательных пранаям. За один подход каждую асану девушки выполняли на протяжении 4-8 дыхательных циклов.

Заключительная часть, продолжительностью 5 минут включала релаксацию, упражнения на восстановление дыхания, психорегулирующие упражнения.

При выборе асан для занимающихся девушек, мы подбирали их так, чтобы по степени сложности выполнения они соответствовали уровню подготовленности занимающихся, например, исключили стойки на голове, руках и др.

До начала и по окончании нашего исследования мы провели тестирование уровня показателей функционального состояния сердечно-сосудистой и дыхательной систем девушек 17 лет, которое не выявило статистически значимых различий между исследуемыми показателями исследуемых групп. До

начала проведения экспериментальной работы все девушки прошли осмотр в медицинском кабинете, противопоказаний к занятиям по экспериментальной методике ни у кого выявлено не было.

В целом, по окончании экспериментальной работы, у девушек экспериментальной группы достоверно улучшились все изучаемые показатели функционального состояния. Наибольший прирост зафиксирован в показателе индекса Гарвадского степ-теста – 50,9%, далее в пробе Штанге – 22,8%, жизненном индексе – 19,1%, пробе Генчи – 18,3%, частота дыхания уменьшилась на 12,7%.

В контрольной группе были выявлены положительные достоверные изменения в четырех изучаемых показателях из пяти, за исключением оценки результатов в пробе Генчи. Этот факт не способствовал появлению достоверности различий между начальными и итоговыми результатами ($P > 0,05$).

Таким образом, можно сделать заключение, что занятия по экспериментальной методике использования дыхательных практик положительно воздействуют на функциональное состояние занимающихся, что выявлено в достоверном увеличении их результатов. Следовательно, разработанную методику актуально внедрять в процесс физического воспитания девушек 17 лет.

Литература:

1. Дворкин, Л. С. Особенности функционирования двигательного аппарата человека при мышечной деятельности / Л. С. Дворкин, О. С. Трофимова // В книге : Естественно-научные основы спортивно-оздоровительной деятельности человека. – Краснодар : КГУФКСТ, 2017. – С. 65–107.
2. Михайлюк, Д. О. Система Пилатес как способ обретения мышечного и психического баланса / Д. О. Михайлюк, Н. И. Романенко // Тезисы докладов XLVI научной конференции студентов и молодых ученых вузов Южного федерального округа (февраль-март 2019 г.). – Краснодар : КГУФКСТ. – Часть 2. – 267 с.
3. Николаева, М. В. Основные школы хатха-йоги / М. В. Николаева // Традиция, АБВ. – 2014. – 272 с.
4. Ончукова, Е. И. Использование рекреационных занятий функциональной тренировкой с учащимися 16-17 лет для подготовки к сдаче норм комплекса ГТО / Е. И. Ончукова, О. С. Трофимова // Материалы научной и научно-методической конференции профессорско-преподавательского состава КГУФКСТ. – Краснодар, 2018. – № 1. – С. 182–183.
5. Спэрроу, Л. Практическая энциклопедия йоги / Л. Спэрроу, П. Уолден. – Москва : Изд-во Эксмо, 2006. – 400 с.
6. Сударь, В. В. Использование средств оздоровительной аэробики для повышения уровня физической работоспособности девушек 16-17-летнего возраста / В. В. Сударь // Материалы научной и научно-методической конференции профессорско-преподавательского состава КГУФКСТ. – 2020. – № 1. – С. 199–200.
7. Трофимова, О. С. Дыхательные практики в йоге как эффективное средство развития физических способностей девушек / О. С. Трофимова, Е. И. Ончукова, В. В. Фоменко // Материалы научной и научно-методической конференции профессорско-преподавательского состава КГУФКСТ. – 2019. – №1. – С. 231–232.

ФАКТОРЫ, ОПРЕДЕЛЯЮЩИЕ ВЫБОР ЖЕСТОВ ДЛЯ ОБЩЕНИЯ В СРЕДЕ СПОРТСМЕНОВ С НАРУШЕНИЕМ СЛУХА

Старший преподаватель Е.А. Иващенко

Кафедра адаптивной физической культуры

Контактная информация для переписки: 350015, Россия, г. Краснодар, ул. Буденного, 161,

e-mail: e_arkadevna@mail.ru

Аннотация. В настоящей работе приведены результаты исследования частоты использования традиционных и авторских жестов в среде спортсменов с нарушением слуха. Посредством регрессивного и корреляционного анализа данных из 100 анкет глухих и слабослышащих спортсменов установлены характерные особенности выбора коммуникативных жестов у представителей данного контингента.

Ключевые слова: спортсмены с нарушением слуха, русский жестовый язык, традиционные и авторские жесты.

Всероссийское общество глухих (ВОГ) насчитывает 13,5 миллионов россиян, имеющих нарушения слуха. Из них около 350 тысяч человек являются носителями русского жестового языка (РЖЯ). По другим подсчетам, в России около двух миллионов человек использует для общения РЖЯ, а по распространенности русский жестовый язык занимает 38 место среди языков народов Российской Федерации [5]. Несмотря на расхождение в цифрах, для многих людей жестовый язык является основным, если не единственным средством коммуникации и социализации [4]. Признание русского жестового языка государственным и его популяризации среди населения приводят к тому, что во многих сферах взаимоотношений и в повседневной жизни все большее количество специалистов самостоятельно или в процессе получения профессионального образования стремятся овладеть русским жестовым языком [2]. На этом пути имеются свои сложности. Например, в сфере адаптивного спорта начинающему специалисту сложно сориентироваться в большом объеме общеупотребительных и специальных жестов из спортивной терминологии [1]. Это не позволяет в полной мере овладеть дидактическими основами для работы с контингентом глухих и слабослышащих: объяснить необходимую последовательность действий, описать отдельные элементы техники упражнений, особенности технико-тактических взаимодействий между игроками в командных видах спорта [3].

В ходе аналитической части исследования данной работы было установлено, что словарь русского жестового языка содержит крайне мало жестов, относящихся к спортивной деятельности. Была выявлена необходимость в получении обратной связи от действующих спортсменов с депривацией слуха на предмет выявления частоты использования авторских

жестов в спорте (по сравнению с употреблением «обычных» жестов – жестов общей практики, бытовых, применяемых в межличностном общении).

Практическая часть исследования была направлена на то, чтобы выявить специфику использования стандартных и оригинальных жестов в спорте глухих с целью разработки рекомендаций для тренеров и волонтеров, занятых в этом направлении адаптивного спорта.

Контингент исследуемых составил 100 человек, занимающихся командными и индивидуальными видами спорта. Из них 54 человека мужского пола и 46 – женского. Возраст варьировал от 18 до 36 лет. Из общего числа участников эксперимента было 73 глухих и 27 слабослышащих спортсмена. Местом проживания участников являлись следующие населенные пункты: Москва, Санкт-Петербург, Краснодар, Воронеж, Ставрополь, Ростов-на-Дону, Кострома, Волгоград.

Суть эксперимента заключалась в проведении онлайн-анкетирования (опрос проводился одномоментно посредством заполнения респондентами формы в сервисе Google Forms) и последующей математико-статистической обработки данных (сравнительный анализ, корреляционный анализ и простая множественная линейная регрессия).

В ходе анкетирования были установлены: пол; возраст; города проживания; спортивный стаж респондентов; степень потери слуха (глухой или слабослышащий); командный/некомандный вид спорта; частота использования РЖЯ в повседневной жизни; имеется ли у Вас навык распознавания иностранных жестов; владеет ли Ваш тренер РЖЯ; какие жесты предпочтительно Вы используете в спортивной деятельности (из РЖЯ или новые/авторские), как часто Вы используете жесты во время соревнований при общении с тренером).

Структура контингента состояла на 10% из представителей индивидуальных видов спорта и на 90% – из представителей командных видов спорта. Абсолютное большинство (92%) заявили, что часто используют жестовый язык в повседневной жизни. Также, значительное количество опрошенных (83%) являются высоко квалифицированными спортсменами (имеют звание Мастер спорта и выше). В спортивно-тренировочной деятельности используют жесты в спорте 92 % опрошенных. Остальные 8% (из группы слабослышащих) строят коммуникацию, преимущественно, на чтении по губам.

Полученные данные показали, что 80% респондентов чаще используют оригинальные жесты, которые придумываются тренером или самими спортсменами для более эффективного взаимодействия. Также установлено, что 34 % опрошенных спортсменов понимают другие жестовые языки всегда или часто. Это подтверждает ранее публикуемые данные о схожести РЖЯ с английским, французским и американским жестовыми языками [3]. Однако почти четверть опрошенных (24%) совсем не понимают другие жестовые языки. Было установлено, что только 57% тренеров знают жестовый язык в той

или иной мере, в то время как 43% тренеров вынуждены прибегать к услугам сурдопереводчика.

Была отмечена выраженная положительная корреляция использования жестов в спорте глухих с использованием жестового языка в повседневной жизни, однако этот параметр также зависел от того, является ли спортсмен глухим или слабослышащим. В свою очередь, использование новых жестов положительно коррелирует с опытом (спортивным стажем).

В целом, на основе проанализированных данных можно заключить, что, если спортсмен является мужчиной, глухим (не слабослышащим), занимается командным видом спорта, часто использует жесты в повседневной жизни и владеет способностью к распознаванию иностранных жестов, он будет с большей вероятностью использовать жесты в своей профессиональной деятельности. Кроме того, чем моложе спортсмен, тем также выше вероятность этого. В то же время, если спортсмен является слабослышащим, женского пола, занимается индивидуальным видом спорта и имеет высокую спортивную квалификацию, то он реже использует авторские жесты в спорте.

Исходя из описанного выше, можно рекомендовать молодым специалистам и волонтерам, занимающимся организацией спортивно-тренировочного процесса с глухими и слабослышащими спортсменами, сосредоточиться на изучении общего курса русского жестового языка. Специальная спортивная терминология в спорте глухих крайне специфична и разрабатывается ситуативно, вследствие чего целесообразно использовать ее с учетом особенностей конкретного вида спорта, команды и уровня спортивного мастерства занимающихся.

Литература:

1. Ващенко, Е. А. Эффективность невербального общения в адаптивном спорте / Е. А. Ващенко, Н. А. Кислица, А. В. Пархоменко // Образование, инновации, исследования как ресурс развития сообщества : материалы Международной научно-практической конференции (Чебоксары, 19 дек. 2017 г.). – Чебоксары: ИД «Среда», 2017. – С. 394–397.
2. Душкина, В. А. Влияние официального признания русского жестового языка на сообщество глухих / В. А. Душкина, И. К. Щеголькова // Актуальные проблемы современного общества: материалы 12 международной научно-практической конференции молодых ученых, посвященной 25-летию факультета гуманитарного образования, Новосибирск, 19–20 ноября 2015 г. – Новосибирск : НГТУ, 2015. – С. 10–14.
3. Кудинова, Е. С. Современные методы исследования речезестового взаимодействия / Е. С. Кудинова // ВЕСТНИК МГЛУ. – 2020. – Выпуск 1 (830). – С. 122–133.
4. Нагорная, Л. А. Популяризация русского жестового языка как одно из условий инклюзии глухих людей в современном российском обществе / Л. А. Нагорная, Н. Н. Нагорный // Философия и культура. – 2020. – № 6. – С. 9–32.
5. Нарушение слуха в цифрах (статистика). – Электронный источник: сайт Справочник слухопротезирования в России sluh.online. – URL: <https://sluh.online>statistika>. – Дата обращения: 20.04.2021.

ОСВЕДОМЛЕННОСТЬ СТУДЕНТОВ СПОРТИВНЫХ ВУЗОВ В РОССИИ И ЗАРУБЕЖОМ О ПРОБЛЕМЕ ПРИМЕНЕНИЯ ДОПИНГА

Преподаватель А.В. Казалиева^{1,2}

Преподаватель А.С. Прохорцева¹

Е.Г. Солопова²

¹Кафедра анатомии и спортивной медицины

²Научно-организационный отдел

Контактная информация для переписки: 350015, Россия, г. Краснодар, ул. Буденного, 161,
e-mail: kazalieva.an@yandex.ru

Аннотация. Целью исследования являлось изучение отношения студентов университетов физической культуры и спорта России и за рубежом к проблеме допинга в спорте на основе анализа российской и иностранной научной литературы.

Ключевые слова: допинг в спорте, студенты, отношение к допингу.

В последние годы Российский спорт погряз в допинговых скандалах, регулярно пересматриваются результаты десятков крупных спортивных соревнований. В результате, с 2015 года российские спортсмены вынуждены выступать в санкционных условиях.

Сегодня существуют два противоположных мнения, объясняющих складывающуюся антидопинговую ситуацию в России. Одни считают, что наша страна наказана не потому, что является самой «задопингованной» страной в мире, а в результате обострившихся международных отношений со странами Запада. Другое мнение заключается в том, что в России создана эффективная допинговая система, позволяющая российским спортсменам побеждать в соревнованиях и занимать призовые места. Так или иначе, проблема допинга в России, как и во всем мире, существует и дальнейшее развитие антидопингового обеспечения неизбежно.

Складывающаяся допинговая ситуация в нашей стране свидетельствует о недостаточном уровне профилактики применения допинга. Анализ научно-методической литературы, позволяет заключить, что в нашей стране в настоящее время имеются лишь единичные научные исследования, позволяющие оценить уровень знаний учащейся молодежи физкультурных вузов о мерах профилактики допинга в спорте в отличии от других стран, где уже с начала 2000-х годов данной проблеме посвящено достаточное количество исследований.

Для того, чтобы предотвратить использование допинга и сформировать четкую, устойчивую позицию неприятия его, необходимо оценить знания, отношение к антидопинговым мероприятиям студентов высших учебных заведений, обучающихся по направлениям подготовки «Физическая культура», «Спортивная тренировка в избранном виде спорта» и других. Если выпускники спортивных вузов знают о негативных последствиях допинга они, скорее всего,

изменяют свое отношение к веществам из запрещенного списка, повышающим работоспособность, а также возможно окажут влияние на мировоззрение своих товарищей. Таким образом, владение информацией о допинге может помешать спортсменам развивать про-допинговые установки и способствовать формированию правильных установок.

Анализ исследований, проводимых зарубежными авторами и посвященных исследованиям отношения к допингу среди студентов университетов в разных странах, позволил выявить уровень изучения этой проблемы в различных странах. Так, исследование, проводимое бельгийскими учеными в периоды с 1998 по 1999гг. и с 2005 по 2006гг. и впервые опубликованное в 2010 году [7], показало, что респонденты, обучающиеся в гуманитарных университетах, имели расплывчатое этическое отношение к проблеме допинга, поскольку они от «нулевой» терпимости к допингу перешли к более лояльному отношению к допингу в спорте. Исследуемые студенты раскритиковали жесткую пропаганду на международном уровне политики «нулевой» терпимости к допингу.

Другое исследование, проведенное в 2013 году индийскими учеными среди обучающихся Университета Харьяна, показало, что большинство студентов считали применение запрещенных веществ угрозой для честной игры и здоровья спортсменов, и выступили за абсолютный запрет на применение допинга в спорте. [4]

В результате опроса, проведенного среди 346 студентов-спортсменов Университета Претории (ЮАР), с целью изучения знания и отношения к допингу, 3,9% опрошенных признались в использовании веществ, повышающих производительность и более 14 % сказали, что могли бы рассмотреть возможность применения запрещенных препаратов, если бы были уверены, что их не поймают. При этом амбиции и эмоциональное давление были основными причинами, по которым спортсмены рассматривали возможность применения запрещенных средств [5].

Исследование, отражающее уровень знаний о проблемах допинга среди студентов четырех Кенийских университетов, обучающихся по программам подготовки специалистов в области ФКиС, проведенное Э.Г. Ринтаугу и Ф. Мванги (2021), показало, что отношение и восприятие допинга среди студентов дифференцируется в зависимости от года и программы обучения [6].

Несмотря на низкий уровень изученности проблемы применения допинга в нашей стране, она становится все более острой, что вызвало в последние годы бурный рост исследований, в этой области. Так, с целью установления уровня знаний о допинге среди обучающихся российских спортивных вузов, а также их отношения к проблеме допинга, проведено ряд исследований, результаты которых показали необходимость внедрения новых форм образовательных программ в области антидопингового просвещения среди молодежи и студентов [3]; Исследование, проводимое А.В. Макаровым и А.М. Кузьминым (2019) выявило, что исследуемый ими контингент обучающихся не обладает достаточно сформированными установками «нулевой» терпимости к допингу,

т.к. большинство опрошенных считают, что одержать победу в большом спорте без применения допинга невозможно [1]. В то же время, проведенные исследования показывают, что большинство студентов, занимающихся спортом, крайне негативно относятся к применению допинговых средств и методов, и в своей спортивной карьере никогда не применяли запрещенные в спорте препараты для достижения поставленных спортивных целей. Проведенный анализ показывает, что среди студентов как российских, так и иностранных, чаще всего наблюдается негативное отношение к применению допинга в спорте, однако необходима дальнейшая пропаганда среди молодежи здорового образа жизни и чистого спорта.

Очевидно, допинговая проблема в современном спорте в ближайшие годы практически не разрешима и ее дальнейшее решение зависит от будущих специалистов спорта, проходящих обучение в университетах и на факультетах физической культуры и спорта [2].

Литература:

1. Макаров, А. В. Отношение студентов Уральского государственного университета физической культуры к проблеме употребления и распространения допинга в спорте / А. В. Макаров, А. М. Кузьмин // Ученые записки университета имени П. Ф. Лесгафта. – 2019. – №10 (176). – С. 214–218.
2. Немцев, О. Б. Отношение студентов университетов и факультетов физической культуры и спорта России к проблеме допинга в спорте / О. Б. Немцев, А. Б. Бгуашев, М. Н. Мартынова, А. В. Полянский, В. В. Мехрикадзе // Ученые записки университета им. П. Ф. Лесгафта. – 2020. – № 5 (183). – С. 538–545.
3. Окуньков, Ю. В. Изучение отношения к допингу учащихся образовательных организаций общего и высшего образования, систематически занимающихся физической культурой и спортом / Ю. В. Окуньков, Э. А. Зюрин, И. В. Загорский // Вестник спортивной науки. – 2019. – № 6. – С. 72–74.
4. Kumar, N. A study of perception by university students towards doping in Haryana, India/ Kumar, N., Jyoti, R.// Research Journal Physics Education Science. – 2013. – V.1 (1). – P. 2 – 6.
5. Nolte K. Doping in sport: Attitudes, beliefs and knowledge of competitive high-school athletes in Gauteng Province/ K. Nolte, B. J. M. Steyn, P. E. Kruger, L. Fletcher.// South African Sports Medicine Association. – 2014. – V. 26 (3). – P. 81-86.
6. Rintaugu, E.G. Knowledge, attitudes and perceptions on doping among university students in physical education and sport science related degree programmes / Rintaugu, E.G., Mwangi, F.M.// Journal of Human Sport and Exercise. – 2021. – V. 16(1). – P. 174–186.
7. Vangrunderbeek, H. Student attitudes towards doping in sport: Shifting from repression to tolerance? / H. Vangrunderbeek, J. Tolleneer // International Review for the Sociology of Sport. – 2011. – V. 46 (3). – P. 346–357.

ОСОБЕННОСТИ СПЕЦИАЛЬНОЙ ДВИГАТЕЛЬНОЙ ПОДГОТОВКИ КИКБОКСЕРОВ РАЗЛИЧНЫХ ВОЗРАСТНЫХ ГРУПП

Кандидат педагогических наук, доцент О.Г. Лызарь
Магистрант А.В. Тутаева

Кафедра физкультурно-оздоровительных технологий

*Контактная информация для переписки: 350015, Россия, г. Краснодар, ул. Буденного, 161,
e-mail: lyzarO252@yandex.ru*

Аннотация. В представленной статье рассматриваются вопросы повышения уровня вестибулярной устойчивости спортсменов, занимающихся кикбоксингом. Представлены результаты исследования, раскрывающие особенности тренировочной деятельности кикбоксеров, в том числе и тренировки на стабиллографическом тренажере.

Ключевые слова: тренировочная деятельность в кикбоксинге, вестибулярная устойчивость, тренировка на стабиллографическом тренажере.

В современных условиях развития государства одной из приоритетных задач является улучшение показателей здоровья населения, поскольку успешность целостного развития определяется приоритетным повышением здоровья нации. Стратегической составляющей развития общества является формирование и популяризация занятий физической культурой и спортом в различных возрастных группах. При этом, принципиальное значение приобретает стимулирование функциональных, морфологических и психологических изменений в организме посредством занятий физической культурой и спортом, что наиболее физиологично и эффективно в сравнении другими методами воздействия [1,3].

Занятия кикбоксингом, направлены на комплексное решение задач физического и психического оздоровления, а также социальной реализации и самоутверждения личности, подготовки к достойному преодолению противоречий и реальных угроз современного общества [5].

Целесообразность проведенных исследований определяется повышенными требованиями, предъявляемыми к физическому состоянию и состоянию сенсорных систем кикбоксеров в различных возрастных группах.

В результате проведенных исследований определили оптимальное содержание основных компонентов тренировочной деятельности, что и составило основу разработанной методики. Так, в процессе проведения разминки помимо стандартных упражнений, направленных на повышение эластичности мышц, связок и сухожилий использовали двигательную активность, которая повышает температуру тела в целом, а также температуру мышц с целью подготовки организма к более интенсивным нагрузкам, поскольку это один из основных компонентов, определяющих успешность тренировочного занятия в кикбоксинге. При этом отмечается, что большая часть кикбоксеров, методично выполняющих разминку перед основной частью занятия, продемонстрировала большую психологическую настроенность и готовность к тренировке.

В основной части тренировочного занятия реализовывали компоненты технической и специальной физической подготовки, в том числе и с

использованием элементов паркура – как средства эффективного и рационального – перемещения в пространстве [2]. Отработке связок, технических навыков, спаррингов уделялось 45 минут.

Следующим, обязательным компонентом тренировочного занятия кикбоксеров предлагалась тренировка на стабиллографическом тренажере. Режим занятий предусматривал 10 сеансов по 10-12 минут один раз в два месяца. В качестве тренировки использовались следующие программы – «фигурки», «фигурки по кресту», «мячики», «построение картинок», тренажер «с движущейся целью». Перечисленные стабиллографические игры использовались в качестве тренажера, позволяющего повышать показатели вестибулярной устойчивости, основой деятельности которого является принцип биологически обратной связи [4]. Сформированный в процессе указанных занятий навык позволяет занимающимся кикбоксингом юношам и мужчинам выполнять технические действия свободно, без потери равновесия.

Заключительная часть тренировочного занятия включала компоненты общей и специальной физической подготовки, продолжительностью не более 15 минут.

Результативность предлагаемой методики занятий кикбоксингом проявилась в достоверном повышении уровня вестибулярной устойчивости занимающихся в группах юношей и мужчин первого периода зрелого возраста. Необходимо отметить, что выраженную помехоустойчивость к вестибулярным раздражителям, а также расширение границ периферического поля восприятия объектов определили в обеих возрастных группах занимающихся.

На фоне повышения показателей специальной подготовленности кикбоксеров, определили достоверный рост уровня развития общей физической подготовленности по показателям гибкости, общей и силовой выносливости. По состоянию скоростных и скоростно-силовых способностей определили положительную тенденцию к изменению результатов.

Таким образом, представленные данные экспериментальных исследований позволяют судить о выраженном тренировочном эффекте комплексного использования специальных тренировок в кикбоксинге с применением компонентов стабиллографической тренировки, проявляющемся в улучшении вестибулярной устойчивости занимающихся, на фоне расширения границ поля зрения.

Литература:

1. Белов, Н. В. Боевые искусства, как фитнес для мужчин. – Минск : Харвест, 2007. – 234 с.
2. Еремушкин, М. А. Двигательная активность и здоровья. От лечебной гимнастики до паркура. – Москва : Спорт, 2016. – 184с.
3. Здоровьесберегающее образование: Современные факторы развития: монография / под ред. Н.И. Дворкиной, О.Г. Лызаря. – Самара : ООО «Офорт», 2016. – 205 с.
4. Коренбер, В. Б. Проблема анализа сохранения устойчивости тела человека // Междунар. конгресс «Человек в мире спорта». – Москва : Физкультура и спорт, 2008. – Т. 1. – С. 54–55.
5. Романенко, Н. И. Фитнес в системе физического воспитания населения / Н. И. Романенко, Л. В. Корсакова, О. Н. Оплетаетова // Актуальные проблемы физической культуры и спорта в современных социально-экономических условиях : материалы Международной научно-практической конференции, 20 мая 2019г. – ФГБОУ ВО Чувашская ГСХА, Чебоксары, 2019. – С. 181–184.

ОЦЕНКА ПСИХОЭМОЦИОНАЛЬНОГО СОСТОЯНИЯ СПОРТСМЕНОВ, ЗАНИМАЮЩИХСЯ СТРЕЛЬБОЙ ИЗ ЛУКА

Кандидат биологических наук, доцент М.В. Малука
Магистрант Е.М. Игнатенко

Кафедра физиологии

*Контактная информация для переписки: 350015, Россия, г. Краснодар, ул. Буденного, 161,
e-mail: mvmaluka@mail.ru, e-mail: eliz.ignatenko2014@yandex.ru*

Аннотация. В работе представлен анализ данных психологической подготовленности лучников на основании показателей личностной и ситуативной тревожности.

Ключевые слова: «стрельба из лука», «тревожность», «влияние внешних факторов», «ситуативная тревожность», «личностная тревожность».

Стрельба из лука является древнейшим видом спорта, представляя собой уравновешенный и хладнокровный вид деятельности у стрелков. Стрельбу из лука подразделяют на следующие виды: стрельба по мишеням на стадионе и в помещении, полевая стрельба, инстинктивная стрельба, стрельба на дальность и 3D стрельба. В каждом из этих видов проводится большое количество соревнований, начиная от городских соревнований субъектов Российской Федерации, заканчивая Чемпионатами Европы, Олимпийскими играми, а также включена в программу Параолимпийских игр и используется для реабилитации инвалидов [4].

Успех в период соревновательной борьбы зависит не только от правильной настройки лука, технической и физической подготовленности спортсмена, но и от психологической подготовленности стрелка с учетом его личностных характеристик [1].

Спорт высших достижений связан с очень большими физическими нагрузками, сильной психологической напряженностью, ответственностью в принятии технически и тактически верных двигательных действий. Спортивная деятельность всех лучников, обусловлена различными стрессовыми ситуациями, с которыми они должны уметь правильно справляться, особенно во время стрельбы на рубеже. Если спортсмен не может противостоять стрессовым ситуациям, то происходит спад его адаптационных возможностей, который в скором времени может привести к различного рода травмам как физического, так и психического характера [3].

Соревновательный этап всегда является стрессом для многих спортсменов, уровень тревоги значительно растет в отличие от тренировочного периода. Тревожность представляет собой высокую эмоциональную напряженность, сопровождающуюся беспокойством или страхом, которая возникает перед выходом на линию стрельбы, на разминке или даже просто в период приезда на стадион [5]. Данное состояние характеризуется неуверенностью в своих выстрелах, рассеянностью, дрожью рук и ног,

учащением сердцебиения, нарушением дыхательного цикла, что в последствии может привести к плохому результату во время стрельбы [2].

Целью исследования явилось изучение параметров личностной (ЛТ) и ситуационной тревожности (СТ) спортсменов, занимающихся стрельбой из лука по методике Ч.Д. Спилбергера-Ханина [6].

Исследование проводилось на базе спортивной школы МБУМОГК СШ №2 г. Краснодара. В обследовании принимали участие 20 спортсменов, имеющих 1 и 2 спортивный разряд, в возрасте от 13 до 15 лет.

Оценка ситуативной тревожности, основанной на кратковременном проявлении тревоги в определенный промежуток времени, показала у 80% стрелков среднюю степень тревожности, а у 20% – низкую. Анализ личностной тревожности, показывающий характер личности, наоборот показал у 90% спортсменов низкую степень тревожности, у 10% был выявлен средний уровень тревожности.

Психологическое состояние представляет собой подвижный элемент психологии спортсмена. Только с правильно подобранной индивидуальной психологической подготовкой лучника, мы сможем спрогнозировать степень его соревновательной надежности, поведение в соревновательной борьбе, а также улучшить его предсоревновательный уровень. Таким образом, в стрельбе из лука, как и в других видах спорта, необходимо быть устойчивым к стрессовым ситуациям. Полученные результаты свидетельствуют о влиянии личностных характеристик, которые должны учитываться в период спортивной подготовки для своевременной корректировки. Поэтому начиная с начального периода подготовки спортсмена-стрелка, следует уделять психологической готовности лучника особое внимание, а также при начальном отборе использовать различные тесты на выявление личностных характеристик спортсмена.

Литература:

1. Анисимова, Е. А. Формирование мышления средствами спортивной подготовки / Е. А. Анисимова // Ученые записки университета имени П. Ф. Лесгафта. – 2010. – № 1 (59). – С. 44–47.

2. Бойков, А. А. Психофизиологические особенности огневой подготовки курсантов в учебных заведениях МВД России / А. А. Бойков, А. Н. Таран // Общество и право. – 2014. – № 1(47). – С. 325–329.

3. Вопросы психологической подготовки при обучении стрельбе / В. М. Жуков, А. М. Завирюха, А. Г. Кочуров, О. В. Устинова // Подготовка кадров для силовых структур: современные направления и образовательные технологии: материалы XX всероссийской научно-методической конференции. – Иркутск, 2015. – 199 с.

4. Королева, Т. П. Факторы, обуславливающие нервно-психологическое здоровье спортсменов-стрелков / Т. П. Королева // Ученые записки университета имени П. Ф. Лесгафта. – 2010. – № 1(59). – С. 50–56.

2. Орешкина, Т. И. Развитие свойств психических процессов как составляющая психологической подготовки спортсмена / Т. И. Орешкина, О. А. Маркиянов, А. И. Орлов // Вестник спортивной науки. – 2009. – № 2. – С. 8–11.

3. Ханин, Ю. Л. Стресс и тревога в спорте / Ю. Л. Ханин. – Москва : Физкультура и спорт, 1983. – 288 с.

УДК: 378.14

ОСОБЕННОСТИ ПРЕПОДАВАНИЯ АНАТОМИИ ЧЕЛОВЕКА В УСЛОВИЯХ ПАНДЕМИИ НОВОЙ КОРОНОВИРУСНОЙ ИНФЕКЦИИ

**Кандидат биологических наук, доцент О.В. Маякова
Кандидат биологических наук, доцент Ю.А. Кудряшова**

Старший преподаватель А.М. Филенко

Кафедра анатомии и спортивной медицины

*Контактная информация для переписки: 350015, Россия, г. Краснодар, ул. Буденного, 161,
e-mail: ykudryshova@mayl.ru*

Аннотация. Методика преподавания дисциплины «Анатомия человека» в условиях дистанционного обучения, организация образовательного процесса с учетом специфики спортивного вуза требует значительной дифференциации обучаемого контингента и индивидуальной траектории формирования компетенций.

Ключевые слова: дистанционное обучение, анатомия, индивидуальная траектория обучения, целевая студенческая аудитория, тренажеры по разделам анатомии.

Учебный год 2019-2020 был сложным в связи с полным переходом на дистанционное обучение. В условиях сложных социальных процессов и психологической адаптации профессорско-преподавательский состав кафедры анатомии и спортивной медицины организовал учебный процесс в новых условиях, учитывая, что дисциплина анатомия человека является базовой в системе подготовки специалистов в области физической культуры, спорта и туризма, теоретической и практической основой для изучения других дисциплин медико-биологического цикла и избранного вида спорта. Реализация общих и специальных умений, навыков и компетенций невозможна без прочных знаний по анатомии человека, так как объектом воздействия тренера, преподавателя физической культуры, наставника является человек, его организм и здоровье.

Объем учебной нагрузки дисциплины составляет 288 часов, 40 часов лекций, 104 практических занятий и 144 часа самостоятельной работы преподается на шести факультетах университета: спорта, физической культуры, адаптивной физической культуры, спортивного менеджмента, очной и заочной форм обучения. В соответствии с учебным планом дисциплина изучается на 1 курсе в 1-2 семестрах.

Переход на дистанционное обучение происходил в экстремальных условиях, в короткий промежуток времени. Профессорско-преподавательский состав осваивал и использовал образовательные платформы: ЭОС, Мудл, Индиго, Тимс. Реализовал цели и задачи процесса обучения по дисциплине анатомия человека, организовал все виды учебной деятельности: обучение, контроль выполнения заданий, подготовка к зачетам и экзамену. Лекционный материал представлялся в формате видеопрезентаций и видеолекций, текстов

лекций, объяснение практического материала в формате онлайн и предварительной видеозаписи.

Кафедра обеспечила доступность методических материалов для подготовки обучающихся к занятиям и текущему контролю. Это – планы лекций, практических занятий, вопросы по темам в итоговых контрольных, зачетах и экзаменах. В экстремальном режиме преподаватели создавали тренажеры по темам, редактировали, адаптировали документы, выкладывали для общего пользования списки основной и дополнительной литературы. Рабочий день преподавателя составлял 10-12 часов.

Самостоятельная работа обучающихся осуществлялась на основе методической разработки кафедры: «Контрольные задания для самостоятельной работы по спланхнологии, ангиологии, нейрологии, эзистологии» (3). Обучающиеся присылали выполненные задания в определенные сроки, они проверялись преподавателем и оценивались. Для закрепления знаний, умений и навыков при подготовке к итоговым контрольным занятиям использовались тренажеры по темам: пищеварение, дыхание, выделение, сердце, сосуды, нервная система и органы чувств с учетом современных методов и опыта преподавания анатомии в других вузах (1). Таким образом формировался личный рейтинг обучающегося, который фиксировался в журнале и определял возможность допуска к текущей итоговой аттестации (экзамену).

Анализ современной целевой студенческой аудитории показал значительную дифференциацию студентов. В Кубанском государственном университете физической культуры это обучающиеся на индивидуальном графике по спорту, инвалиды, спортсмены находящиеся в условиях усиленного тренировочного процесса (спортивных сборов), члены сборных России, тренирующиеся за рубежом, проживающие в других странах и другие. Необходимость индивидуального подхода привела к ассинхронизации учебного процесса и больших временных затрат.

Для повышения эффективности обучения, заинтересованности, выявления особенностей самоорганизации в условиях пандемии было проведено тестирование студентов по методике С.В. Слеповой и Н.Р. Саврасовой (2), анализ результатов показал, что 30% студентов приступали к выполнению заданий самостоятельной работы, практических заданий и теоретического материала по анатомии в течение трех дней после получения задания. 70% приступают к выполнению заданий накануне практического занятия, не успевают качественно выполнить все задания и выучить теоретическую часть. Это наиболее нестабильная часть студентов – «дедлайнеров» требовала особого внимания и индивидуального подхода (2). Им были установлены жесткие сроки сдачи выполненных заданий, позже работы не принимались, как следствие понижался рейтинг, шанс получить допуск к экзамену вовремя. Это явилось стимулом для 35% студентов и привело к переходу в группу более дисциплинированных и успевающих студентов. Индивидуальный подход в условиях дистанционного обучения

позволил стимулировать систематическую учебную работу в течение семестра. Огромную помощь в организации обучающихся в условиях дистанционного обучения оказывали деканаты, отдел качества образования, службы технической поддержки и другие подразделения.

В условиях полного перехода образовательного процесса на дистанционное обучение, кафедрой анатомии и спортивной медицины создана методика преподавания анатомии, сформирован и организован образовательный процесс с учетом специфики спортивного вуза, разработана индивидуальная траектория обучения по дисциплине, используя технические возможности, предоставляемые университетом. Индивидуальный подход и дифференцировка студенческой аудитории по результатам тестирования позволили выявить психолого-педагогические факторы учебной мотивации студентов и обозначить рекомендации для преподавателей, нацеленные на повышение учебной мотивации студентов, такие как использование современных форм, технологий, активных методов на виртуальных платформах (4). Такой подход позволил оптимизировать и синхронизировать образовательный процесс в условиях дистанционного обучения.

Литература:

1. Влияние тревожности на деятельность и развитие личности студента // Научное обозрение. Педагогические науки. – 2020. – № 4. – С. 90–94
2. Контрольные задания к практическим занятиям по спланхнологии, ангиологии, нейрологии, эстеziологии и эндокринологии: рабочая тетрадь / Г. Д. Алексанянц, В. В. Абушкевич, Д. Б. Глехас [и др.]. – 8-е изд., испр. и дополн. – Краснодар : КГУФКСТ, 2020. – 95 с.
3. Никонорова, М. Н. Компьютерные модели визуализации медицинской информации в практике изучения дисциплины «Анатомия человека» // Научно технические ведомости СПбГУ. Гуманитарные и общественные науки. – 2013. – №2. – С. 121–126.
4. Слепова, С. В. Выстраивание индивидуальной образовательной траектории в современном учебном процессе / С. В. Слепова, Н. Р. Саврасова // Международный журнал экспериментального образования. – 2021. – №1-2. – С. 52– 57.
5. Туленкова, Л. А. Реализация ФГОС в формировании личностных универсальных учебных действий // Международный журнал экспериментального образования. – 2020. – №5. – С. 30–34.

ЭФФЕКТИВНОСТЬ ЗАНЯТИЙ ТАНЦЕВАЛЬНЫМ ФИТНЕСОМ НА ФИЗИЧЕСКОЕ СОСТОЯНИЕ ДЕТЕЙ 6-8 ЛЕТ

Кандидат педагогических наук, доцент Е.И. Ончукова

Преподаватель Я.А. Манакова

Магистрант В.Ю. Фролкова

Кафедра физкультурно-оздоровительных технологий

Контактная информация для переписки: 350015, Россия, г. Краснодар,

ул. Янковского, 149, кв. 32; e-mail: L-gorbunova@yandex.ru

Аннотация. В работе представлены экспериментальные данные по реализации методики занятий оздоровительными танцевальным фитнесом с детьми 6-8 лет в условиях фитнес клуба. Также оценено влияние занятий по разработанной методике на физическое состояние детей, занимающихся танцевальным фитнесом и классической аэробикой. Экспериментальная и контрольная группа включала в себя по 20 девочек в каждой. Длительность эксперимента составила 8 месяцев.

Ключевые слова: танцевальный фитнес, оздоровительные технологии, двигательная активность, рекреация, фитнес клуб, фитнес-программы, аэробика, физическое состояние, девочки 6-7 лет.

Проблема выбора эффективного вида двигательной активности для современного ребенка, все чаще становится актуальной для родителей [1, 3, 5, 7]. Особенно это стало востребовано в сфере фитнес-индустрии, когда родитель и ребенок могут заниматься одновременно в одном помещении, но в разных группах. При этом зачастую, родители стремятся выбирать схожие со взрослыми направления фитнес тренировок [2].

При проведении опроса по выявлению наиболее востребованных видов тренировок – танцы занимают традиционно высокое место среди занятий для детей 6-8 лет [4, 6, 8]. Однако, большое количество исследований направлено на изучение влияния различных стилей танцев на растущий организм, а данных по оценке влияния танцевальных фитнес занятий на физическое состояние девочек 6-8 лет остается недостаточным. Данное обстоятельство и обусловило выбор направления исследования.

Исследование проводилось на базе фитнес клуба Оранжевый фитнес – филиал Стахановская. Педагогический эксперимент проходил с сентября по апрель. В эксперименте приняло участие 40 девочек 6-8 лет, разделенных на две группы – контрольную и экспериментальную. Ранее обе группы детей не занимались специально организованной двигательной активностью в фитнес-клубах.

Для экспериментальной группы была разработана методика занятий оздоровительным танцевальным фитнесом. Основу содержания составили двигательный арсенал танцевальных направлений:

- зумба;
- латина;

- классическая хореография;
- черлидинг;
- шаги танцевальной аэробики;
- элементы современного танца.

Для более эмоциональной наполненности занятий применяли специальное дополнительное оборудование: степ-платформы, балетный станок, фитболы и другое. Занятия проводились три раза в неделю по 50 минут в специальном бальном классе. В начале занятий обязательно проводили подводящие упражнения – дыхательную гимнастику и динамический стретчинг. Контрольная группа занималась в том же объеме в течение 3 раза в неделю, длительностью 50 минут по направлению аэробика.

Первичные данные, полученные при тестировании физического состояния [2] не выявили преимущественные различия между группами. Через 9 месяцев также было проведено сравнение данных (таблица).

Таблица

Показатели физического состояния девочек 6-8 лет после эксперимента

Тесты	ЭГ	КГ	P
Физическая подготовленность			
Прыжок в длину с места (см)	110 ±1,2	105 ±1,2	<0,05
Бег 30 м (с)	7,2 ±0,03	7,5 ±0,03	<0,05
Челночный бег 3 x 5 м (с)	10,9± 0,12	11,4± 0,12	<0,05
Наклон, стоя на скамье вниз(см)	5,4± 0,04	5,1± 0,04	>0,05
Непрерывный бег (м)	607± 2,34	590± 2,68	<0,05
Метание теннисного мяча в цель 5 попыток (кол-во раз)	4,7 ±0,1	4,1 ±0,1	<0,05
Физическое развитие			
Рост тела (см)	129,2± 2,1	128,1± 2,1	>0,05
Вес тела (кг)	27,9± 1,7	28,1± 1,2	>0,05
Индекс массы тела (кг/м ²)	16,6 ± 0,6	16,8 ± 0,6	>0,05
Окружность грудной клетки (см)	64,9 ±1,2	63,9 ±1,6	>0,05
Экскурсия грудной клетки (см)	7,5 ±0,5	5,7 ±0,4	<0,05
Динамометрия ведущей руки (кг)	10,1 ±0,4	8,6 ±0,2	<0,05
Динамометрия неведущей руки (кг)	9,7±0,5	7,7±0,3	<0,05
Функциональное развитие			
Частота дыхания (кол-во раз за 1 мин)	21,1 ± 0,7	23,5 ± 0,5	>0,05
Проба Штанге (с)	21,4± 1,0	17,3± 0,9	<0,05
Проба Генча (с)	16,2 ± 0,9	13,1 ± 0,7	<0,05
Оргостатическая проба лежа (уд)	14,7 ±0,4	17,2 ±1,1	<0,05
Жизненная емкость легких (л)	1,4 ±0,2	1,4 ±0,3	>0,05

P – достоверность различий по *t* – критерию Стьюдента

Анализ полученных результатов выявил достоверные различия на конец эксперимента между сформированными группами. По показателям физической подготовленности обнаруживали достоверные межгрупповые различия по всем параметрам, исключая гибкость. Значительно выше оказались показатели выносливости у девочек экспериментальной группы.

При оценке физического развития достоверные межгрупповые различия были выявлены по параметрам – «экскурсии грудной клетки» и «силы кисти обеих рук».

Данные полученные при оценке функциональных проб, показали достоверные межгрупповые различия в показателях пробы Штанге и Генча, а также Ортостатической пробе.

Следовательно, на основе полученных данных можно предположить, что занятия на основе оздоровительного танцевального фитнеса способствует более эффективному повышению всех составляющих физического состояния девочек 6-8 лет, по сравнению с традиционными занятиями аэробикой.

Литература:

1. Дворкина, Н. И. Проблемы сохранения здоровья детей дошкольного возраста / Н. И. Дворкина, М. А. Маринович // Теория и методология инновационных направлений физкультурного воспитания детей дошкольного возраста : Материалы VIII Всероссийской научно-практической конференции с международным участием. – 2018. – С. 75–76.
2. Кудряшова, Ю. А. Анатомия и возрастная физиология : учебное пособие / Ю. А. Кудряшова, М. Г. Половникова, Т. В. Пономарева. – Краснодар, 2019. – 234 с.
3. Овчинников, Ю. Д. Особенности снижения психологической напряженности школьников младших классов в процессе физического воспитания / Ю. Д. Овчинников, О. Г. Лызарь, С. И. Федорова // Муниципальное образование: инновации и эксперимент. – 2020. – № 2 (71). – С. 72–77.
4. Ончукова, Е. И. Эффективность применения комплексных танцевальных занятий с детьми 5-7 лет / Е. И. Ончукова, А. В. Соловьева, В. Ю. Фролкова. // Ученые записки университета им. П. Ф. Лесгафта. – 2020. – № 6 (184). – С. 274–277.
5. Сударь, В. В. Методика применения танцевального фитнеса в физическом воспитании девочек младших классов / В. В. Сударь, О. С. Трофимова, М. И. Буланая // Материалы научной и научно-методической конференции профессорско-преподавательского состава Кубанского государственного университета физической культуры, спорта и туризма. – 2020. – № 1. – С. 201–202.
6. Трофимова, О. С. Влияние занятий фитбол-аэробики на физическую подготовленность детей старшего дошкольного возраста / О. С. Трофимова, Я. А. Никитина, М. А. Маринович // Физическая культура, спорт и здоровье. – 2018. – № 32-1. – С. 87–90.
7. Трофимова, О. С. Формирование интереса к занятиям физической культурой детей 6-7 лет с использованием средств фитнеса / О. С. Трофимова, А. Е. Ряхин, В. В. Фоменко // Ученые записки университета им. П. Ф. Лесгафта. – 2018. – № 8 (162). – С. 186–190.
8. Якубовская, О. И. Методика повышения физической подготовленности и двигательной активности дошкольников на основе физкультурно-оздоровительных технологий / О. И. Якубовская, Н. И. Романенко // Ученые записки университета им. П. Ф. Лесгафта. – 2018. – № 10 (164). – С. 358–362.

ОСОБЕННОСТИ РАЗВИТИЯ СИЛОВЫХ ВОЗМОЖНОСТЕЙ У МУЖЧИН 22-25 ЛЕТ ПРИ ЗАНЯТИЯХ СПОРТИВНЫМИ НАПРАВЛЕНИЯМИ ФИТНЕСА

Кандидат педагогических наук, доцент **Е.И. Ончукова**¹
Кандидат педагогических наук, доцент **О.С. Трофимова**¹
И.И. Самохин²

¹*Кафедра физкультурно-оздоровительных технологий*

²*Краснодарская краевая федерация мас-рестлинга*

*Контактная информация для переписки: 350015, Россия, г. Краснодар,
ул. Янковского, 149, кв. 32; e-mail: L-gorbunova@yandex.ru*

Аннотация. В работе представлены данные по оценке развития силовых способностей при занятиях спортивно-ориентированных видов фитнеса – мас-рестлинг и пауэрлифтинг. Две сформированные группы по 14 человек мужчин 22-25 лет в течение шести месяцев занимались в группах подготовки по избранному направлению. В конце педагогического эксперимента были оценены показатели силовой подготовки в обеих группах.

Ключевые слова: мас-рестлинг, пауэрлифтинг, спортивный фитнес, силовые способности, собственно силовые показатели, силовая выносливость.

В последнее время возникает большая потребность среди мужчин-любителей молодого возраста в реализации своего спортивного потенциала. В этом плане существует ряд направлений спортивного фитнеса, в котором можно себя реализовывать как спортсмен [1, 2, 4]. Причем результативность по данным видам направлений хорошо достигается при помощи регулярного тренировочного воздействия в течение 2-3 лет. Однако, проблема оценки различных направлений силового спортивного фитнеса на силовые качества занимающихся недостаточно изучена на сегодняшний день, что обусловило выбор направления исследования [3, 5, 6].

Для экспериментальной оценки влияния занятий мас-рестлингом и пауэрлифтингом на силовые возможности занимающихся мужчин 22-25 лет было сформировано две группы по 14 человек, ранее не занимавшихся данными направлениями на базе Муниципального унитарного предприятия Клуб физической культуры и спорта «Самсон»

Первичный срез данных не выявил значимых различий в сформированных группах. В первые два месяца занятий использовались вводные базовые упражнения на развитие собственно силовых способностей. Следующие 4 месяца тренировки проходили по программе мас-рестлеров и пауэрлифтеров, соответственно, с измененной техникой выполнения и дополнительными упражнениями.

Через 6 месяцев занятий было проведено повторное тестирование силовых показателей двух сформированных групп (таблица)

Показатели силовой подготовленности мужчин 22-25 лет
после эксперимента (M±m)

	Тест	Мас-рестлинг n=14	Пауэрлифтинг n=14	P
1.	Прыжок в высоту из положения стоя (см)	40,5±1,2	35,5±4,3	>0,05
2.	Становая тяга (кг)	148,4±3,9	153,1±3,8	<0,05
3.	Жим штанги лежа (кг)	92,3±2,6	110,3±2,7	<0,05
4.	Присед со штангой (кг)	114,9±2,5	120,2±2,9	<0,05
5.	Сгибание разгибание рук в висе на перекладине (кол-во раз)	21,2±1,1	15,6±1,3	<0,05
6.	Сгибание разгибание рук в упоре лежа (кол-во раз)	49,3±2,2	36,2±2,1	<0,05
7.	Сила кисти ведущей руки (кг)	52,3±1,9	44,2±1,8	<0,05
8.	Сила кисти не ведущей руки (кг)	51,1±0,9	42,1±1,9	<0,05

При сравнении внутригрупповых различий выявлены следующие различия. Тест «Прыжок в высоту из положения стоя». После эксперимента результат экспериментальной группы составил 40,5±1,2, а контрольной 35,5±4,3, что свидетельствует о более высокой взрывной силе, у мас-рестлеров, чем пауэрлифтеров. Такое преимущество атлетов якутской борьбы связано с продолжительным удержанием опоры на ноги во время схватки на помосте в сочетании со сложно координированными движениями.

Во всех остальных тестах различия достоверны. Однако, если в тестах на определение собственно силовых способностей результат оказался выше у пауэрлифтеров, то в тестах на силовую выносливость, показатели оказались выше у мас-рестлеров.

В контрольной группе проводились занятия посредством метода максимальных усилий, соответственно собственно силовые способности развиты лучше, аргументом служат данные из тестов: жим лежа, присед со штангой и становая тяга. Однако в остальных пяти тестах контрольная группа показала результаты ниже, чем у экспериментальной.

Таким образом, в тестах, требующих многократного повторения упражнения и хорошо развитую силовую выносливость, мас-рестлеры показали результаты выше. Это связано с тем, что схватка на помосте требует не однократного максимального усилия, как в основных силовых упражнениях, а продолжительного удержания напряжения, то есть компонента силовой выносливости мышц ног, спины и рук.

Литература:

1. Гречко, А. А. Интегративные задачи довузовской физической подготовки старшеклассников к военно-профессиональному образованию / А. А. Гречко, Я. А. Никитина // В сборнике : Физическая культура и спорт. Олимпийское образование : материалы международной научно-практической конференции. – 2019. – С. 50–52.
2. Дворкин, Л. С. Особенности общефизической подготовленности пауэрлифтеров 15-16 лет / Л. С. Дворкин, Е. А. Миланко // Культура физическая и здоровье. ВГПУ. – 2018. – №1 (65). – С. 88–91.
3. Романенко, Н. И. Методика занятий силовым тренингом с мужчинами 25–35 лет / Н. И. Романенко, А. Ю. Денисов // В сборнике : Физическая культура и спорт. Олимпийское

образование : материалы международной научно-практической конференции. – Краснодар, 2021. – С. 220–222.

4. Самохин, И. И. Мас-рестлинг как новый вид двигательной рекреации / И. И. Самохин, Е. И. Ончукова // Тезисы докладов XLV научной конференции студентов и молодых ученых вузов южного федерального округа. – 2018. – С. 182–183.

5. Сударь, В. В. Особенности предоставления фитнес-услуг для молодежи в городской среде / В. В. Сударь // В сборнике : Гуманитарные науки и естествознание: проблемы, идеи, инновации : материалы Всероссийской научно-практической конференции с международным участием. – 2019. – С. 150–153.

6. Трофимова, О. С. Распространенность избыточной массы тела и ожирения среди студентов вузов / О. С. Трофимова, М. А. Маринович, А. В. Заплетина // В сборнике : Актуальные проблемы физической культуры и спорта в современных социально-экономических условиях : материалы Международной научно-практической конференции. – 2019. – С. 74–78.

ОПРЕДЕЛЕНИЕ АДАПТАЦИОННЫХ ВОЗМОЖНОСТЕЙ СТУДЕНТОВ ПО РЕЗУЛЬТАТАМ ПРОБЫ ШТАНГЕ

Кандидат педагогических наук, доцент В.Б. Парамзин¹

Старший преподаватель О.С. Васильченко¹

Кандидат биологических наук, доцент С.В. Разновская²

¹*Кафедра теории и методики зимних видов, велосипедного спорта
и спортивного туризма, КГУФКСТ*

²*Кафедра теории и методики физического воспитания института
физической культуры спорта и туризма,*

Петрозаводский государственный университет

*Контактная информация для переписки: 350015, Россия, г. Краснодар, ул. Буденного, 161,
e-mail: helgavasilchenko@mail.ru*

Аннотация. В работе рассмотрены изменения в показателях пробы Штанге у студентов под воздействием специальных дыхательных упражнений и упражнений, выполняемых в респираторных масках в процессе тренировочных сборов, проводимых в условиях среднегорья.

Ключевые слова: фаза комфорта, терпение, волевой компонент, дыхательные упражнения, студенты, сборы.

Временные механизмы адаптации организма человека при проведении обучения в нестандартных условиях окружающей среды, к примеру, на спортивных сборах в среднегорье, способствуют оперативному реагированию на внутренние и внешние факторы. При этом не наблюдается глубоких морфофизиологических изменений в организме обучающихся [6]. Сердечно-сосудистая, нервная и дыхательная системы организма являются наиболее восприимчивыми к внешним изменениям [4]. Частота и глубина внешнего дыхания, частота сердечных сокращений, общее самочувствие занимающегося (настроение, активность, аппетит) – это ответные реакции систем организма при адаптации к изменившимся условиям [1, 2].

Для определения общего функционального состояния кардиореспираторной системы, а также устойчивости организма к гипоксии и гиперкапнии используют Пробу Штанге (фаза комфорта, терпения, общая задержка дыхания, волевой компонент). Это проба обладает доступностью и методической простотой, что является немаловажным фактором при обследовании обучающихся в процессе спортивных сборов в условиях среднегорья [3]. Основным недостатком этого метода является субъективность.

Целью исследований было определение уровня изменений показателей пробы Штанге в процессе проведения практических занятий в среднегорье в условиях лыжных сборов под воздействие специальных дыхательных упражнений и упражнения выполняемых в респираторных масках [5,7]. Были обследованы две группы студентов, в экспериментальной группе дополнительно проводились специальные дыхательные упражнения, а также в

процессе занятий использовалась респираторная маска. Анализ изменений в экспериментальной группе, выявил увеличение волевого компонента на 0,12ед. (до занятий $0,33 \pm 2,8$ после $0,45 \pm 2,3$ ед.) и снижение общей задержки дыхания на 4,46 сек. (с $54,50 \pm 3,14$ до $50,04 \pm 2,97$ сек. после занятий). Снижение общей задержки дыхания произошло и в контрольной группе на 5,49сек (с $51,27 \pm 5,97$ до $45,78 \pm 4,77$ сек.), мы связываем это с продолжением адаптации дыхательной системы к физическим нагрузкам в условиях дефицита кислорода во вдыхаемом воздухе. Кроме этого, в контрольной группе произошло уменьшение и волевого компонента на 0,12 ед. (с $0,38 \pm 4,05$ до $0,24 \pm 3,12$ ед.). Процесс адаптации дыхательной системы и развития волевого качества «терпение» к систематическим физическим нагрузкам происходит эффективнее у студентов экспериментальной группы, чем контрольной, из-за выполнения упражнений на задержку дыхания и напряжение мышц. Дополнительно проанализированы результаты ЖЕЛ и экскурсия грудной клетки. В экспериментальной группе средний показатель жизненной емкости легких увеличился на 0,45л, а в контрольной уменьшился на 0,15л., экскурсия грудной в экспериментальной увеличилась на $2 \pm 0,8$ см, а в контрольной на $1,3 \pm 0,5$ см. Изменения показателей пробы Штанге, ЖЕЛ и экскурсии грудной клетки подтвердили наше предположение о том, что выполнение специальных дыхательных упражнений, а так же использование респираторных масок в практических занятиях, ускорило адаптацию дыхательной и нервной системы организма студентов к физическим нагрузкам в условиях среднегорья.

Литература:

1. Болотин, А. Э. Методы исследования физического состояния и резервных возможностей организма у биатлонистов в процессе развития выносливости / А. Э. Болотин, В. Б. Парамзин, В. З. Яцык // В сборнике : Физическая культура и спорт. Олимпийское образование : материалы международной научно-практической конференции. – 2019. – С. 250–252.
2. Горбиков, И. И. Эффективность различных методик комплексного контроля физического состояния начинающих лыжников в процессе тренировочных сборов / И. И. Горбиков, В. З. Яцык, О. С. Васильченко [и др.] // Современный ученый. – 2020. – №1. – С. 71–75.
3. Горбиков, И. И. Адаптация к условиям тренировочного процесса юных тхэквондистов как главный фактор предупреждения травматизма / И. И. Горбиков, В. З. Яцык, А. А. Г. А. Сонбол // Материалы научной и научно-методической конференции ППС КГУФКСТ. – 2018. – № 1. – С. 161–162.
4. Кожевников, П. С. Использование нестандартного инвентаря, оборудования и специальных приспособлений в тренировке лыжника-гонщика / П. С. Кожевников, В. Б. Парамзин // В книге : Тезисы докладов XLVI научной конференции студентов и молодых ученых вузов ЮФО : материалы конференции. – 2019. – 43 с.
5. Парамзин, В. Б. Различия в реакции дыхательной системы бегунов на средние и длинные дистанции и их влияние на скорость восстановления / В. Б. Парамзин, В. З. Яцык, А. Э. Болотин, С. В. Пунич, И. В. Нюняев // Физическая культура, спорт – наука и практика. – 2018. – №4. – С. 51–57.
6. Разновская, С. В. Применение средств профессионально-прикладной физической культуры для повышения защитных механизмов организма от влияния негативных факторов, сопровождающих процесс обучения / С. В. Разновская, В. Б. Парамзин, О. В. Фотина, А. В. Бочков // Евразийское Научное Объединение. – 2019. – Т. 5, № 3 (49). – С. 330–333.
7. Яцык, В. З. Эффективность комплексного применения дыхательных упражнений в процессе развития выносливости у биатлонистов / В. З. Яцык, А. Э. Болотин, В. Б. Парамзин, С. А. Паеусов // Физическая культура, спорт – наука и практика. – 2019. – № 1. – С. 30–36.

**ПОИСК И ПРИВЛЕЧЕНИЕ ЛЮДЕЙ С ОГРАНИЧЕННЫМИ
ВОЗМОЖНОСТЯМИ ЗДОРОВЬЯ К ЗАНЯТИЯМ
АДАПТИВНЫМ СПОРТОМ**

Преподаватель А.С. Позняк

Кандидат биологических наук, доцент С.П. Лавриченко

Преподаватель А.В. Деговцева

Кафедра адаптивной физической культуры

*Контактная информация для переписки: 350015, Россия, г. Краснодар, ул. Буденного, 161,
e-mail: apoznak55@gmail.com*

Аннотация. Спорт и физическая культура помогают людям с ограниченными возможностями улучшать свое физическое состояние, достигать новых вершин, поднимать самооценку и чувствовать себя увереннее. При этом у многих из них присутствует боязнь неудач, насмешек, непонимания, отсутствия веры в свои силы и возможности, а также недостаток информации. В статье рассмотрены вопросы, касающиеся привлечения людей с ограниченными возможностями здоровья к занятиям адаптивным спортом.

Ключевые слова: адаптивный спорт, спортсмены с ОВЗ, адаптивная школа.

Целью данной работы является разработка системы для поиска и привлечения людей с ограниченными возможностями к занятиям адаптивным спортом.

Е.В. Колосова утверждает, что адаптивный спорт оказывает сильное влияние на личностный рост человека, помогает как физическому, так и духовному развитию. Понятие «привлечение» в адаптивный спорт узко взаимосвязано с социализацией. Адаптивный спорт может быть рассмотрен как метод социальной интеграции инвалидов в социум [5, 6].

В.В. Суворова, С.О. Филиппова, А.Е. Митин говорят, что привлечение детей-инвалидов к занятиям спортом способствует их социализации и адаптации в обществе. Однако, анализ опыта организаций занятий с детьми-инвалидами в адаптивных школах показал, что учреждения сталкиваются с рядом трудностей, а именно: отсутствием помещения, недостаточностью финансирования, низкой компетентностью тренерского состава в области адаптивной физической культуры. В то же время, есть примеры эффективной деятельности спортивно-адаптивных школ, чьи воспитанники добиваются высоких спортивных результатов [4].

В нашей стране развитие адаптивного спорта началось в 1980 году, когда в СССР создается первая отечественная Федерация спорта инвалидов, куда вошли три направления: инвалиды по слуху, зрению и с поражением опорно-двигательного аппарата. Проводятся различные соревнования, спортивные игры с участием инвалидов [1, 2].

На межреспубликанском симпозиуме «Физкультура и спорт как средство физической, психологической и социальной реабилитации инвалидов с повреждением опорно-двигательного аппарата» в 1985 году рассматривается вопрос о создании соответствующей федерации в СССР.

Для привлечения лиц с ОВЗ к занятиям адаптивным спортом в агитационной работе адаптивных школ важно учитывать все особенности и возможности конкретного учреждения, например, такие как, бюджет, количество специалистов, месторасположение данной школы.

Если у учреждения имеется достаточный бюджет, одним из методов может стать создание фильма, социальных роликов, которые транслировались бы на местном телеканале. В этом методе главное, предоставлять зрителям достоверную информацию, рассказывать и показывать истории реальных людей с ограниченными возможностями, учеников данной адаптивной школы. Ролики могут сопровождаться агитационными заголовками, направленными на повышение мотивации. («Смог я, сможешь и ты», «Все равны», «Докажи себе, что можешь больше» и т.д.).

Большое внимание стоит уделить и социальным сетям, ведь в наши дни там проводят время многие молодые люди. Ведение специальных сайтов и блогов должно быть регулярным, материалы, публикующиеся там, должны, как представлять пользователям общие данные о спорте, здоровом образе жизни, так и знакомить их со специалистами, работающими в данном учреждении, обучающимися и их достижениями в адаптивном спорте.

Также с использованием социальных сетей возможно проведение различных конкурсов адаптивной школой. К примеру, предлагается провести научно-исследовательскую работу, написать статью, нарисовать рисунок и т.д. Результаты опубликовываются в сети Интернет, на стендах школы, победители награждаются памятными подарками, дипломами. Задействовать в это мероприятие рекомендуется коррекционные школы и классы, где обучаются дети с ограниченными возможностями здоровья.

Очень важно сотрудничество с образовательными учреждениями. С их обучающимися возможно проведение лекций, бесед, круглых столов, где будут представлены истории инвалидов-спортсменов, рассказы про их жизнь и путь к успеху, если есть возможность, организовать выступление этих спортсменов. Также важно обозначать все преимущества занятий спортом и ведения здорового образа жизни.

Работа по привлечению в спортивную деятельность должна проводиться также и с более взрослым населением. Это возможно организовать через выезды в дома инвалидов, посредством проведения лекций и бесед.

Важной частью являются и показательные, спортивно-массовые мероприятия, где учащиеся демонстрируют свои спортивные умения. Показательные выступления могут проводиться в рамках городских праздников, где будет представлена делегация лучших спортсменов-инвалидов. Спортсмены смогут продемонстрировать свои награды и заслуги в различных видах адаптивного спорта.

Адаптивная школа может приглашать для прохождения практики обучающихся, будущих специалистов данной сферы. То есть, школа будет обеспечивать себя профессиональными кадрами, которые в будущем повлияют на качество привлечения спортсменов с ОВЗ. Одновременно с этим решается проблема трудоустройства молодых специалистов.

Целью всех мероприятий, описанных выше является максимальное привлечение людей с ограниченными возможностями к занятиям адаптивным спортом. И как следствие этого, положительные результаты в реабилитационных мероприятиях и интеграция инвалида в общество.

Важно отметить то, что некоторые инвалиды не имеют возможности добираться до места, где проводятся занятия. Эту проблему может решить создание филиалов (клубов) в различных частях города. Клубы будут осуществлять свою деятельность несколько раз в неделю на спортивных площадках, под руководством специалиста, представителя адаптивной школы. Их деятельность будет направлена на знакомство инвалидов с различными видами спорта, предоставление информации о возможностях занятий, а также содействие в реабилитации.

Деятельность данных клубов отражена в ФЗ № 329-ФЗ «О физической культуре и спорте в Российской Федерации». В статье 31 говорится о том, что «Образовательные организации вправе создавать филиалы, отделения, структурные подразделения по адаптивному спорту» [3].

Подводя итог, можно сказать, что в работу по привлечению людей с ограниченными возможностями здоровья к занятиям адаптивным спортом должны быть включены не только отдельные организации, но и создаваться специализированная система, включающая в себя различные образовательные организации, адаптивные школы, социальные службы, волонтерское движение, основывающаяся на поддержке государства.

Литература:

1. Горелик, В. В. История адаптивной физической культуры : учебное пособие / В. В. Горелик, В. А. Рева. – Тольятти : Изд-во ТГУ. – 2012. – 111 с.
2. Евсеев, С. П. Адаптивная физическая культура : учеб. / С. П. Евсеев. – Санкт-Петербург : Роспечать, 2010. – 150 с.
3. Федеральный Закон «О физической культуре и спорте в Российской Федерации» (ред. от 27.12.2018) от 04.12.2007 г. № 329-ФЗ
4. Суворова, В. В. Привлечение детей с ограниченными возможностями здоровья к занятиям спортом / В. В. Суворова, С. О. Филиппова, А. Е. Митин // Инклюзия в физической культуре и спорте : материалы науч.-практ. конф. – Санкт-Петербург : РГПУ им. Герцена, 2015. – С. 165–169.
5. Колосова, Е. В. Социальная адаптация людей с ограниченными возможностями здоровья средствами адаптивного спорта / Е. В. Колосова // Актуальные вопросы физического воспитания молодежи и студенческого спорта : материалы науч.-практ. конф. – 2018. – 224 с.

УДК: 796.853.264

ОСОБЕННОСТИ КОМПОНЕНТНОГО СОСТАВА ДЕТЕЙ МЛАДШЕГО ШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА, ЗАНИМАЮЩИХСЯ КАРАТЕ КИОКУШИНКАЙ

**Кандидат биологических наук, доцент М.Г. Половникова
Доктор биологических наук, профессор И.Н. Калинина
Обучающаяся А.И. Латоша**

Кафедра анатомии и спортивной медицины

*Контактная информация для переписки: 350015, Россия, г. Краснодар, ул. Буденного, 161,
e-mail: marinapmg@rambler.ru*

Аннотация. Проведенное исследование морфотипологических показателей детей младшего школьного возраста (7-11 лет), занимающихся карате Киокушинкай, на основе антропометрического метода дало возможность получить данные, характеризующие особенности физического развития с учетом возраста и в ходе занятия спортом. Мальчики в возрасте 9-11 лет по сравнению с 7-8-летними представителями характеризовались более высокими показателями массивности скелета, что также подтверждается высокими значениями костной и мышечной ткани. Превалирование мышечного компонента у юных спортсменов данной специализации объясняется адаптацией к тренировочным нагрузкам, при этом сохраняется в пределах нормы жировой компонент.

Ключевые слова: антропометрия, обезжиренная масса тела, компонентный состав тела, младший школьный возраст, карате Киокушинкай.

Высокие достижения в спорте с ранних лет, кроме мастерства, во многом зависят от размеров тела, типа телосложения и состава тела спортсмена [1, 2, 4, 5]. Использование таких данных и систематические наблюдения за детьми, занимающимися карате, в комплексе с другими исследованиями позволит более точно оценивать воздействие задаваемой тренировочной нагрузки, динамику восстановительных процессов, степень физической работоспособности, а также функциональное состояние ребенка в целом.

В исследовании участвовало 58 детей младшего школьного возраста, занимающихся карате Киокушинкай. Из них 8 мальчиков в возрасте 7 лет, по 5 – в возрасте 8 и 9 лет, по 20 – в возрасте 10 и 11 лет. Все исследования проводились с соблюдением биоэтических требований к проведению исследования, на основе рекомендаций Хельсинской декларации 1964 года. Для обследованных детей был характерен средний социальный статус семьи, приблизительно одинаковый тип и сбалансированность питания, количество и продолжительность тренировочных процессов, отсутствие хронических заболеваний. Для получения данных о морфотипологическом статусе исследуемых категорий детей было получено информированное согласие родителей на обследование.

Исследование заключалось в определении длины и веса тела, тотальных, парциальных размеров тела антропометрическим методом, а также толщины подкожно-жировых складок калиперометрическим методом [3]. Определение обезжиренной массы и компонентного состава тела осуществляли аналитическим

методом Я. Матейки [3]. Статистическую обработку данных проводили с помощью программы «STATISTICA 10.0», достоверность различий обсуждали при 5% уровне значимости.

При оценке значений обезжиренной массы тела у юных спортсменов не было выявлено статистически значимых различий. При оценке индивидуальных показателей мальчиков выявлено, что в семилетнем возрасте в среднем он составляет 97,8%. Это является максимальным значением по сравнению с другими возрастными группами. Самые низкие показатели наблюдались в возрасте 8-9 лет, что на 8,1-9,2% меньше данных, характерных для семилетних мальчиков. По мере взросления показатель обезжиренной массы тела возрастал и для 10-11-летних спортсменов составил 93,4-95,7%.

Анализ изменений компонентного состава тела в возрастном аспекте показал различное их распределение и динамику развития (рис. 1). Самое большое содержание в структуре тела выявлено по мышечному компоненту. Так, для детей 10-11 лет он составил в среднем 49,7-50,4%, а у более юных спортсменов (7 лет) этот показатель был ниже на 6,3-7,2% соответственно. Для мальчиков 8 лет этот показатель был самым низким по сравнению со всеми изученными группами. Он составил 39,8%.

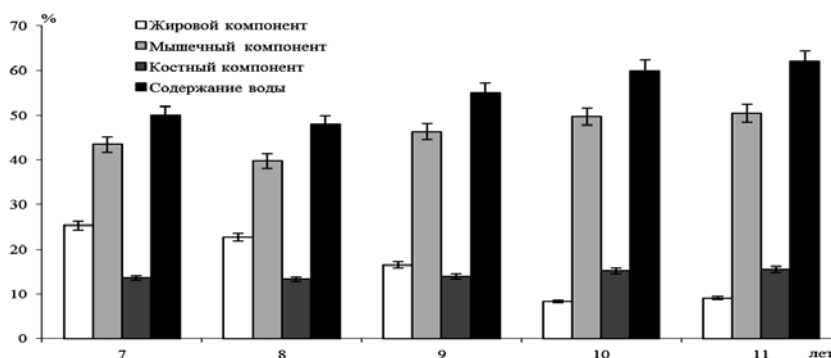


Рисунок – Компонентный состав массы тела детей младшего школьного возраста, занимающихся карате Киокушинкай

Исследование данных по развитию подкожного жирового отложения показало (рис. 1), что 10-11-летние мальчики в более взрослом состоянии имеют наименьшие результаты по содержанию жировой ткани (8,3-9,1%) по сравнению с другими компонентами тела, тогда как для спортсменов более младшей возрастной группы данный параметр был достаточно высок: в семилетнем возрасте он составил 25,3%, в восьмилетнем – 22,7%. У девятилетних спортсменов значение исследуемого показателя было в 1,5 раза ниже, чем у детей в 7 лет, но в 1,8-1,9 раза выше, чем у 10-11-летних мальчиков. Изучение распределения жирового компонента выявило относительную равномерность его распределения с преимущественным накоплением в области живота, на задней поверхности бедра и плеча.

При одном и том же весе возможно преобладание жирового или мышечного компонента. По мере роста, а также в ходе занятий физическими упражнениями происходит изменение соотношения компонентов. При усиленной тренировочной активности нарастает мышечная масса и теряется содержание жира. Знание

изменений соотношения компонентов веса в период тренировочного процесса позволяет его индивидуализировать.

Равномерный, плавный рост костного компонентного состава отмечалось по мере взросления (рис. 1). В группе 10-11-летних мальчиков, занимающихся карате Киокушинкай, данный показатель был выше на 1,6-2,2% по сравнению с данными возрастной группы юных каратистов 7-8 лет.

В ходе работы было установлено (рис. 1), что по мере взросления мальчиков общее содержание воды в их организме увеличивалось. Если для юных каратистов 7-8 лет этот параметр достигал 48-50%, то для 9-11-летних спортсменов он был выше на 10-14%. Такая разница в общем содержании воды объясняется тем, что на ранних стадиях развития детей наблюдается достаточно высокая напряженность и неустойчивость водно-солевого обмена, которые определяются интенсивным ростом ребенка и относительной незрелостью нейроэндокринной и почечной систем регуляции [5]. Кроме того, существует тесная корреляционная связь между общим содержанием воды и содержанием жирового компонента, то есть чем больше содержание жирового компонента, тем меньше содержание воды, и, наоборот, чем выше процент активной массы тела, тем больше в нем содержание воды. Данная зависимость также была установлена в ходе анализа компонентного состава тела детей младшего школьного возраста, занимающихся карате Киокушинкай.

Таким образом, изученный материал показал, что степень физического развития обследованных юных спортсменов соответствует морфофизиологическим нормам развития детей этих возрастных групп. Анализ компонентного состава массы тела 10-11-летних каратистов выявил достоверно высокое содержание мышечной и меньшее содержание жировой ткани по сравнению с начинающими спортсменами. Подобная тенденция распределения жировой и мышечной составляющей без сомнения отражает адаптационные изменения состава тела к систематическим физическим нагрузкам. Преобладание в группе 10-11-летних каратистов мышечного компонента говорит о более раннем начале ускоренного роста мышечной массы по сравнению с юными каратистами 7-8 лет.

Литература:

1. Агейкин, А. В. Оценка компонентного состава тела детей-спортсменов 11–12 лет, занимающихся карате Кекусинкай в г. Пенза / А. В. Агейкин // Молодой ученый. – 2014. – №12. – С. 381–383.
2. Анатомия и возрастная физиология : учеб. пособие / Ю. А. Кудряшова, М. Г. Половникова, Т. В. Пономарева. – Краснодар : КГУФКСТ, 2019. – 187 с.
3. Возрастная и спортивная морфология : учебно-методическое пособие / Г. Д. Алексанянц, И. Н. Калинина, М. Г. Половникова [и др.]. – Краснодар : КГУФКСТ, 2019. – 199 с.
4. Олейник, Е. А. Сравнительный анализ компонентного состава тела у спортсменок различных конституциональных типов / Е. А. Олейник // Ученые записки университета имени П. Ф. Лесгафта. – 2015. – №3 (121). – С. 97–101.
5. Половникова, М. Г. Определение состава тела спортсменов, занимающихся комплексными единоборствами / М. Г. Половникова, А. А. Килимник // Физическая культура и спорт. Олимпийское образование. – 2019. – С. 321–322.

УДК: 796.011.3

ВЛИЯНИЕ ЗАНЯТИЙ ФУНКЦИОНАЛЬНОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ НА СНИЖЕНИЕ ИЗБЫТОЧНОЙ МАССЫ ТЕЛА ЖЕНЩИН 30-35 ЛЕТ

Кандидат педагогических наук, доцент Н.И. Романенко

Кандидат педагогических наук, доцент В.В. Сударь

Обучающаяся Е.Д. Юркина

Кафедра физкультурно-оздоровительных технологий

*Контактная информация для переписки: 350015, Россия, г. Краснодар, ул. Буденного, 161,
e-mail: romanenko_ni@mail.ru*

Аннотация. Бич сегодняшнего времени – гиподинамия, которая обуславливает увеличение веса даже при нормальном потреблении калорий, что отражается и на качественном составе тела – увеличивается жировая ткань и снижается мышечная. В статье раскрыта методика занятий функциональной направленности, способствующая снижению избыточной массы тела женщин 30-35 лет.

Ключевые слова: занятия функциональной направленности, женщины 30-35 лет, избыточная масса тела.

В настоящее время в разных странах мира и в России в том числе увеличивается количество людей, имеющих избыточный вес тела и среди них женщины первого зрелого возраста. Чрезмерное, неконтролируемое накопление жировой ткани влечет за собой хронические заболевания, что приводит к ранней инвалидности и преждевременной смерти. В современной клинической практике используют различные методы снижения избыточной массы тела, от фармакотерапии до хирургического вмешательства, но неотъемлемой частью лечения является двигательная активность и личная заинтересованность [1, 3]. Выбор средств оздоровительной физической культуры зависит от функционального состояния сердечно-сосудистой и дыхательной систем, уровня физической подготовленности и личностных предпочтений [2]. Наиболее востребованным среди женщин является система фитнес и, в частности, занятия функциональной направленности [4, 5, 6].

Цель исследования – выявить влияние занятий функциональной направленности на снижение избыточной массы тела женщин 30-35 лет.

Эксперимент проводился на базе фитнес клуба «Fresh Fit» города Абинска Краснодарского края на протяжении 6 месяцев. В исследовании приняло участие 36 женщин в возрасте 30-35 лет, которые были разделены на контрольную и экспериментальную группы, по 18 человек в каждой. Обе группы занимались 3 раза в неделю по 55-60 минут.

Женщины контрольной группы занимались комплексами аэробных и силовых упражнения с интенсивностью от 50 до 60% от ЧСС max.

Для женщин экспериментальной группы была разработана методика занятий функциональной направленности с использованием нестабильных

платформ Core и Bosu, а также отягощений: резиновых амортизаторов, гантелей и медболов.

Шести месячная программа была разбита на 4 мезоцикла.

Первый – втягивающий (4 недели) был посвящен постановке техники выполнения базовых движений с акцентом на мышцы кора, которые объединялись в простые по координации, комбинации и связке. Движения разучивались целостно, для облегчения задачи показ сопровождался комментариями и подсчетом. Интенсивность 50-60% от ЧСС max.

Второй – переходный (4 недели) направлен на ознакомление с нестабильной платформой Core и Bosu, на которых выполнялись базовые движения с повышенной нагрузкой на мышцы стабилизаторы.

Третий – основной (8 недель) включал в себя усложненную структуру занятия на нестабильной платформе (Core, Bosu) с использованием отягощений. Интенсивность 60-70% от ЧСС max. Вес отягощений 20% от 1ПМ.

Четвертый – тренирующий (8 недель) решал задачи повышения интенсивности физической нагрузки за счет координационной сложности упражнений, увеличения длины рычага или амплитуды движений, добавление плиометрики, изменение движений. Интенсивность 70-80% от ЧСС max. Вес отягощений 30% от 1ПМ.

На каждом занятии проводился оперативный контроль для определения срочного тренировочного эффекта с целью целесообразности чередования физической нагрузки и отдыха.

Пищевое поведение женщин обеих групп контролировалось врачом диетологом фитнес клуба.

После внедрения экспериментальной методики через 6 месяцев выявлено достоверное преимущество женщин экспериментальной группы по всем тестам.

Применение упражнений функциональной направленности с использованием нестабильной платформы и отягощений способствовало достоверному снижению веса тела на 6,6 кг.

Индекс массы тела достоверно уменьшился и перешел в категорию нормального диапазона (таблица).

Таблица

Показатели физического развития женщин 30-35 лет после эксперимента

Показатели	Экспериментальная группа (n=18)		P	Контрольная группа (n=18)		P
	M±m	M±m		M±m	M±m	
	Исходные	Через 6 мес.		Исходные	Через 6 мес.	
Длина тела (см)	170,1±1,2	170,1±1,2	>0,05	171,2±1,4	171,2±1,4	>0,05
Вес тела (кг)	80,4±1,6	73,8±1,3	<0,01	81,3±1,7	76,3±1,6	<0,05
ИМТ (кг/м ²)	27,6±0,8	24,9±0,9	<0,05	28,1±1,1	27,6±1,6	>0,05
Окружность груди (см)	118,2±2,3	110,6±2,1	<0,05	120,5±2,3	118,8±2,4	>0,05
Окружность талии (см)	96,1±1,8	88,7±1,4	<0,01	95,1±1,7	93,9±1,7	>0,05
Окружность бедер (см)	120±1,9	113,7±1,7	<0,05	121,4±1,8	118,6±1,8	>0,05
Жировой компонент (%)	32,5±0,6	29,6±0,4	<0,001	33,3±0,9	31,6±0,5	>0,05
Мышечный компонент (%)	31,9±1,1	35,6±0,9	<0,05	30,3±0,5	30,9±0,5	>0,05
Кистевая динамометрия (кг)	24,1±1,2	29,2±1,4	<0,05	25,8±1,2	27,3±1,4	>0,05

Аналогичная картина выявлена в показателях обхваченных размеров. В абсолютных значениях окружность груди уменьшилась на 7,3 см, талии на 7,4 см, бедер на 6,3 см.

Применение аэробных упражнений, выполняемых на нестабильной платформе Core, Bosu содействовало достоверному уменьшению жирового компонента.

Использование силовых упражнений способствовало достоверному повышению мышечного компонента и кистевой динамометрии ведущей руки.

Для выявления эффективности использования занятий функциональной направленности были проведены расчеты по формуле относительного прироста. Наибольший относительный прирост обнаружен в тесте кистевая динамометрия 21,4% и мышечном компоненте 11,6%, в снижении жирового компонента –10,8% и веса тела – 8,9%.

Таким образом, можно заключить, что разработанная методика занятий функциональной направленности на основе использования нестабильной опоры и отягощений является эффективным средством снижения веса тела и улучшением физического развития женщин 30-35 лет.

Литература:

1. Дворкин, Л. С. Рациональное питание, гигиена и самоконтроль в процессе двигательной деятельности человека / Л. С. Дворкин, Н. И. Дворкина // Естественно-научные основы спортивно-оздоровительной деятельности человека. – Краснодар, 2017. – С. 318–372.
2. Лызарь, О. Г. Особенности изменения физического состояния женщин, занимающихся функциональным тренингом / О. Г. Лызарь, В. Т. Исаева, Е. В. Братко // Физическая культура, спорт и здоровье. – 2017. – №30. – С. 36–40.
3. Ончукова, Е. И. Методика оздоровительных занятий силовой направленности с девушками, имеющими избыточную массу тела / Е. И. Ончукова, М. В. Черова // Ученые записки университета им. П. Ф. Лесгафта. – 2019. – №5(171). – С. 230–234.
4. Романенко, Н. И. Влияние функциональной тренировки на физическую подготовленность женщин 40-50 лет / Н. И. Романенко, А. Н. Кудяшева, Л. И. Борисова // Ученые записки университета им. П. Ф. Лесгафта. – 2019. – №9 (175). – С. 253–256.
5. Сударь, В. В. Особенности предоставления фитнес-услуг для молодежи в городской среде / В. В. Сударь // Гуманитарные науки и естественные проблемы, идеи, инновации : материалы Всероссийской научно-практической конференции с международным участием. – 2019. – С. 150–153.
6. Теория и методика физкультурно-оздоровительных технологий : учебное пособие / В. И. Осик, Н. И. Дворкина, О. Г. Лызарь [и др.]. – Краснодар, 2016. – 150 с

ВЛИЯНИЕ ЗАНЯТИЙ BODY-FLEX НА МОРФОФУНКЦИОНАЛЬНОЕ СОСТОЯНИЕ ЖЕНЩИН ВТОРОГО ЗРЕЛОГО ВОЗРАСТА

**Кандидат педагогических наук, доцент Н.И. Романенко
Обучающаяся Д.В. Ладейщикова**

Кафедра физкультурно-оздоровительных технологий

*Контактная информация для переписки: 350015, Россия, г. Краснодар, ул. Буденного, 161,
e-mail: romanenko_ni@mail.ru*

Аннотация. Вопросам коррекции физического состояния посвящено большое количество работ, однако многие женщины второго зрелого возраста склонны к набору веса тела. На сегодняшний день физкультурно-оздоровительные технологии соответствуют всем требованиям, предъявляемым к упражнениям корректирующей направленности. В данной статье рассмотрено средство фитнеса body-flex и выявлено его влияние на морфофункциональное состояние женщин 45-50 лет.

Ключевые слова: body-flex, женщины 45-50 лет, морфофункциональное состояние.

Современные данные геронтологии свидетельствуют о начале инволюционных перестроек в организме начиная с 36 летнего возраста, когда осуществляется переходный период во второй зрелый возраст [1, 4]. На фоне низкой двигательной активности замедляются обменные процессы, замещается мышечная ткань жировой, снижается функциональное состояние важнейших систем организма. Наступающий в зрелом возрасте климактерический период приводит к снижению адаптационных возможностей организма, нарушению регуляции внутренней среды и развитию различных заболеваний [2, 3, 5]. В связи с этим остро встает вопрос о поиске оптимальных средств и методов физического воспитания, способствующих повышению резистентности организма, улучшению физического и функционального состояния, женщин. Данное обстоятельство и послужило поводом проведения исследования.

Цель исследования – выявить влияние занятий body-flex на морфофункциональное состояние женщин 45-50 лет.

Педагогический эксперимент проводился в городе Краснодаре на базе фитнес-центра «Fit Line» в течение 6 месяцев в нем приняли участие 23 женщины в возрасте 45-50 лет, которые были разделены на 2 группы.

Контрольную группу составили 11 женщин, которые занимались стретчингом.

Экспериментальная группа – 12 женщин занималась программой body-flex, включающей комплекс статических и изотонических упражнений (взятых из йоги и восточных систем) на растяжку и дыхательной диафрагмальной техники, основанной на 10-12 секундной задержке дыхания. Техника дыхания основана на балансе поступления кислорода, выработки углекислого газа. За счет этого происходит незначительное повышение артериального давления, усиление потоотделения, запускаются определенные химические реакции, которые способствуют ускорению метаболизма и расщеплению молекул жира.

Женщины обеих групп были допущены к физкультурно-оздоровительным занятиям и занимались 4 раза в неделю по 40-45 минут.

При первичном тестировании между двумя группами достоверных различий не выявлено, что характеризует их как однородные.

У женщин обеих групп обнаружена излишняя масса тела (12-15 кг), повышенные обхватные размеры тела, низкие значения жизненного индекса. В связи с этим для всех женщин диетологом была рассчитана калорийность рациона питания и рекомендовано исключение углеводов в виде рафинированных продуктов, сдобной выпечки, крахмалистых круп.

Через 6 месяцев регулярных занятий выявлено достоверное преимущество женщин экспериментальной группы как по абсолютным показателям, так и по относительным приростам по всем исследуемым тестам (таблица 1).

Таблица

Показатели морфофункционального состояния женщин 45-50 лет
в ходе эксперимента

Тесты	ЭГ (n=13)		P	КГ (n=11)		P
	M±m	M±m		M±m	M±m	
	Исходный	Итоговый		Исходный	Итоговый	
Вес тела (кг)	89,4±2,3	80,1±1,1	<0,01	88,1±2,9	85,9±1,9	>0,05
Длина тела (см)	166,8±3,2	166,8±3,2	>0,05	167,9±2,3	167,9±2,3	>0,05
Обхват груди (см)	96,4±2,6	90,3±1,1	<0,05	97,6±2,6	93,1±1,7	>0,05
Обхват талии (см)	98,6±2,2	86,4±1,9	<0,001	99,2±2,2	94,6±2,9	>0,05
Обхват таза (см)	110,8±2,9	101,2±1,5	<0,05	112,1±2,9	109,9±1,7	>0,05
Жизненный индекс (мл/кг)	47,5±2,3	53,6±1,7	<0,05	46,1±2,3	47,2±2,7	>0,05

Примечание: P рассчитывалось по t-критерию Стьюдента

Достоверно уменьшился вес тела на 9,3 кг, обхватные размеры груди на 6,1 см, талии – 12,2 см, таза – 9,6 см.

Выполнение упражнений в сочетании с диафрагмальным дыханием позволило увеличить значения жизненного индекса, характеризующего функциональное состояние дыхательной системы.

Наибольший относительный прирост обнаружен в тестах: жизненный индекс 12,8%, обхват талии 12,3% и вес тела 10,4% (рисунок).

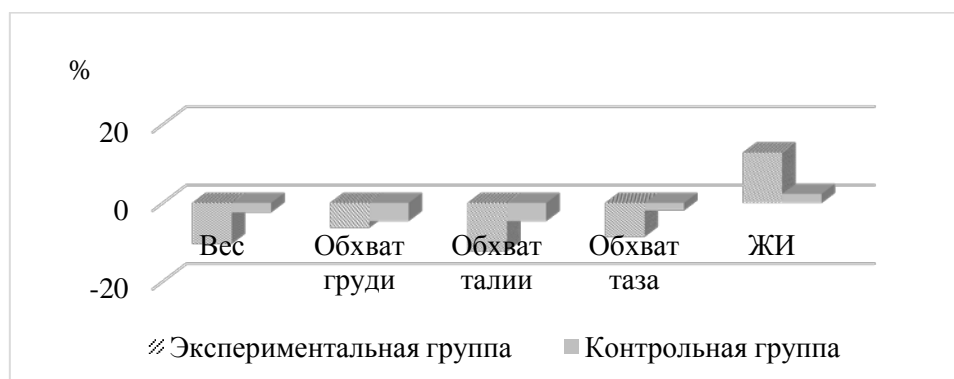


Рисунок – Относительный прирост показателей морфофункционального состояния женщин 45-50 лет

В контрольной группе тоже произошли положительные изменения, но их величина не позволила говорить о достоверности различий.

Таким образом, результаты исследования доказали эффективность влияния занятий body-flex в сочетании с коррекцией питания на морфофункциональное состояние женщин 45-50 лет, заключающееся в снижении веса тела, его обхватных размеров, а также в улучшении функционального состояния дыхательной системы.

Литература:

1. Влияние занятий пор де бра на развитие гибкости у женщин 40-45 лет / А. Н. Кудяшева, Н. И. Романенко, Г. Ш. Ашрафуллина, И. Ф. Гильмутдинов // Ученые записки университета им. П. Ф. Лесгафта. – 2021. – № 1 (191). – С. 169–173.

2. Кудяшева, А. Н. Повышение физического состояния женщин 50-55 лет с использованием средств фитнеса / А. Н. Кудяшева, Н. И. Романенко // Физическая культура и спорт. Олимпийское образование : сборник материалов научно-практической конференции КГУФКСТ. – 2020. – С. 45–47.

3. Сударь, В. В. Особенности предоставления фитнес-услуг для молодежи в городской среде / В. В. Сударь // Гуманитарные науки и естественные проблемы, идеи, инновации : материалы Всероссийской научно-практической конференции с международным участием. – 2019. – С. 150–153.

4. Сударь, В. В. Повышение физической подготовленности девушек 16-18 лет на основе занятий Body Step направления Les Mills / В. В. Сударь, В. А. Распопова, А. С. Остапчук // Современные проблемы и перспективные направления развития науки : материалы Международной научно-практической конференции – Казань : ЧУДПО «НИОЦ», 2020. – С. 88–92.

5. Трофимова, О. С. Содержание экспериментальной работы по формированию физической подготовленности женщин 30 лет на основе применения программ аэробной направленности / О. С. Трофимова, В. В. Сударь, А. Ю. Морозова // Материалы научной и научно-практической конференции профессорско-преподавательского состава КГУФКСТ. – 2020. – №1. – С. 205–206.

ВЛИЯНИЕ ГРУППОВЫХ ЗАНЯТИЙ ФИТНЕСОМ НА ФИЗИЧЕСКОЕ СОСТОЯНИЕ ЖЕНЩИН ВТОРОГО ПЕРИОДА ЗРЕЛОГО ВОЗРАСТА

Кандидат педагогических наук, доцент В.В. Сударь

Магистрант Л.С. Комнатная

Кафедра физкультурно-оздоровительных технологий

*Контактная информация для переписки: 350015, Россия, г. Краснодар, ул. Буденного, 161,
e-mail: unona-vvs@mail.ru*

Аннотация. В процессе научных исследований на базе одного из фитнес-центров города Краснодара были определены параметры положительного влияния групповых занятий оздоровительной аэробикой на физическое состояние занимающихся женщин второго периода зрелого возраста, которые выражаются в улучшении показателей их физического развития, физической и функциональной подготовленности.

Ключевые слова: групповые занятия фитнесом, оздоровительная аэробика, женщины второго периода зрелого возраста.

Необходимость двигательной активности для здоровья человека в любом возрасте ни у кого не вызывает сомнений. Многие исследователи в своих работах доказывают, что в настоящее время правильная организация физической активности в соответствии с возрастными особенностями человека предполагает систематическую физическую тренировку именно оздоровительной направленности [3, 6].

Занятия групповыми видами фитнес-тренировки преследуют цели улучшения показателей физического состояния, достижения психофизического совершенства. Естественно, в зависимости от индивидуальных особенностей занимающихся, состояния здоровья, физического развития, двигательных способностей, подготовленности, мотивации, условий для занятий и т.д. – эти цели конкретизируются, однако при сохранении главного смысла занятий – стремления к улучшению своих психофизических кондиций и умений их реализовать [1, 2].

Как отмечается в работах Романенко Н.И. с соавторами восполнить недостаток двигательной активности и принести значительный оздоровительный эффект женщинам в зрелом возрасте могут занятия фитнесом, в частности и оздоровительной аэробикой [4, 5].

Исследования Трофимовой О.С., Сударь В.В., Морозовой А.Ю. (2020), констатируют, что такой вид, как оздоровительная аэробика в контексте групповых фитнес-тренингов, помогает совершенствовать практически все основные физические качества, а также сохранить и приумножить здоровье у женщин в зрелом возрасте.

Целью настоящей работы явилось решение обосновать эффективность влияния групповых занятий оздоровительной аэробикой на показатели

физического состояния женщин второго периода зрелости. Для реализации поставленной цели определили следующие основные задачи исследования:

- во-первых, определить показатели физического развития женщин;
- во-вторых, выявить показатели физической и функциональной подготовленности у женщин второго зрелого возраста;
- в-третьих, определить влияние групповых занятий аэробикой на показатели физического состояния женщин.

Реализация программы по внедрению средств группового фитнеса аэробной направленности проводилась на базе фитнес-центра «Fit Line» города Краснодара. В исследовании приняли участие женщины 35-40-летнего возраста в количестве тридцати человек (15 человек – в экспериментальной группе, и 15 женщин – в контрольной), измерение параметров физического состояния обследуемых проходило в зале групповых занятий и тренажерном зале фитнес-центра.

Педагогический сравнительный эксперимент длительностью в 4 месяца проводился для исследования эффективности применения групповых программ оздоровительной аэробики, предложенных инструктором фитнес-клуба, для повышения параметров физического состояния испытуемых. Программы фитнес-тренировок носили комплексный характер, при этом использовались средства и методы базовой (классической) аэробики, степ-аэробики, общеразвивающие упражнения с отягощениями (гантелями, бодибарами разных весов) в конце основной части урока, элементы стретчинга в процессе проведения, как разминки, так и заключительной части (заминке). Средства оздоровительной аэробики подбирали так, чтобы они выполнялись из разных исходных положений: в программах присутствовали упражнения из положений стоя (с продвижениями, на месте), партерные упражнения (сидя, лежа на спине, животе, боку, в разных упорах). В процессе занятий использовали поточный способ выполнения упражнений, а также разнообразное фитнес-оборудование и инвентарь.

По окончании эксперимента изучение прироста показателей физического развития и функционального состояния обследуемых женщин показало, что занятия оздоровительной аэробикой достоверно изменили следующие параметры:

- масса тела уменьшилась на 7,8%;
- показатель весо-ростового индекса снизился на 6%;
- показатель жизненной емкости легких увеличился на 7,7%.
- показатель пробы Штанге увеличился на 26,5%;
- значение частоты сердечных сокращений (в покое) снизилось на 4,9%.

Анализ данных физической подготовленности женщин 35-40 лет, занимающихся оздоровительной аэробикой, показал, что тренировочные занятия достоверно повлияли на следующие результаты развития их общей выносливости, гибкости и силовых способностей:

- показатель теста «12-ти минутного бега» увеличился на 7,9%;
- показатель теста «наклона вперед из положения сидя» увеличился на 88,2%

- показатель теста «сгибания и разгибания рук» увеличился почти в два раза (на 96,5%).

На основе результатов проведенных исследований можно сделать заключение о том, что систематические и регулярные групповые занятия гимнастической аэробикой оздоровительной направленности положительно влияют на организм женщин второго периода зрелости, что выражается в улучшении показателей их физического развития, физической и функциональной подготовленности.

Литература:

1. Влияние занятий пор де бра на развитие гибкости у женщин 40–45 лет / А. Н. Кудяшева, Н. И. Романенко, Г. Ш. Ашрафуллина, И. Ф. Гильмутдинов // Ученые записки университета им. П. Ф. Лесгафта. – 2021. – № 1 (191). – С. 169–173.

2. Влияние занятий силовой направленности на физическую подготовленность и функциональное состояние женщин второго зрелого возраста / О. С. Трофимова, Е. И. Ончукова, Я. А. Никитина, П. В. Гордиенко // Ученые записки университета имени П. Ф. Лесгафта. – № 4 (170). – 2019. – С. 336–339.

3. Распопова, В. А. Проблемы и пути приобщения населения к занятиям физической культурой / В. А. Распопова, Н. И. Романенко // Физическая культура и спорт. Олимпийское образование // Материалы международной научно-практической конференции (1 февраля 2020 г.) : материалы конференции / ред. коллегия А. И. Погребной, Е. М. Бердичевская, Г. Б. Горская, Е. А. Еремина, Т. А. Самсоненко. – Краснодар : КГУФКСТ, 2020. – С. 41–42.

5. Романенко, Н. И. Теория и методика избранного вида спорта : учебное пособие / Н. И. Романенко, О. С. Трофимова, Н. И. Дворкина. – Краснодар : КГУФКСТ, 2017. – 260 с.

4. Романенко, Н. И. Повышение физического состояния женщин 50–55 лет с использованием средств фитнеса / Н. И. Романенко, А. Н. Кудяшева // Материалы международной научно-практической конференции (1 февраля 2020 г.) / ред. коллегия А. И. Погребной [и др.]. – Краснодар : КГУФКСТ, 2020. – С. 45–47.

5. Романенко, Н. И. Методика физического воспитания женщин зрелого возраста с использованием средств оздоровительной физической культуры (на основе соматотипа) : учебно-методическое пособие / Н. И. Романенко ; Кубанский государственный университет физической культуры, спорта и туризма. – Краснодар : КГУФКСТ, 2017. – 70 с.

6. Трофимова, О. С. Содержание экспериментальной работы по формированию физической подготовленности женщин 30 лет на основе применения программ аэробного направления / О. С. Трофимова, В. В. Сударь, А. Ю. Морозова // Материалы научной и научно-методической конференции профессорско-преподавательского состава Кубанского государственного университета физической культуры, спорта и туризма (21-24 сентября 2020 года, г. Краснодар). – Краснодар : КГУФКСТ, 2020. – С. 205–206.

УДК: 797.123.1

ИСПОЛЬЗОВАНИЕ СРЕДСТВ ФИТНЕСА В ПРОЦЕССЕ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ СПОРТСМЕНОВ 13-15 ЛЕТ В АКАДЕМИЧЕСКОЙ ГРЕБЛЕ

Кандидат педагогических наук, доцент В.В. Сударь

Кандидат педагогических наук, доцент Н.И. Романенко

Кафедра физкультурно-оздоровительных технологий

*Контактная информация для переписки: 350015, Россия, г. Краснодар, ул. Буденного, 161,
e-mail: unona-vvs@mail.ru, e-mail: romanenko_ni@mail.ru*

Аннотация. В рамках педагогического эксперимента на базе спортивной школы № 4 города Краснодара разработана и научно обоснована методика использования средств фитнеса в процессе физической подготовки спортсменов 13-15 лет в академической гребле, доказана эффективность воздействия данной методики на повышение показателей выносливости и функционального состояния юных спортсменов.

Ключевые слова: академическая гребля, функциональный фитнес, юные спортсмены.

В настоящее время гребной спорт широко распространен во всем мире. Его привлекательность обусловлена разносторонней физкультурно-спортивной и оздоровительной направленностью, способствующей повышению уровня функциональных возможностей организма: развитию дыхательной системы, системы кровообращения, совершенствованию координации и выносливости, а также развитию скоростно-силовых возможностей занимающихся.

Функциональный фитнес в современном понимании представляет собой систему упражнений, в которых задействована большая группа мышц, упражнения многосуставные, включающие базовые физические действия, направленные на развитие координации, ловкости, выносливости и силы, то есть это совокупность силовой и аэробной тренировки, в которой воссоздаются естественные движения тела, как это происходит в обычной жизни [6].

Как отмечают авторы Дворкина Н.И., Пронина И.А. (2020), Ончукова Е.И., Хвостова А.С., Шульгина К.А. (2020), Романенко Н.И. (2019), Якимов А. М. (2018), использование средств и методов функционального фитнеса сегодня актуально вводить в процесс спортивной подготовки в разных видах спорта [2, 3, 4, 5].

Многие исследователи, например, такие, как Гайнуллин А.А., Святова Н.В., Косов А.В. (2014), констатируют, что средства фитнеса, активно внедряемые в систему спортивной подготовки гребцов, помогают не только разнообразить тренировочный процесс, но и развить некоторые физические качества, а также помогают сохранить и приумножить здоровье спортсменов [1]. В зимний период, когда нет возможности выхода на воду из-за низкой температуры окружающей среды, в спортивной гребле используют тренировки

в спортивных залах. По мнению Гайнуллина А.А., Святовой Н.В., Косова А.В. (2014) в этот период тренировки для спортсменов направлены на повышение выносливости и развитие силы, т.к. повышение технической подготовки менее результативно [1].

В ходе тренировочного процесса гребцов в этот период на суше, используется большое количество инвентаря и тренажеров для развития физических качеств, но также есть доля упражнений, выполняемых с собственным весом. Это значительно расширяет возможности тренера для использования современных фитнес-технологий в процессе физической подготовки юных спортсменов.

Целью работы явилось решение обосновать эффективность методики применения средств фитнеса в процессе физической подготовки подростков 13-15 лет, занимающихся академической греблей. Для реализации поставленной цели определили следующие основные задачи исследования:

- во-первых, выявить на основе данных научно-методической литературы возможность применения средств и методов функционального фитнеса при подготовке спортсменов в академической гребле;

- во-вторых, определить показатели развития выносливости и функционального состояния кардиореспираторной системы у подростков 13-15 лет, занимающихся академической греблей;

- в-третьих, разработать и оценить эффективность методики занятий на основе средств фитнеса на показатели выносливости и функционального состояния гребцов-академистов 13-15 лет.

Реализация программы по внедрению средств фитнеса проводилась на базе Муниципального бюджетного общеобразовательного учреждения спортивной школы №4 города Краснодара. В исследовании приняло участие 24 подростка возраста от 13 до 15 лет, занимающихся академической греблей. Из них 12 человек, занимающихся в контрольной группе по общепринятой методике и 12 человек – в экспериментальной группе с использованием средств функциональной фитнес-тренировки.

В нашем исследовании, проанализировав все направления фитнеса, стало очевидно, что основным средством, наиболее подходящим для целей спортивной гребли на начальном этапе подготовки, выступает именно функциональная фитнес-тренировка, основными методами которой являются интервальный метод, метод круговой тренировки и повторный метод, выполняемый в темповом режиме под музыкальное сопровождение. Именно эти методы и легли в основу нашей экспериментальной методики.

Результаты внедрения разработанной методики функционального фитнес-тренинга для подростков 13-15 лет, занимающихся академической греблей на этапе начальной подготовки, были выражены в оценке ее влияния на развитие специальной (силовой) и общей выносливости при помощи педагогического тестирования и наглядно отражены на представленном рисунке.

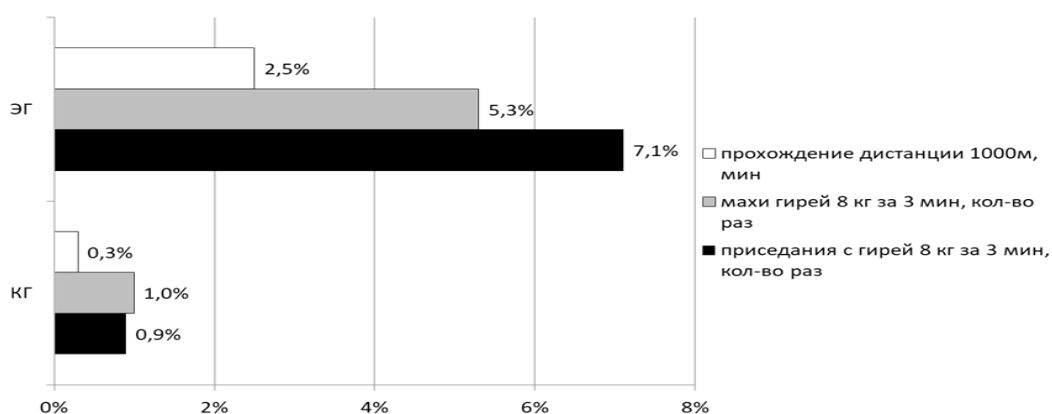


Рисунок – Относительный прирост показателей выносливости в экспериментальной (ЭГ) и контрольной (КГ) группах за период эксперимента

По окончании эксперимента определили, что у подростков 13-15 лет занимающихся академической греблей по разработанной методике прирост показателей специальной выносливости – силовой был значительно выше и составил по тесту «приседания с гирей 8 кг за 3 минуты» 7,1%, по тесту «махи гирей 8 кг за 3 минуты» – 5,3%, по тесту на общую выносливость «прохождение дистанции 1000 м на гребном тренажере» – 2,5 %.

Таким образом, внедрение в тренировочный процесс методики занятий с использованием средств функционального фитнеса способствует повышению показателей общей и силовой выносливости юных гребцов-академистов.

Литература:

1. Гайнуллин, А. А. Направленность тренировок гребцов-академистов 13–15 лет в зимний период подготовки / А. А. Гайнуллин, Н. В. Святова, А. В. Косов // *Фундаментальные исследования*. – 2014. – № 11–4. – С. 890–894. – URL: <http://fundamental-research.ru/ru/article/view?id=35651> (дата обращения: 20.04.2021)
2. Дворкина, Н. И. Влияние занятий body pump на физическую подготовленность гандболисток 15-16 лет / Н. И. Дворкина, И. А. Пронина // *Физическая культура и спорт в XXI веке : актуальные проблемы и их решения : Сборник материалов Всероссийской с международным участием научно-практической конференции*. – 2020. – С. 81–84.
3. Ончукова, Е. И. Методика физической подготовки мальчиков-баскетболистов 13–15 лет средствами фитнеса / Е. И. Ончукова, А. С. Хвостова, К. А. Шульгина // *Ученые записки университета им. П. Ф. Лесгафта*. – 2020. – №6 (184). – С. 277–282.
4. Романенко, Н. И. Проведение круговой тренировки в фитнесе : учебно-методическое пособие / Н. И. Романенко. – Краснодар : КГУФКСТ, 2019. – 53 с.
5. Якимов, А. М. Инновационная тренировка выносливости в циклических видах спорта / А. М. Якимов, А. С. Ревзон. – Москва : Спорт, 2018. – 95 с.
6. Теория и методика избранного вида спорта : учебное пособие / Н. И. Романенко, О. С. Трофимова, Н. И. Дворкина. – Краснодар : КГУФКСТ, 2017. – 260 с.

**МЕТОДИКА ПРИМЕНЕНИЯ ЗАНЯТИЙ ВОСТОЧНЫМИ
ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫМИ СИСТЕМАМИ С ЖЕНЩИНАМИ
ПОЖИЛОГО ВОЗРАСТА**

Кандидат педагогических наук, доцент О.С. Трофимова

Кандидат педагогических наук, доцент Е.И. Ончукова

Преподаватель Я.А. Манакова

Кафедра физкультурно-оздоровительных технологий

*Контактная информация для переписки: 350015, Россия, г. Краснодар,
ул. Буденного, 161, каб. 218; e-mail: votrofim@yandex.ru*

Аннотация. В статье отражены результаты исследования влияния занятий восточными оздоровительными системами – хатха-йогой, тай-цзи-цюань, цигун на физическое развитие и физическую подготовленность женщин пожилого возраста.

Ключевые слова: восточные оздоровительные системы, физическое развитие, физическая подготовленность, женщины пожилого возраста.

В России с каждым годом увеличивается количество людей, занимающихся физической культурой. В этой связи очень важно поддерживать и укреплять физическое состояние населения. Особую значимость в этом процессе имеют женщины пожилого возраста, которые в силу социально-экономических условий нашей страны должны быть активными до глубокой старости, имея меньше ресурсов, чем другие категории населения [5, 6, 7].

На сегодняшний день, имеется огромное количество тренировок, различной направленности: аэробной, силовой, психорегулирующей, предлагаемых современными фитнес-клубами [2, 4, 7]. Наиболее популярными занятиями в пожилом возрасте являются восточные оздоровительные системы, которые имеют многовековую историю [1, 3].

Анализ литературы по направлению исследования говорит о недостаточной разработанности занятий восточными оздоровительными системами с женщинами пожилого возраста, а имеющиеся научные исследования носят фрагментарный характер. Следовательно, отсутствие разработанных научно обоснованных методик занятий для женщин пожилого возраста с учетом их интересов, состояния здоровья и физических способностей указывает на проблемную ситуацию, что вызвало у нас интерес и определило выбор направления данного исследования.

Основной педагогический эксперимент длился шесть месяцев, целью которого было оценить эффективность разработанной методики занятий восточными оздоровительными системами, а также выявить ее влияние на показатели физического развития и физической подготовленности занимающихся женщин пожилого возраста.

Базой для проведения эксперимента выступил фитнес-центр «Дом физкультурника» в городе Краснодаре. Участвовало 33 женщины, которые

были разделены на две группы – экспериментальную и контрольную. Женщины экспериментальной группы начали заниматься восточными оздоровительными системами, в частности хатха-йогой, тай-цзи-цюань, цигун. На занятиях с женщинами контрольной группы использовались общеразвивающие упражнения, силовые и аэробные упражнения, упражнения на растяжку, а также на формирование осанки и профилактики плоскостопия.

Занятия, как в экспериментальной группе, так и в контрольной проводились три раза в неделю. До начала экспериментальной работы и по ее завершении проводилось тестирование уровня физического развития женщин пожилого возраста в экспериментальной и контрольной группах. Женщины экспериментальной группы показали достоверные результаты в снижении весоростового индекса Кетле, однако межгрупповые различия оказались не достоверны ($>0,05$). Кистевая динамометрия как правая, так и левая, не была достоверна, хотя отмечено увеличение результатов в обеих группах. Показатели обхватных размеров тела, экскурсии грудной клетки, окружности грудной клетки в паузе достоверно улучшились ($<0,05$). Длина и масса тела в конце эксперимента были не достоверны ($>0,05$), но отмечена позитивное снижение массы тела у женщин экспериментальной группы.

При оценке влияния занятий восточными оздоровительными системами на физическую подготовленность занимающихся были отмечены практически одинаковые изменения за исключением результатов в тесте, оценивающем гибкость – наклон вперед из положения сидя, где только в экспериментальной группе результаты оказались достоверными ($<0,05$). В тестах Проба Ромберга и эстафетный тест результаты, как в контрольной, так и в экспериментальной группах достоверно улучшились ($<0,05$), что говорит о правильно построенном тренировочном процессе в обеих группах.

Однако, такие физические способности, как сила и выносливость показали в своих тестах недостоверные улучшения ($>0,05$), что является естественным для данного возрастного периода, и методика занятий и в экспериментальной, и в контрольной группах не включала целенаправленные упражнения для развития данных физических качеств.

Таким образом, проведенная экспериментальная работа с женщинами пожилого возраста, показала положительные изменения по большинству физиометрических показателей, что подтвердило нашу гипотезу о благоприятном воздействии на занимающихся женщин занятиями восточными оздоровительными системами. В результате применения экспериментальной методики в процессе занятий с женщинами пожилого возраста, достоверно улучшились такие физические качества, как гибкость, быстрота и координационные способности. Следовательно, результаты педагогического эксперимента доказывают эффективность разработанной методики применения восточных оздоровительных систем, что может способствовать ее внедрению в процесс физического воспитания женщин пожилого возраста.

Литература:

1. Дворкина, Н. И. Влияние занятий хатха-йогой на функциональное состояние женщин второго зрелого возраста / Н. И. Дворкина, О. С. Трофимова, Г. Шапошников //

Материалы научной и научно-методической конференции профессорско-преподавательского состава КГУФКСТ. – 2020. – №1. – С. 165–166.

2. Лызарь, О. Г. Эффективность использования средств аквафитнеса в занятиях с лицами пожилого возраста / О. Г. Лызарь, А. А. Белый // Материалы научной и научно-методической конференции профессорско-преподавательского состава КГУФКСТ. – 2020. – № 1. – С. 171–172.

3. Ончукова, Е. И. Использование системы цигун на занятиях с женщинами пожилого возраста / Е. И. Ончукова, М. А. Маринович, Я. А. Никитина // Физическая культура, спорт и здоровье. – 2019. – № 33. – С. 48–51.

4. Романенко, Н. И. Повышение качества жизни пожилых людей с использованием ZUMBA GOLD / Н. И. Романенко, М. И. Буланая // Материалы научной и научно-методической конференции профессорско-преподавательского состава КГУФКСТ. – 2020. – № 1. – С. 193–194.

5. Сударь, В. В. К вопросу о критериях профессиональной подготовки фитнес-инструкторов / В. В. Сударь // Материалы международной научно-практической конференции «Физическая культура и спорт. Олимпийское образование». – Краснодар : КГУФКСТ, 2020. – С. 60–61.

6. Современные проблемы физкультурно-оздоровительной деятельности в сфере фитнеса / А. А. Тарасенко, В. И. Осик, О. Г. Лызарь [и др.] // Научно-методический журнал. Физическая культура, спорт – наука и практика. – Краснодар, 2014. – №3. – С. 71–76.

7. Хазова, С. А. Индивидуально-дифференцированное содержание занятий оздоровительной физической культурой с людьми пожилого возраста / С. А. Хазова, Я. А. Манакова, М. П. Ногинов // Вестник Адыгейского государственного университета. Серия 3: Педагогика и психология. – 2021. – № 1 (273). – С. 89–97.

УДК: 796.011.3

МЕТОДИКА ЗАНЯТИЙ ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРОЙ С ЖЕНЩИНАМИ ПРЕДПЕНСИОННОГО ВОЗРАСТА

Доктор педагогических наук, профессор С.А. Хазова
Преподаватель Я.А. Манакова

Кафедра физкультурно-оздоровительных технологий

*Контактная информация для переписки: 350015, Россия, г. Краснодар, ул. Буденного, 161,
e-mail: yas8102@yandex.ru*

Аннотация. Сегодня в России остро стоит проблема сохранения высокого уровня здоровья и трудоспособности лиц предпенсионного возраста. Однако, решение данной проблемы осложняется недостаточным пониманием основных причин физического и социально-психологического состояния данного контингента населения, небольшим количеством исследований, посвященных организации оздоровительно-физкультурных занятий с женщинами предпенсионного возраста.

Ключевые слова: физкультурно-оздоровительные занятия, женщины предпенсионного возраста, здоровье, методика занятий

Последние научные исследования авторов О.С. Филимонова, Н.И. Романенко, и др., связанные с определением влияния средств фитнеса на организм женщин, показали, что решение проблемы укрепления здоровья, повышения уровня работоспособности данного контингента и т.п. не может обойтись без научно обоснованного внедрения современных физкультурно-оздоровительных технологий в фитнес-индустрию [2, 4]. Особое внимание при этом, на наш взгляд, необходимо уделять женщинам предпенсионного возраста, организм которых биологически уже находится в стадии регрессивных изменений, но женщины, в силу повышения пенсионного возраста, еще продолжают трудовую деятельность [1, 3].

Проблему сохранения здоровья можно решить с помощью средств физкультурно-оздоровительной деятельности [5]. Для этого была разработана методика занятий оздоровительной физической культурой с женщинами предпенсионного возраста и организовано экспериментальное исследование по ее апробации.

Базой для проведения эксперимента явилось ФОЦ «Минеральные воды». В исследовании приняли участие 100 женщин в возрасте 55-60 лет. Все они не имели противопоказаний к занятиям. Занятия проводились три раза в неделю по 60 минут.

Деятельность в рамках экспериментальной методики проходила в три этапа:

- 1 – определение уровня физической подготовленности, здоровья и особенностей заболеваний у женщин предпенсионного возраста;
- 2 – подбор и апробирование упражнений;

3 – разработка схем занятий в соответствии с уровнем функционального состояния и имеющимися заболеваниями;

4 – анализ полученных данных.

Структура занятия включала в себя разминку, основную часть которая состояла из трех блоков продолжительностью по 15-20 минут [6]. В первом блоке внимание уделялось развитию кардиореспираторной системы. Во втором блоке выполнялись упражнения, направленные на увеличение подвижности позвоночника и суставов. В третьем блоке упражнения выполнялись самостоятельно в соответствии с индивидуальными особенностями организма, физического состояния и здоровья женщин. В заключительной части использовалась релаксация в сочетании с самомассажем.

В рамках диагностических мероприятий проводилась оценка реакции сердечно-сосудистой системы на нагрузку. В начале эксперимента был выявлен благоприятный уровень – у 15%, допустимый – у 45%, неблагоприятный – у 40%. В конце эксперимента результаты повысились: благоприятный уровень был выявлен у 15%, допустимый – у 85%.

Также в ходе эксперимента оценивали состояние кардиореспираторной систем на начало эксперимента жизненная емкость легких – $3.0 \pm 0,2$ на начало эксперимента и $3.2 \pm 0,1$ на конец эксперимента $p \leq 0,05$, частота сердечных сокращений в покое - $79 \pm 2,6$ и $63 \pm 2,4$ $p \geq 0,05$, частота сердечных сокращений-1 – 150 ± 16 и 120 ± 11 $p \geq 0,05$, частота сердечных сокращений-2 – 140 ± 14 и 125 ± 14 $p \geq 0,05$, систолическое артериальное давление – $135 \pm 2,4$ и $131 \pm 2,4$ $p \geq 0,05$, диастолическое артериальное давление – $94 \pm 1,6$ и $89 \pm 1,5$ $p \geq 0,05$, пульсовое давление – 42 и 42 $p \geq 0,05$. Следовательно, произошел прирост показателей жизненной емкости легких и незначительное уменьшение показателей состояния сердечно-сосудистой системы.

Результаты тестирования физических качеств динамометрия кистевая $30 \pm 2,7$ до эксперимента и $36,7 \pm 1,7$ после эксперимента $p \leq 0,05$, сгибание-разгибание рук на гимнастической стенке $15 \pm 0,6$ и $23,1 \pm 0,8$ $p \leq 0,05$, быстрота реакции $20 \pm 1,5$ и $15 \pm 1,3$ $p \geq 0,05$, проба Ромберга $11 \pm 0,7$ и $14 \pm 0,7$ $p \geq 0,05$, гибкость позвоночного столба $-2,5 \pm 0,2$ и 0 $p \leq 0,05$. В ходе проведения эксперимента достоверно увеличились показатели силы и гибкости. Также увеличились показатели быстроты реакции и вестибулярной устойчивости.

Оценка динамики здоровья определялась путем суммирования дней, в которые они болели. Было выявлено, что максимальное количество заболеваний было в ноябре-декабре, а минимальное – в сентябре. За период до эксперимента было зафиксировано 60 дней, в течение которых болели занимающиеся. Часто встречались жалобы на перепады давления (70%), плохое самочувствие (30%), ОРВИ и ОРЗ (10%). За период проведения эксперимента количество дней уменьшилось до 45 дней. На давление жаловались 60% женщин, плохое самочувствие 10%, заболевания ОРЗ и ОРВИ – 5%, жалобы на плохое самочувствие – 25%.

Таким образом, можно заключить, что предложенная методика оказывает положительное влияние на состояние кардиореспираторной системы, уровень заболеваемости и увеличение показателей развития физических качеств.

Литература:

1. Маринович, М. А. Эффективность применения системы Пилатес в процессе занятий с женщинами 45–50 лет / М. А. Маринович, В. В. Фоменко, О. С. Трофимова // Тезисы докладов XLVI научной конференции студентов и молодых ученых вузов ЮФО (февраль–март 2019). – Краснодар : КГУФКСТ. – Часть 2. – 266 с.
2. Маринович, М. А. Влияние занятий по системе Пилатес на психическое состояние женщин второго зрелого возраста / М. А. Маринович, О. С. Трофимова // Тезисы докладов XLVII научной конференции студентов и молодых ученых вузов ЮФО (февраль–март 2020 г.). – Краснодар : КГУФКСТ. – Часть 3. – 199 с.
3. Мосина, О. А. К вопросу реализации оздоровительно-рекреационной деятельности в контексте социальной работы / О. А. Мосина, М. И. Матайс // Вестник Тамбовского университета. Серия: Гуманитарные науки. – 2020. – Т. 25, № 185. – С. 119–124.
4. Романенко, Н. И. Содержание физической подготовки женщин 35–45 лет с использованием различных видов фитнеса на основе учета соматотипа : автореф. дис. ... канд. пед. наук : 13.00.04 / Н. И. Романенко. – Краснодар, 2013. – 24 с.
5. Трофимова, О. С. Исследование мотивации женщин второго зрелого возраста к занятиям в фитнес-клубе / О. С. Трофимова, М. А. Маринович // Физическая культура и спорт. Олимпийское образование : материалы международной научно-практической конференции / Редколлегия: А. И. Погребной [и др.]. – 2020. – С. 78–80.
6. Трофимова, О. С. Влияние методики занятий аквааэробикой на психофизическое состояние женщин 36–45 лет / О. С. Трофимова, Е. И. Ончукова, А. А. Килимник // Физическая культура, спорт – наука и практика. – 2018. – № 3. – С. 55–61.

УДК: 378.037.1

ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫЙ ПОТЕНЦИАЛ СОВОКУПНОГО ПРИМЕНЕНИЯ РАЗНЫХ ПРОГРАММ ФИТНЕСА В ПРОЦЕССЕ ФИКУЛЬТУРНО- ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫХ ТРЕНИРОВОК СТУДЕНТОК ВУЗОВ

Доктор педагогических наук, профессор М.М. Шестаков¹

Кандидат педагогических наук, доцент Ж.Г. Аникиенко²

¹*Кафедра теории и методики футбола и регби, КГУФКСТ*

²*Кафедра физического воспитания и спорта*

ФГБОУ ВО «Государственный морской университет

имени адмирала Ф.Ф. Ушакова», г. Новороссийск

Контактная информация для переписки: 350015, Россия, г. Краснодар, ул. Буденного, 161,

e-mail: shmm@mail.ru

Аннотация. В статье на основе выявленного противоречия показана актуальность проблемы разработки программы сочетанного использования разных программ фитнеса в процессе физкультурно-оздоровительных тренировок для студенток вузов. Результаты экспериментальной проверки подобного подхода к построению физкультурно-оздоровительных занятий подтвердили его эффективность в корректировке показателей морфологического статуса студенток вузов.

Ключевые слова: студентки вузов, программы фитнеса, совокупное применение, показатели телосложения.

По данным Всемирной Организации Здравоохранения более половины населения развитых стран имеет избыточную массу тела, что приводит к ухудшению здоровья человека, снижает физическую работоспособность и вызывает преждевременное старение [2, 3].

Проблема сохранения и укрепления здоровья девушек и женщин трудоспособного возраста, является одной из важных задач государства. Многие исследования подтверждают тот факт, что у этого контингента населения нашей страны наблюдается устойчивая тенденция к снижению состояния здоровья [1, 2].

Регулярные физкультурно-оздоровительные занятия и ведение здорового образа жизни способствуют улучшению состояния здоровья и продлению жизни. Доказано, что обеспечить физическое совершенство и здоровье, занимающихся можно путем творческого использования физкультурно-оздоровительных технологий и арсенала средств и методов оздоровительной физической культуры в соответствии с их особенностями, потребностями и индивидуальными склонностями [4, 7].

В специальной литературе достаточно много исследований посвящено различным видам фитнеса оздоровительной направленности для девушек (аэробика, шейпинг, стретчинг, пилатес, слайдинг, атлетическая гимнастика и др.), в том числе и комбинированным фитнес-программам, а также их воздействию на организм занимающихся [5, 6].

Следует отметить, что многие программы по фитнесу имеют узкую целевую направленность, что не позволяет с их помощью обеспечить необходимое всестороннее оздоровительное воздействие на занимающихся [1, б].

Таким образом, в настоящее время в теории и методике оздоровительной физической культуры сформировалась совокупность противоречий:

- между необходимостью всестороннего укрепления здоровья студенток вузов и недостаточной эффективностью физкультурно-оздоровительных занятий;
- между большим количеством существующих фитнес-программ и отсутствием научно-обоснованной методики их совокупного применения для всестороннего укрепления здоровья студенток вузов.

Выявленные противоречия позволили сформулировать проблему исследования, заключающуюся в необходимости разработки программы сочетанного использования разных программ фитнеса в процессе физкультурно-оздоровительных тренировок для студенток вузов.

Цель исследования – определить эффективность программы совокупного применения фитнеса разных направлений на морфофункциональные показатели студенток вузов.

Учитывая мотивы данного контингента занимающихся, и с целью эффективного решения оздоровительных задач для них была разработана программа, в которой были объединены направления фитнеса аэробной и силовой направленности (с чередованием динамического и статического режима).

Разработанная программа для курсанток морских вузов физкультурно-оздоровительной направленности была рассчитана на 8 недель и включала:

- 16 занятий по 60 минут различными видами фитнеса в подготовительной части (классическая, степ-аэробика, тай-бо), в основной части (функциональный тренинг, «ловер боди», «коре боди», круговой тренинг, интервальный тренинг, тренировка по системе табата, фитбол-аэробика) и в заключительной части (стретчинг, йога, калланетика, пилатес);
- 8 занятий по 90 минут выполнение упражнений в тренажерном зале;
- 16 занятий по 40 минут выполнение упражнений в домашних условиях по видео тренировкам.

За 8 недель эксперимента у испытуемых произошел целый ряд статистически достоверных положительных изменений в морфофункциональных показателях

Длина тела участниц эксперимента составляла в среднем $165,5 \pm 0,80$ см.

За период эксперимента масса тела у девушек снизилась на 7,7% ($t = 2,42$; $p < 0,05$), что приблизило ее к норме.

В результате занятий по экспериментальной программе у студенток произошли весьма существенные изменения в показателях телосложения и состава массы тела. Статистически значимые изменения произошли в обхватных размерах тела. Соответственно уменьшились обхватные размеры в

области талии на 6,1% ($t = 3,21$; $p < 0,01$) и в области груди на 4,6% ($t = 2,55$; $p < 0,05$). Обхват двух бедер снизился на 5,7% ($t = 4,5$; $p < 0,001$), а одного бедра - на 3,6% ($t = 2,16$; $p < 0,05$).

Толщина кожно-жировых складок студенток, достоверно уменьшилась во всех областях: под лопаткой на 26% ($t=3,97$; $p < 0,001$), на животе на 26,3% ($t=3,92$; $p < 0,001$), на плече спереди на 30% ($t = 5,00$; $p < 0,001$), на плече сзади на 24,6% ($t=6,5$; $p < 0,001$), на бедре спереди на 25,4% ($t=5,59$; $p < 0,001$), на голени на 23,7% ($t=4,00$; $p < 0,001$), на предплечье на 15% ($t=2,03$; $p < 0,05$). При этом доля жировой ткани снизилась на 8%, что составило 26,38% ($t=5,03$; $p < 0,001$) от массы тела.

Таким образом, результаты исследования позволяют констатировать, что апробированная программа совокупного применения разных программ фитнеса в процессе физкультурно-оздоровительных тренировок позволяет эффективно корректировать показатели телосложения студенток вузов и снижать показатель массы тела преимущественно за счет уменьшения подкожного жира в так называемых «проблемных» зонах.

Литература:

1. Аникиенко, Ж. Г. Физическая подготовка студенток с преимущественным использованием средств фитнеса на основе учета индивидуального профиля развития физических качеств : автореф. дис. ... канд. пед. наук: 13.00.04 / Аникиенко Ж. Г. – Москва, 2006. – 25 с.
2. Виленский, М. Я. Физическая культура и здоровый образ жизни студента: учебное пособие / М. Я. Виленский, А. Г. Горшков. – Москва : Гардарики, 2007. – 218 с.
3. Железняк, Ю. Д. Физическая активность и здоровье студентов вузов не физкультурного профиля / Ю. Д. Железняк, А. В. Лейфа // Теория и практика физической культуры. – 2006. – № 12. – С. 46–47.
4. Зубкова, А. Ю. Оздоровительная физическая культура для студентов разной степени физической подготовленности и лиц среднего возраста на основе сочетания восточных и западных гимнастических систем : автореф. дис. ... канд. пед. наук: 13.00.04 / Зубкова А. Ю. – Москва, 2006. – 25 с.
5. Ким, Н. К. Энциклопедия современного фитнеса. Серия: Идеальная фигура / Н. К. Ким. – Москва : АСТ-Пресс Книга, 2006. – 280 с.
6. Перевалина, Е. А. Особенности содержания и нагрузки программ фитнеса разных направлений / Е. А. Перевалина, М. М. Шестаков // Физическая культура, спорт – наука и практика : научно-методический журнал. – 2020. – № 2. – С. 98–105.
7. Фомина, Н. А. Физкультурно-оздоровительные системы и технологии : учебное пособие / Н. А. Фомина, В. Я. Меньшиков. – Волгоград : ВГАФК, 2007. – 245 с.

Раздел 4: ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ И СОЦИАЛЬНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ СОВРЕМЕННОГО ОБРАЗОВАНИЯ И ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

УДК: 373.203.71

ОСОБЕННОСТИ ОРГАНИЗАЦИИ ЗАНЯТИЙ ПО ФИЗИЧЕСКОМУ РАЗВИТИЮ В ДОШКОЛЬНОМ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОМ УЧРЕЖДЕНИИ

Кандидат педагогических наук, доцент **Н.В. Иванова**¹

Магистрант **Ю.М. Аушева**¹

Методист **О.К. Карагезян**²

¹*Кафедра безопасности жизнедеятельности
и профилактики наркомании, КГУФКСТ*

²*ГБУ ДО КК «Центр развития одаренности»*

*Контактная информация для переписки: 350015, Россия, г. Краснодар, ул. Буденного, 161,
e-mail: iv.nina@mail.ru*

Аннотация. В работе отражена специфика организации занятий по физическому развитию в дошкольных образовательных учреждениях.

Ключевые слова: дошкольный возраст, физическое развитие, ребенок, двигательная деятельность, образовательная деятельность.

Дошкольный возраст – решающий период жизни ребенка, когда в него закладываются основы двигательных движений, формируется интерес к окружающему миру и потребность в физической активности. В этом возрасте у детей высокая двигательная активность, отсюда возникает потребность внесения физического воспитания в образовательную программу учреждения. Регулярные занятия физической культурой оказывают влияние на умственное, психомоторное и эмоциональное развитие ребенка, способствуют укреплению иммунитета и здоровья детей, а также ознакомлению с нормами и соблюдению правил здорового образа жизни (питание, закаливание, двигательный режим, формирование полезных привычек и др.).

Дошкольный возраст – это обычно от 3 до 7 лет. Занимающихся в дошкольных образовательных учреждениях делят на группы по возрасту, а также по уровню их умственного и физического развития. Выделяют следующие группы:

1. Группы кратковременного пребывания – от 1 до 3 лет;
2. Младшая группа – 3-4 года;
3. Средняя группа – 4-5 лет;
4. Старшая группа – 5-6 лет;
5. Подготовительная к школе группа – 6-7 лет.

Физическое развитие включает в себя активную двигательную деятельность детей, направленную на развитие физических качеств; способствующую правильному формированию опорно-двигательного аппарата, развитию мелкой моторики рук, приучает к правильному выполнению основных движений (ходьба, бег, прыжки, повороты и так далее), не нанося ущерб здоровью; формирование представлений о некоторых видах спорта; овладение подвижными играми с правилами, сознательное соблюдение установленных правил.

В группах кратковременно пребывания физическим воспитанием занимается воспитатель (физкультурные минутки между основными занятиями, утренняя гимнастика и гимнастика после дневного сна). Для остальных групп выделяется специально отведенное время в течение дня для занятий физическими упражнениями с педагогом по физической культуре. Для младшей группы отводится 15 минут, для средней – 20 минут, для старшей – 25 минут, для подготовительной к школе – 30 минут.

Занятие по физическому развитию обязательно должно включать в подготовительной части ходьбу, бег, общеразвивающие упражнения (от 4 до 6 упражнений в комплексе). Основная часть отводится для освоения новых двигательных движений, развития физических качеств занимающихся. Наиболее благоприятен данный возраст детей для развития гибкости, координационных способностей и быстроты. Но не стоит забывать о выносливости и силе, в дошкольный период задаются предпосылки для развития этих качеств в более старшем возрасте.

При планировании занятий особенно важно учитывать состояние здоровья занимающихся. В последнее время все больше детей имеют врожденные или приобретенные заболевания мочеполовой и выделительной, сердечно-сосудистой, костно-мышечной, нервной, сенсорной и эндокринной систем. Все это оказывает влияние на функциональные возможности организма, тем самым указывает на необходимость брать это во внимание при составлении и организации урока. Нагрузка на занятиях распределяется, отталкиваясь от более физически слабых детей, чтобы каждый ребенок имел возможность выполнять двигательное действие или упражнение.

Помимо классического варианта организации образовательной деятельности детей, более доступным и интересным для детей будут сюжетная форма (все занятие имеет один сюжет), игровая (несколько игр различной подвижности с различными элементами физических упражнений). Так же используется тематическая форма организации занятия, например, при обучении спортивным упражнениям или ознакомлении с видами спорта. При комплексном варианте организации урока включается материал, связанный не только с решением задач физического развития, но и математического, речевого, экологического и социального. Контрольное занятие, проводимое обычно в начале года с целью выявления уровня физического развития, а в конце – для определения прироста физических показателей и знаний в этой области.

Наиболее эффективным приемом в обучении детей двигательным действиям является разделение показа и объяснения от момента непосредственного выполнения упражнения. Целесообразно использование жестов, сравнений, более простых названий при объяснении дошкольникам частей двигательных действий.

Важно использовать стимулирующее развитие познавательной деятельности. Перед началом обучения и выполнением физических упражнений, в процессе образовательной деятельности, рекомендуется поставить перед ребенком необходимость решения познавательной задачи. Например, посчитать количество фишек на участке, количество фишек красного/желтого/зеленого цвета, найти самую длинную ленточку из предложенных, а затем самую короткую, назвать их цвета.

Образовательная деятельность, организованная непосредственно на занятии по физическому развитию, каждое новое изученное движение, обязательно должно закреплять в виде самостоятельной двигательной деятельности. Это может быть организовано в процессе прогулки, утренней гигиенической гимнастики, гимнастики после дневного сна, а также вне занятий дома. Закрепление нового упражнения происходит в течение 3-4 занятий и далее на протяжении всего учебного года.

В дошкольных учреждениях задачи физического развития решаются в разнообразных формах, каждая из которых имеет свое содержание и особенности методики, свое значение и место в режиме дня детей. Все они взаимосвязаны между собой. Целесообразное соотношение различных форм работы в дошкольных учреждениях и семье, рациональная организация и методика проведения занятий обеспечивает полноценное решение задач физического воспитания и всестороннего развития ребенка.

Повышению эффективности образовательного процесса детей дошкольного возраста способствует создание благоприятных условий для развития детей, открывающих возможности для их позитивной социализации, развития как личности, развития инициативы и творческих способностей на основе контакта со взрослыми, сверстникам и соответствующих их возрасту видов двигательной деятельности.

Литература:

1. Авдеева, П. И. Физическая культура детей дошкольного возраста // Физическая культура. – 2005. – №10.
2. Грядкина, Т. С. Образовательная область «Физическое развитие» : учебно-методическое пособие. – Санкт-Петербург, 2017.
3. Пащенко, Л. Г. Организация физического воспитания в дошкольных образовательных учреждениях : учебное пособие. – Нижневартовск, 2014. – 100 с.

УДК: 378.037.1

ФОРМИРОВАНИЕ ОСНОВ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ У СТУДЕНТОВ ПРИ ОБУЧЕНИИ ПО НАПРАВЛЕНИЮ ПОДГОТОВКИ ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА

Кандидат медицинских наук, профессор А.Г. Ахромова

Кандидат педагогических наук, доцент Н.В. Иванова

Старший преподаватель К.Р. Саакова

*Кафедра безопасности жизнедеятельности и профилактики наркомании
Контактная информация для переписки: 350015, Россия, г. Краснодар, ул. Буденного, 161,
e-mail: ahromova55@mail.ru*

Аннотация. Проведен анализ универсальных, общепрофессиональных и профессиональных компетенций учебного плана по направлению подготовки 49.03.01 Физическая культура, освоение которых будет способствовать тому, чтобы обучающиеся в полной мере освоили основы здорового образа жизни, а также смогли обучить этому население всех возрастов в ходе проведения занятий спортом, физической культурой, оздоровительной физической культурой, при проведении спортивно-массовых мероприятий и праздников.

Ключевые слова: студенты, направление подготовки Физическая культура, здоровый образ жизни, компетенции.

Для человека и общества с древних времен и до настоящего времени во всех странах, независимо от их политических устройств и материального положения населения, абсолютной ценностью являлось и является такой параметр, как здоровье, включая его физическую и психическую составляющую [1].

Здоровье – это многокомпонентная категория, она многими авторами расценивается как интегрированный показатель, состоящий из нескольких аспектов [2]. Во-первых, это хорошее физическое развитие и высокое функциональное состояние организма, а также соответствующий возрасту и полу уровень развития двигательных качеств. Во-вторых, это здоровая психика, позволяющая индивиду успешно адаптироваться в сложном современном мире, адекватно реагировать на вызовы современного сообщества. В-третьих, это социальное благополучие человека, его реализованность в семье, обществе. Четвертый компонент – это духовное развитие, обеспечивающее успешное выполнение человеком социальных функций.

Известно, что сохранение и укрепление здоровья находятся в прямой зависимости от уровня культуры [3]. Последняя в полной мере формируется при получении человеком высшего образования.

Целью исследования являлось изучение формирования у обучающихся основ здорового образа жизни в процессе реализации учебного плана по направлению подготовки 49.03.01 Физическая культура.

Для достижения поставленной в работе цели нами был проведен анализ реализации при обучении студентов универсальных, общепрофессиональных и

профессиональных компетенций учебного плана, имеющих отношение к формированию здорового образа жизни (ЗОЖ). Были изучены учебные планы профилей «Спортивная тренировка в избранном виде спорта», «Физкультурное образование», «Спортивный менеджмент» и «Физкультурно-оздоровительные технологии».

Для всех профилей подготовки предусмотрена такая категория универсальных компетенций как Самоорганизация и саморазвитие (в том числе здоровьесбережение). В ней 2 универсальные компетенции – УК-6. «Способен управлять своим временем, выстраивать и реализовывать траекторию саморазвития на основе принципов образования в течение всей жизни» и УК-7. «Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности».

Для компетенции УК-6 учебным планом подготовки бакалавров предусмотрен индикатор УК-6.3, а для компетенции УК-7 – три индикатора - УК-7.1., УК-7.2. и УК-7.3.

Для достижения поставленной в работе цели мы проанализировали, какие предметы учебного плана позволяют реализовать вышеназванные индикаторы достижения универсальных компетенций УК-6 и УК-7.

Для индикатора компетенции УК-6.3. – это предметы Педагогика и Психология, для УК-7.1, УК-7.2 и УК-7.3. – Физическая культура и спорт и Физическая культура и спорт (элективные курсы).

К общепрофессиональным компетенциям выпускника и индикаторам их достижения, которые позволяют реализовать основы здорового образа жизни, можно отнести компетенцию ОПК-5. «Способен воспитывать у занимающихся социально-значимые личностные качества, проводить профилактику негативного социального поведения» (индикаторы достижения ОПК-5.1., ОПК-5.2.) и компетенцию ОПК-6. «Способен формировать осознанное отношение занимающихся к физкультурно-спортивной деятельности, мотивационно-ценностные ориентации и установки на ведение здорового образа жизни» (индикаторы ОПК-6.1., ОПК-6.2., ОПК-6.3.).

Индикатор достижения ОПК-5.1.реализует предмет Психология, ОПК-5.2. – дисциплины Психология и Педагогика.

Для индикатора ОПК-6.1. – это предметы Педагогика, Гигиенические основы физкультурно-спортивной деятельности, Педагогика физической культуры, Пропаганда и связи с общественностью в сфере физической культуры и спорта, для индикатора ОПК-6.2. – дисциплины Психология, Педагогика, Гигиенические основы физкультурно-спортивной деятельности, Педагогика физической культуры, а для индикатора ОПК-6.3. – предмет Пропаганда и связи с общественностью в сфере физической культуры и спорта

В учебном плане по направлению подготовки Физическая культура имеется компетенция ПК-7 «Способен осуществлять разработку и реализацию программ дополнительного образования и досуговой деятельности средствами физической культуры и спорта» (индикатор достижения ПК-7.2). Он реализуется в ходе изучения предметов Физкультурно-оздоровительные

технологии, Повышение профессионального мастерства, Рекреация и реабилитация различных групп населения, Здоровый образ жизни и др.

Таким образом, анализ учебных планов по направлению подготовки Физическая культура с 4-мя профилями показал, что предметы учебного плана через реализацию универсальных, общепрофессиональных и профессиональных компетенций позволяют достичь вышеуказанных индикаторов компетенций, которые формируют у обучающихся знания, умения и навыки в сфере здорового образа жизни. Для направления подготовки Физическая культура формирование в процессе обучения основ здорового образа жизни служит одним из основополагающих моментов, независимо от профиля, на котором обучаются студенты.

Мы также проанализировали учебные программы и фонды оценочных средств по всем вышеперечисленным предметам. Этот анализ свидетельствует о том, что полученные студентами в ходе изучения данных дисциплин знания, умения и навыки в полной мере позволяют им реализовать все аспекты формирования основ собственного здорового образа жизни, а также научить этому население всех возрастов в ходе проведения занятий спортом, физической культурой, оздоровительной физической культурой, при проведении спортивно-массовых мероприятий и праздников.

Литература:

1. Апанасенко, Г. А. Охрана здоровья здоровых: некоторые проблемы теории и практики // Валеология: Диагностика, средства и практика обеспечения здоровья. – Санкт-Петербург : Наука, 1993. – С. 49–60.
2. Чумаков, Б. Н. Валеология : учеб. пособие. – 2-е изд. испр. и доп. – Москва : Педагогическое общество России, 2000. – 407 с.
3. https://revolution.allbest.ru/medicine/00618746_0.html

УДК: 796.01:159.9

ЭМОЦИОНАЛЬНЫЙ ИНТЕЛЛЕКТ И КОПИНГ-СТРАТЕГИИ КАК КОМПОНЕНТЫ ГОТОВНОСТИ СПОРТСМЕНОВ К КОМАНДНЫМ ВЗАИМОДЕЙСТВИЯМ

Кандидат психологических наук, доцент Е.И. Берилова

Кафедра психологии

*Контактная информация для переписки: 350015, Россия, г. Краснодар, ул. Буденного, 161,
e-mail: berilovanew@mail.ru*

Аннотация. В работе приведены результаты исследования особенностей эмоционального интеллекта, уровня развития группы и копинг-стратегий спортсменов, занимающихся командными видами спорта. Полученные нами данные говорят о значимости развития эмоционального интеллекта и копинг-стратегий в преодолении атлетами трудных ситуаций.

Ключевые слова: эмоциональный интеллект, спортсмены, социально-психологический климат, копинг-стратегии, спортивная команда, уровень развития группы

Включение спортсменов в соревновательную деятельность требует от них не только высокого уровня технической и тактической подготовки, но и высокого уровня мотивации, умения владеть своим эмоциональным состоянием, принимать конструктивные решения в трудных ситуациях [1, 3, 5]. В командных видах спорта большое значение для спортсменов имеет умение игрока молниеносно отвечать на постоянно меняющиеся условия игры, тактику соперников, владение эффективными стратегиями взаимодействия с членами команды, опираясь на ход игры. Для этого атлетам нужно владеть способностями понимать и контролировать свое эмоциональное состояние, распознавать свои чувства, уметь управлять своими чувствами, что, во многом, определяется высоким уровнем эмоциональной компетентности спортсменов [2, 4]. В нашем исследовании мы рассматриваем высокий уровень эмоционального интеллекта и применяемые ими стратегии преодоления стресса как основу эффективного взаимодействия игроков в команде.

Цель исследования – изучить особенности эмоционального интеллекта и копинг-стратегий как факторов эффективного командного взаимодействия у атлетов, занимающихся командными видами спорта. Были обследованы 49 спортсменов, в возрасте 18-21 года, которые занимались командными видами спорта. Для диагностики эмоционального интеллекта была использована методика Н. Холла, исследование копинг-стратегий осуществлялось с помощью опросника Р. Лазаруса, уровень развития команды изучался с помощью методики диагностики уровня развития малой группы.

Согласно полученным данным, у спортсменов большинство компонентов эмоционального интеллекта имеют низкий и средний уровень выраженности. Это говорит о недостаточном уровне развития способности у атлетов

определять свои собственные чувства и эмоции окружающих, контролировать их, низком уровне эмпатии и самоконтроля.

Анализ средних значений копинг-стратегий у атлетов выявил, что у большинства из них на высоком уровне выражены такие шкалы как «Самоконтроль» и «Бегство-избегание». Это показывает, что большинство атлетов в трудной ситуации хотят контролировать эмоции и избегают решения проблем. Также в исследовании было установлено, что уровень развития группы атлетов соответствует уровню «Мерцающий маяк». Соответственно, данную группу можно охарактеризовать как готовую всегда прийти на помощь друг другу и поддержать друг друга.

В корреляционном исследовании были установлены значимые достоверные взаимосвязи между компонентами эмоционального интеллекта и копинг-стратегиями у атлетов. Таким образом, чем лучше атлеты умеют управлять своими эмоциями, тем больше они обращаются к положительной переоценке проблемы, они видят в проблеме возможность личностного роста. Кроме того, чем больше спортсмены стремятся понимать эмоциональные состояния окружающих людей, тем в большей мере в трудной ситуации они обратятся за социальной поддержкой. Также следует обратить внимание на то, что чем лучше спортсмены управляют своими эмоциями, тем в меньшей мере они дистанцируются от решения проблемы. Кроме того, чем выше уровень самомотивации у спортсменов, тем меньше вероятность применения ими агрессивных усилий по разрешению сложных ситуаций.

Достоверных взаимосвязей между компонентами эмоционального интеллекта и уровнем развития группы у атлетов выявлено не было, что требует дополнительного исследования. Была выявлена в исследовании отрицательная корреляционная взаимосвязь между уровнем развития малой группы и копинг-стратегией «Поиск социальной поддержки». Возможно, это говорит о том, что у спортсменов нет необходимости обращаться за помощью к социальному окружению в трудной ситуации, так как они получают поддержку от других членов команды.

Результаты нашего исследования подчеркивают значимость развития компонентов эмоционального интеллекта для формирования конструктивных способов разрешения трудных ситуаций атлетами. Оценивая роль эмоционального интеллекта как фактора социально-психологического развития команды, мы видим необходимость в дальнейшем исследовании взаимосвязей между указанными компонентами в командах с достаточно длительным опытом совместной деятельности.

Литература:

7. Белоконь, В. О. Роль эмоционального и социального интеллекта в поддержании психической устойчивости субъектов командной деятельности / В. О. Белоконь, Г. Б. Горская // Вестник Тверского государственного университета. Серия: Педагогика и психология. – 2019. – № 4(49). – С. 62–72.

8. Босенко, Ю. М. Взаимосвязь эмоционального интеллекта и личностных особенностей юных футболистов / Ю. М. Босенко // Материалы научной и научно-методической конференции профессорско-преподавательского состава Кубанского

государственного университета физической культуры, спорта и туризма. – 2020. – № 1. – С. 217–218.

9. Пархоменко, Е. А. Особенности сформированности саморегуляции как компонента психологической культуры у спортсменов подросткового и юношеского возраста / Е. А. Пархоменко, А. А. Дубова // Рудиковские чтения-2020 : материалы XVI Всероссийской научно-практической конференции с международным участием, Москва, 28–29 мая 2020 года / Под общей редакцией Ю. В. Байковского, В. Ф. Сопова, В. А. Москвина. – Москва : Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования «Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодежи и туризма (ГЦОЛИФК)», 2020. – С. 192–195.

10. Распопова А. С. Взаимосвязь эмоционального и социального интеллекта с копинг-стратегиями спортсменов / А. С. Распопова // Ресурсы конкурентоспособности спортсменов: теория и практика реализации. – 2016. – № 1. – С. 200–203.

11. Эмоциональный интеллект как основа личностной готовности к профессиональной самореализации спортсменов разной квалификации / И. В. Харитонов, Е. И. Берилова, В. О. Белоконь, И. С. Фокина // Ученые записки университета им. П. Ф. Лесгафта. – 2019. – № 11(177). – С. 548–552.

УДК: 796.01:159.9

ОСОБЕННОСТИ МОТИВАЦИИ У СТУДЕНТОВ СПОРТИВНОГО ВУЗА НА РАЗНЫХ ЭТАПАХ ОБУЧЕНИЯ

Кандидат психологических наук Ю.М. Босенко
Кандидат психологических наук А.С. Распопова

Кафедра психологии

*Контактная информация для переписки: 350015, Россия, г. Краснодар, ул. Буденного, 161,
e-mail: annar25@mail.ru*

Аннотация. В исследовании приводится анализ проявления мотивации самодетерминации спортсменов на разных этапах обучения в вузе (N=185). Сравнительный анализ результатов изучения мотивации самодетерминации показал, что между учащимися 1 и 3 курсов существует большое количество достоверных различий в проявлении мотивации самодетерминации. Основным отличием магистрантов от первокурсников являются сниженные показатели внешней мотивации. С возрастом обучающиеся способны ориентироваться в своих действиях на внутренние факторы и не зависеть от каких-либо внешних факторов.

Ключевые слова: мотивация самодетерминации, этап обучения, спортсмены, физическая культура.

Изучение мотивации самодетерминации – это значимая область научных исследований в психологии, обусловленная важностью осознания того, как человек может самостоятельно управлять собственной активностью [4, 5]. Самодетерминация – это возможность действовать, исходя из собственных внутренних побуждений, без внешних воздействий общества, социальной среды [3]. В таком случае личность самостоятельно детерминирует свое поведение, опираясь на свое мировоззрение и установки. Побуждаемое самой личностью поведение направляет и процесс обучения, делая его внутреннее мотивируемым [4]. Именно поэтому не теряет актуальности исследование мотивации обучения студентов. Несмотря на широкую представленность в исследованиях, эта проблематика актуальна и с точки зрения практики. Стоит отметить, что студенты вуза физической культуры вовлечены не только в учебную, но и в спортивную деятельность. Для них мотивация является залогом успехов в учебе и спорте [1, 2, 3].

Мы проводили исследование с участием респондентов – обучающихся на факультете спорта и на факультете физической культуры по направлению подготовки Физическая культура (n=128). Среди испытуемых студенты 1, 3 курсов бакалавриата и 1 курса магистратуры. Для диагностики мотивации самодетерминации использовался опросник «Почему я учусь» [3].

Выявление уровня мотивации показало, что у первокурсников наиболее выражена внешняя мотивация идентификации. Для первокурсников очень важны товарищеские отношения и чувство «принадлежности», групповые контакты. Им очень важно осознавать свою идентификацию с группой на

начальном этапе обучения. Немного ниже оказались средние значения по показателям внутренней мотивации компетентности и получения новых знаний. Большинство первокурсников осознают важность получения знаний для обучения в высшем учебном заведении и дальнейшей работы.

Самые низкие значения выявлены по параметрам внешней мотивации и амотивации. При этом показатель внешней мотивации приближен к границе низкого уровня, а амотивация оказалась развита низко. Это свидетельствует о благоприятности личностного и мотивационного развития современных первокурсников. Показатель амотивации развит также на среднем уровне, что является не очень благоприятной характеристикой мотивации обучения.

Наименьший результат получен по показателям внешней мотивации и амотивации. При этом показатель внешней мотивации приближен к границе низкого уровня, а амотивация оказалась развита низко. Показатель амотивации развит также на среднем уровне, что является не очень благоприятной характеристикой мотивации обучения.

В группе магистрантов выявлено, что внутренняя мотивация получения новых знаний на высоком уровне, а все остальные – на среднем. Амотивация развита низко. Интересно, что у девушек амотивация достоверно ниже, чем у юношей.

Между бакалаврами 1 и 3 курсов выявлен ряд достоверно значимых различий по параметрам мотивации. У бакалавров 1 курса выше внутренняя мотивация компетентности, новых впечатлений. У них больше побудителей к обучению, чем у бакалавров 3 курса. У бакалавров 1 курса достоверно ниже амотивация, а у обучающихся 3 курса этот показатель находится на среднем уровне.

Сравнивая первокурсников-бакалавров и магистрантов, выявили что у магистрантов выше внутренняя мотивация компетентности и ниже амотивация. Показатели внешней мотивации (идентификация, интроекция, внешняя мотивация) у магистрантов достоверно ниже, чем у бакалавров 1 курса. То есть магистранты имеют внутренне обусловленное стремление к получению новых знаний в процессе обучения. Отличием магистрантов от первокурсников-бакалавров являются не только высокие показатели внутренней мотивации, но и более низкая внешняя мотивации.

Между бакалаврами 3 курса и магистрантами установлены различия в виде повышенного уровня всех параметров внешней мотивации и амотивации у бакалавров. По внутренней мотивации достоверных различий нет. По мере взросления студенты, переходя от уровня бакалавриата к уровню магистратуры приобретают умение опираться при реализации поведения на внутренние факторы и не зависеть от внешних, которые имеют повышенное мотивационное влияние в более юном возрасте.

Таким образом, можно говорить о том, что показателем желаний учиться может являться не только и не столько высокий уровень внутренней мотивации, сколько низкий уровень мотивации внешней, что мы и увидели при сравнении результатов трех возрастных групп.

Литература:

1. Берилова, Е. И. Мотивация самодетерминации как регулятор стратегий преодоления стресса у спортсменов // Физическая культура и спорт. Олимпийское образование. Материалы международной научно-практической конференции. – Краснодар, 2021. – С. 251–252.
2. Босенко, Ю. М. Личностные особенности как ресурс профессиональной самореализации спортсменов / Ю. М. Босенко, А. С. Распопова // Рудиковские чтения Материалы XV Всероссийской научно-практической конференции с международным участием «Рудиковские чтения–2019» ; под общ. ред. Ю. В. Байковского, В. А. Москвина. – Москва, 2019. – С. 71–75.
3. Горская, Г. Б. Самодетерминация как мотивационная предпосылка субъективности студентов в учебной деятельности / Г. Б. Горская, Ю. М. Босенко, Е. И. Гринь, [и др.] // Наука Кубани. – 2008. – № 3. – С. 75–80.
4. Дубовова, А. А. Влияние программы психологического сопровождения на развитие психомоторных способностей и мотивацию к занятиям спортом // Материалы I итоговой научной конференции сотрудников НИИ. Кубанский государственный университет физической культуры, спорта и туризма. – 2011. – С. 32–40.
5. Леонтьев, Д. А. Психология свободы: к постановке проблемы самодетерминации личности // Психологический журнал. – 2000. – Т. 21, № 1. – С. 36–38.

КОРРЕЛЯЦИОННЫЙ АНАЛИЗ В ОЦЕНКЕ ЗНАЧИМОСТИ ПОДГОТОВИТЕЛЬНЫХ УПРАЖНЕНИЙ ДЛЯ РАЗВИТИЯ СИЛОВЫХ КАЧЕСТВ У МОЛОДЕЖИ

Старший преподаватель **О.С. Васильченко**¹
Кандидат педагогических наук, доцент **В.Б. Парамзин**¹
Кандидат педагогических наук **И.Д. Иванов**²

¹*Кафедра теории и методики зимних видов, велосипедного спорта
и спортивного туризма, КГУФКСТ*

²*Краснодарское высшее военное авиационное училище летчиков
Контактная информация для переписки: 350015, Россия, г. Краснодар, ул. Буденного, 161,
e-mail: helgavasilchenko@mail.ru*

Аннотация. В работе рассмотрена методика применения корреляционного анализа в выявлении степени влияния разнонаправленных силовых упражнений на количество подтягиваний на перекладине.

Ключевые слова: корреляционный анализ, молодежь, подтягивание на перекладине, подготовительные упражнения

Для исследований в области физической подготовки характерно многообразие признаков, при помощи которых обследуются испытуемые. Поэтому очень важно уловить имеющуюся связь между признаками [5, 9]. Так, важно знать, в какой степени длина ног может определить результаты в беге; вес тела – результат в метаниях и т. п.

Чтобы определить степень зависимости одного признака от другого, в математической статистике предложено несколько методов [1, 7, 8]. Самыми распространенными среди них являются коэффициент корреляции r и показатель корреляции рангов ρ . И тот, и другой являются неименованными величинами и могут принимать значения от +1 до -1. Однако применение коэффициента корреляции ограничено требованием нормальности распределения по обоим изучаемым признакам и линейности связи между ними (т. е. с возрастанием одного признака происходит монотонное возрастание или убывание другого) [3, 4]. Если распределения признаков отличаются от нормального закона и их приведение к нормальному виду не имеет смысла, то лучше применить для оценки связи показатель корреляции рангов, который не зависит от статистических параметров [2, 6].

Для примера рассмотрим порядок вычисления величины связи и проиллюстрируем это на примере вычисления величины связи между результатом в подтягивании на перекладине, как наиболее простого в выполнении и объективного в оценке силовых возможностей человека и динамометрией кисти правой руки представленных в таблице 1.

Расчет показателя корреляции рангов результатов
в подтягивании на перекладине и кистевой динамометрии правой руки

Результаты подтягивания на перекладине, оценка	Кистевая динамометрия правой руки, кг	Ранг подтягивания на перекладине	Ранг динамометрии	Разность рангов	d
5	48,1	1	1	0	0
4	45,0	2	3	1	1
3	45,1	3	2	-1	1
2	44,0	4	4	0	0

В первых двух колонках проставляются численные значения сравниваемых признаков, а в следующих двух – места, которые они занимают. Если какие-нибудь варианты имеют одинаковое значение, им определяется среднее место. Затем проставляются разности рангов 1-го и 2-го признака. Если бы связь между признаками была полной, то ранги по обоим признакам были бы всегда одинаковы (т. е. варианта с рангом 1 по одному признаку имела бы такой же ранг и по 2-му признаку). В этом случае все разности равнялись бы нулю, а так как в практике этого не бывает, то совокупность значений d может служить мерой тесноты связи между признаками. После нахождения разностей возводим их в квадрат и суммируем [1].

В нашем примере $\sum d^2 = 2$. Отсюда показатель корреляции рангов

$$\rho = 1 - \frac{6 \cdot \sum d^2}{n(n^2 - 1)} = 1 - \frac{6 \cdot 2}{4 \cdot (4^2 - 1)} = 0,8$$

Аналогично были произведены расчеты для девяти упражнений направленных на развитие основных групп мышц, участвующих в подтягивании на перекладине, которые были определены в ходе практических исследований и анализа специальной и научной литературы. Результаты подтягиваний взаимосвязаны с определенным количеством тестовых упражнений. Наша цель – выявить степень влияние результатов каждого из тестовых упражнений на результаты подтягиваний на перекладине. Для каждого тестового упражнения был посчитан свой показатель корреляции рангов, который наглядно показывает, как сильно результат выполнения определенного тестового упражнения влияет на результат контрольного упражнения, а именно, подтягивания на перекладине.

Анализ значений выборочных коэффициентов корреляции, позволяет судить о тесноте связи между результатами в подтягивании на перекладине с одной стороны и тестовыми упражнениями, с другой стороны. Низкие значения показателей корреляции рангов указывают на относительно низкую значимость данного тестового упражнения на результат в подтягивании на перекладине. При проведении исследовательской работы определения зависимости выполнения упражнения «подтягивание на перекладине» от силовых показателей обучаемых, основу составляли физические упражнения, характеризующие качества «сила» и «силовая выносливость» групп мышц,

влияющих на результат данного упражнения. В ходе исследования было выявлено, что такие упражнения, как, тяга веса в различных положениях, тяга штанги, подтягивание на низкой перекладине, сгибание и разгибание рук в упоре на брусьях, комплексно-силовое упражнение являются наиболее важными для развития качеств силы ($p=1,0$), а такие упражнения, как кистевая динамометрия, поднимание прямых ног из положения лежа на спине, держась руками за опору, подтягивание на низкой перекладине из положения сидя, ноги под углом ($p=0,8$), поднимание штанги к груди из положения стоя значительного влияния на результат не имеют ($p=0,4$). Результаты проведенных исследований показывают эффективность использования предлагаемых упражнений в самостоятельном развитии силовых способностей молодежи.

Литература:

1. Дерецкий, А. А. Проблемы физической подготовки школьников, поступающих в военные училища / А. А. Дерецкий // В книге: Тезисы докладов XLVII научной конференции студентов и молодых ученых вузов Южного Федерального округа. Материалы конференции. Редколлегия: И.Н. Калинина [и др.]. 2020. С. 245.
2. Лихолет, Т. Н. Методы развития силы в лыжной подготовке / Т. Н. Лихолет, В. Б. Парамзин // Тезисы докладов XXXXIII научной конференции студентов и молодых ученых КГУФКСТ. – 2016. – С. 47–48.
3. Парамзин, В. Б. Анализ содержания физической подготовки в военных инженерно-технических Вузах Министерства обороны РФ на современном этапе / В. Б. Парамзин // Вестник Тамбовского университета. Серия: Гуманитарные науки. – 2007. – № 6 (50). – С. 30–36.
4. Парамзин, В. Б. Методика разработки оценочных нормативов выполнения подготовительных упражнений для поэтапного повышения результатов в подтягивании на перекладине / В. Б. Парамзин, О. С. Васильченко, С. В. Разновская // Материалы научной и научно-методической конференции ППС КГУФКСТ. – 2019. – Т. 48. – С. 281–282.
6. Подгорная, А. С. Признаки заинтересованности студентов в обучении / А. С. Подгорная, В. Б. Парамзин // Книге: Тезисы докладов XLVI научной конференции студентов и молодых ученых вузов ЮФО : Материалы конференции. – 2019. – 53 с.
7. Пугачев, И. Ю. Профессионально-значимые физические качества специалистов в войсках противовоздушной обороны российской федерации / И. Ю. Пугачев, С. И. Блаженко, А. А. Катков // Ученые записки университета им. П. Ф. Лесгафта. – 2008. – № 8 (42). – С. 87–89.
8. Пугачев, И. Ю. Инновационно значимый элемент физической работоспособности человека / И. Ю. Пугачев // Инновации в образовании. – 2018. – № 9. – С. 17–25.
9. Разновская, С. В. Мониторинг физического состояния обучающихся первого курса с помощью нормирования оценки показателей / С. В. Разновская, И. Ю. Пугачев, В. Б. Парамзин // Гуманитарный научный вестник. – 2021. – № 2. – С. 62–69.
10. Рекомендации по организации и проведению экспериментальных исследований физической подготовленности военнослужащих / Под ред. Ю. К. Демьяненко и И. И. Петрушевского. – Ленинград : Военный институт физической культуры, 1977.

К ВОПРОСУ О ПРОБЛЕМЕ ВЫБОРА МЕТОДОВ ПРИ ПРОВЕДЕНИИ ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКИХ ИССЛЕДОВАНИЙ

Кандидат экономических наук, доцент Е.П. Гетман

Кафедра управления в спорте и образовании

*Контактная информация для переписки: 350015, Россия, г. Краснодар, ул. Буденного, 161,
e-mail: egetman@mail.ru*

Аннотация. В статье поднимается тема выбора методов исследования при проведении психолого-педагогических исследований. Теоретическая и практическая значимость темы обусловлена необходимостью поиска путей решения по названной проблематике. Исследование, поднимая столь актуальную тему, направлено на развитие современных подходов к организации исследовательской деятельности в педагогике и психологии, что в перспективе отразится и на повышении качества подготовки педагогических и психологических кадров в высшем учебном заведении.

Ключевые слова: методики исследования, педагогика, психология, исследовательская деятельность, трудности выбора.

Наряду с разного рода трудностями, которые встают перед исследователем, наибольшей трудностью представляется подбор и выбор методов исследования. Обусловлено это тем, что в педагогике и психологии накоплен и сформирован объемный исследовательский инструментарий. С другой стороны, перед исследователем возникает своеобразная дилемма использовать уже привычные для него методы и методики или обратиться к новым. Также трудности, связанные с верификацией результата, стремлением к объективности и репрезентативности собранного материала также несут определенную долю ответственности при проведении психолого-педагогических исследований. Для иллюстрации вышесказанного приведем часть подборки методов, которые использованы при исследовании такой значимой в образовании темы как: «Взаимосвязь характеристик межличностных отношений и удовлетворенности деятельностью у педагогов» [1]. В исследовании используются перечисленные ниже методики и опросник, также используется педагогическое наблюдение и опросы через гугл форму. Кратко охарактеризуем ряд существенных для темы исследования методик с позиции авторского взгляда на их значимость в исследовании.

1. Методика интерперсональной диагностики межличностных отношений Т. Лири. Методика разработана американским психологом Т. Лири (Т. Leary) в 1950г., применяется в русскоязычной интерпретации Л.Н. Собчик [3].

Данная методика позволяет изучить представления людей о себе, на основе определения преобладающего типа отношений с окружающими человека людьми. Ключевые ориентации методики представлены показателями: доминирование/подчинение и дружелюбие/враждебность.

Компьютерная версия опросника облегчает прохождение вопросов. Методика может применяться и для самооценки человеком своих качеств. Кроме того, прохождения опросника позволяет провести оценку коллегами или близкими людьми [6].

2. Методика «Оценка удовлетворенности работой» Л.А. Верещагиной. Методика дает возможность определения удовлетворенности персонала рядом факторов. Таких как: условия и содержание деятельности, взаимоотношения в коллективе и вне его, возможности в профессии [5].

3. Опросник «Индекс жизненной удовлетворенности Б. Ньюгартена, русская версия Н. В. Панина. Опросник позволяет определять общее психологическое состояние человека, степень психологического комфорта и социально-психологической адаптации. Результат методики представлен интегральным показателем, позволяя уточнить пять разных аспектов жизненной удовлетворенности [5].

4. «Экспресс-методика» О.С. Михалюк, А.Ю. Шалыто [4]. Методика дает возможность изучения социально-психологического климата в коллективе, определяя отношения в коллективе через эмоциональный, поведенческий и когнитивный компоненты. В качестве существенного признака эмоционального компонента изучается критерий привлекательности. Поведенческий компонент, определяется через вопросы желание – не желание совместной работы. Критерием когнитивного компонента служит переменная знание – не знание особенностей членов коллектива. Данные по представленной экспресс-методике позволяют оценить, сложившиеся в анализируемом коллективе взаимоотношения между персоналом, как на работе, так и во вне рабочее время скорее, как положительные. Что отчасти коррелирует с результатами, полученными по вышеописанным и другим, использованным в ходе исследования методикам. Положительные ответы преобладают над отрицательными по всем восьми вопросам: размах вариации позитивных ответов составляет от 73% до 96%. Ответы по шкалам также положительные преобладают над негативными. Обработав выборку ответов из N=75 респондентов составлена таблица по оценке компонентов: эмоционального, когнитивного, поведенческого.

Таблица

Характеристики эмоционального, когнитивного и поведенческого компонентов персонала вуза

Характеристика коллектива вуза по компонентам	Оценка
Эмоциональный	Положительно
Когнитивный	Положительно
Поведенческий	Неопределенная

В результате проведенного анкетирования по экспресс-методике О.С. Михалюк и А.О. Шалыто выявлено, что в анализируемом вузовском коллективе эмоциональный и когнитивный компонент определен как положительный. Поведенческая компонента определена как противоречивая, неопределенная. Тем не менее, общий вывод по данной методике можно сделать следующий:

сложившиеся межличностные отношения можно рассматривать как благоприятные. Для более глубокого понимания характеристик межличностных отношений комплекс тестов и анкетирование дополнено «Зрительно-аналоговой шкалой» оценки «организационного» климата в коллективе О.С. Михалюк и А.О. Шалыто [2], которая позволяет расширить понимание и провести оценку трех на наш взгляд значимых параметров характеристик межличностных отношений. Авторы методики предполагают, что исследователь по желанию и необходимости может под конкретный коллектив расширить (дополнить) обозначенные авторами методики параметры: сработанность; совместимость и успешность выполнения задач.

Таким образом, на примере проведенного исследования и части описанных методик видно, что достаточно сложен выбор методик и перед исследователем всегда стоит в этом плане трудная задача, как перед былинными богатырями лежала развилка дороги из трех направлений, и выбор каждой из троп может привести к определенным и сложностям, и трудностям, но и к победе. Но поиск, подбор и выбор методов исследований, являясь одним из этапов при проведении психолого-педагогического исследования, задает тот итог, к которому в результате придет исследователь.

Литература:

1. Гетман, Е. П. Теоретические и практические подходы к исследованию к исследованию понятия «удовлетворенность педагогов деятельностью» / Е. П. Гетман, Л. А. Гремина, С. С Воеводина // Физическая культура, спорт – наука и практика. – 2020. – № 4. – С. 53–57.
2. Зрительно-аналоговая шкала оценки «организационного» климата в коллективе. – Режим доступа URL <https://hr-portal.ru/tool/ekspress-metodika-ocenki-socialno-psihologicheskogo-klimata-v-trudovom-kollektive>
3. Собчик, Л. Н. Психология индивидуальности. Теория и практика психодиагностики. – Санкт-Петербург : Речь, 2015.
4. Соломин, И. Л. Экспресс-диагностика персонала. – Санкт-Петербург, 2008. – 280 с.
5. Столяренко, Л. Д. Основы психологии: Практикум / Л. Д. Столяренко. – Ростов н/Д. : [Б.И.], 2006. – 704 с.
6. Тест межличностных отношений Лири. – Режим доступа URL <https://psyttests.org/interpersonal/leary-run.html>

УДК: 796.01:159.9

ЭМОЦИОНАЛЬНЫЙ ИНТЕЛЛЕКТ КАК РЕСУРС ПРЕОДОЛЕНИЯ ПСИХИЧЕСКИХ ПЕРЕГРУЗОК И ЭФФЕКТИВНОСТИ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ВЫСОКОКВАЛИФИЦИРОВАННЫХ СПОРТСМЕНОВ, СПЕЦИАЛИЗИРУЮЩИХСЯ В АКАДЕМИЧЕСКОЙ ГРЕБЛЕ

Доктор психологических наук, профессор Г.Б. Горская

Магистрант Е.М. Потапова

Кафедра психологии

*Контактная информация для переписки: 350015, Россия, г. Краснодар, ул. Буденного, 161,
e-mail: gorskayagalina@mail.ru*

Аннотация. Приведены эмпирические подтверждения роли эмоционального интеллекта в поддержании психической устойчивости к стрессу и эмоциональному выгоранию у спортсменов, специализирующихся в академической гребле. Показана наиболее выраженная взаимосвязь показателей психической устойчивости к стрессу и к эмоциональному выгоранию с такими компонентами эмоционального интеллекта, как управление эмоциями и самомотивация. Установлены корреляционные связи показателей психической устойчивостью с показателем самоэффективности в предметной деятельности.

Ключевые слова: эмоциональный интеллект, психическая устойчивость к стрессу, эмоциональное выгорание, самоэффективность.

Эмоциональный интеллект с момента появления первых исследований этого феномена и концепций, объясняющих его сущность, вызывал и продолжает вызывать споры и противоречивые мнения по поводу его функций, факторов, от которого зависят его проявления. Такое отношение к эмоциональному интеллекту характерно и для его исследований в психологии спорта. В научных публикациях прослеживаются противоречивые мнения по поводу универсальности либо специфичности проявлений эмоционального интеллекта у представителей различных видов спорта, у спортсменов разного пола и различной квалификации [1, 5, 6]. Сходные мнения по поводу позитивного влияния эмоционального интеллекта на снижение тревожности, вероятность развития эмоционального выгорания [3, 4] сочетаются с противоречивостью суждений о специфике эмоционального интеллекта разного пола, у представителей различных видов спорта. Высказываются даже мнения, что есть виды спорта, для которых эмоциональный интеллект не может быть существенным регулятором деятельности и фактором ее успешности. Возможно, это связано с тем, что не принимается во внимание динамика регуляции психических состояний и эффективности деятельности спортсменов, хотя эмпирические исследования подтверждают ее наличие [2].

Цель настоящего исследования заключается в установлении роли эмоционального интеллекта в обеспечении готовности к преодолению высоких эмоциональных нагрузок у спортсменов высокой квалификации, специализирующихся в академической гребле. В нем принимали участие 23

спортсмена высокой квалификации (кандидаты в мастера спорта, мастера спорта, мастера спорта международного класса). у них определялись показатели эмоционального интеллекта по методике Холла, психической устойчивости по методике А. Голдберга, эмоционального выгорания по методике Ридека, адаптированной Е.И. Гринь, самооффективности в предметной деятельности и в общении по методике Маддукса и Шеера. Полученные данные подвергались корреляционному анализу по Спирмену. Исследование по указанным методикам проводилось трижды на разных этапах годового цикла подготовки для выявления наиболее устойчивых корреляционных связей. Для выявления структуры регуляции психической устойчивости помимо параметров эмоционального интеллекта устанавливались показатели личностных черт Большой пятерки и психосоциальной зрелости и их корреляционные связи с показателями эмоционального интеллекта. При обсуждении результатов исследования принимаются во внимание только статистически достоверные корреляционные связи при $p < 0,05$.

Результаты исследования показали, что наиболее многочисленными являются корреляционные связи показателей психической устойчивости и эмоционального выгорания с такими показателями эмоционального интеллекта, как управление эмоциями и самомотивация. Показатель управления эмоциями отрицательно коррелирует с показателем эмоционального выгорания «эмоциональное/физическое истощение» ($r = -0,471$), и положительно коррелирует с показателем психической устойчивости «уверенность в себе» ($r = 0,436$). Показатель эмоционального интеллекта «самотивация» связан положительными корреляционными связями с показателями психической устойчивости «моральная стойкость» ($r = 0,424$), «концентрация» ($r = 0,397$), «уверенность» ($r = 0,623$). Показатель «самотивация» отрицательно коррелирует с показателем эмоционального выгорания «уменьшение чувства достижения» ($r = -0,446$). Заслуживает внимания и положительная корреляционная связь показателя эмоционального интеллекта «распознавание эмоций других людей» с показателем психической устойчивости «моральная стойкость» ($r = 0,482$). Значимость показателя «самотивация» как регулятора психической устойчивости, установлена в исследовании. Сопоставляется с данными исследования В.О. Белоконов, свидетельствующими о корреляционных связях, показатель самомотивации с показателями устойчивости спортсменов к соревновательному стрессу [1].

Данные исследования свидетельствуют о наличии корреляционных связей показателей психической устойчивости и эмоционального выгорания с показателем самооффективности в предметной деятельности. Показатель самооффективности связан положительными корреляционными связями с показателями психической устойчивости и отрицательными корреляционными связями с показателями эмоционального выгорания.

Как было сказано выше, одна из задач исследования заключалась в выявлении составляющих синдрома эмоциональной регуляции деятельности у гребцов высокой квалификации. Ее решение предполагает установление

корреляционных взаимосвязей показателей эмоционального интеллекта с личностной зрелости и показателями черт Большой пятерки. Ожидаемым оказались отрицательные корреляционные связи показателя Большой пятерки «нейротизм» с показателями эмоционального интеллекта «управление эмоциями» ($r=0,488$) и «самотивация» ($r=0,427$). Показатель эмоционального интеллекта «самотивация» положительно коррелирует с показателями психосоциальной зрелости «саморегуляция» ($r=0,442$), и «сила Эго» ($r=0,492$),

Результаты исследования доказывают значимость эмоциональной регуляции для достижения эффективности деятельности гребцов высокой квалификации. Вместе с тем данные исследования показывают, что предпосылкой эффективной эмоциональной регуляции деятельности является ее синдромный анализ, предполагающий установление личностных и когнитивных регуляторов устойчивости спортсменов к психическим нагрузкам и перегрузкам различного происхождения. Не менее важным условием обеспечения эффективной эмоциональной регуляции деятельности гребцов высокой квалификации является понимание динамического характера эмоциональной регуляции деятельности, выявление особенностей динамики эмоциональной регуляции на протяжении годичного цикла подготовки, соревновательного сезона, на протяжении многолетней спортивной карьеры.

Литература:

1. Белоконь, В. О. Сравнительная характеристика регуляторов психической устойчивости у спортсменов командных и индивидуальных видов спорта / В. О. Белоконь // Ученые записки университета им. П. Ф. Лесгафта. – 2020. – № 7 (185). – С. 464–470.
2. Горская, Г. Б. Динамика регуляции психической устойчивости команды на протяжении соревновательного сезона / Г. Б. Горская, В. Г. Дыдарь // Общество: социология, психология, педагогика. – 2017. – № 8. – Режим доступа: <https://doi.org/1024158/spp.2017.8.7>
3. Гринь, Е. И. Личностные ресурсы преодоления психического выгорания у спортсменов : автореф. дисс. ... канд. психол. наук. – Краснодар : КГУФКСТ, 2009. – 24 с.
4. Петровская, Т. Эмоциональный интеллект и соревновательная тревожность спортсменов // Наука в Олимпийском спорте. – 2014. – № 4. – С. 60–63.
5. Fernandez, M. N., Brito, C. J., Miarka, B. K., Diaz-de-Durande, A. L. Anxiety and emotional intelligence: comparison between combat sports, gender and levels using the trait meta-mood scale and inventory of situations and anxiety response // *Frontiers in psychology*, 2020, v.11. February, doi:10.3389/fpsyg.2020.00130
6. Laborde, S., Brill, A., Weber, J., Anders, L. C. Trait emotional intelligence in sports: a prospective role against stress through heart rate variability. // *Personality and individual differences*. – 2011. – V. 51. – P. 23–27.

ВЗАИМОСВЯЗЬ ДИСПОЗИЦИОННОГО ОПТИМИЗМА И БАЗИСНЫХ УБЕЖДЕНИЙ СПОРТСМЕНОВ ЮНОШЕСКОГО ВОЗРАСТА

Преподаватель К.А. Дробышева

Кафедра психологии

*Контактная информация для переписки: 350015, Россия, г. Краснодар, ул. Буденного, 161,
e-mail: drobysheva08.09@mail.ru*

Аннотация. В тексте анализируется связь диспозиционного оптимизма с имплицитными представлениями личности спортсменов юношеского возраста. Установлено, что убежденность спортсменов в справедливости результатов, уверенность в своих возможностях, способствуют формированию диспозиционного оптимизма, чувство подконтрольности снижает негативные ожидания в процессе деятельности.

Ключевые слова: диспозиционный оптимизм, базисные убеждения, спортсмены юношеского возраста.

Ведущей целью спортсменов является достижение намеченных целей, реализовать которые можно через минимизацию воздействия негативных факторов на спортсмена и раскрытие его личностных ресурсов [3]. Одним из ресурсов может выступать диспозиционный оптимизм. С.S. Carver и M.F. Scheier понимают под диспозиционным оптимизмом обобщенное чувство уверенности или сомнения в том, что цель будет достигнута, проявляющегося в активных или пассивных действиях по ее достижению. Оптимисты склонны ставить высокие цели, уверены в их достижении, в то время как пессимисты не уверены в достижении высоких результатов, склонны ставить заниженные цели [5]. Высокий оптимизм повышает работоспособность спортсменов [6], снижает формирование эмоционального выгорания [4]. Позитивные установки поддерживают психологическую устойчивость на протяжении соревновательного сезона, оптимизм способствует развитию психической выносливости, противостоять стрессу [7]. В юношеском возрасте формируются базисные убеждения личности, являющиеся внутренними представлениями индивида о себе, внешнем мире и о взаимоотношениях с миром, они могут выступать личностными регуляторами формирования диспозиционного оптимизма. В структуру базисных убеждений включены такие переменные как: доброжелательность окружающего мира, справедливость, образ Я, удача и убежденность в контроле. Доброжелательность окружающего мира представляет собой восприятие человеком социального окружения как доброжелательного, которому можно доверять, а возникающие события как положительные. Справедливость окружающего мира проявляется в том, как человек воспринимает получаемые результаты, независимо хорошие они или плохие. Убежденность в контроле подразумевает, что человек сам контролирует происходящие с ним события, самостоятельно конструирует модель своего поведения и берет ответственность за свои результаты в

процессе деятельности на себя. Образ «Я» описывает, какой уровень собственной значимости, какую оценку дает себе человек (хороший, достойный уважения с положительными качествами, либо плохой, недостойный любви с отрицательными чертами личности). Удача проявляется в убеждении индивида в его везучести [8]. Сформированная у человека позитивная система базисных убеждений способствует в дальнейшем стремлению к саморазвитию в процессе деятельности. Имплицитные представления личности о себе и мире направлены на формирование таких качеств как, ответственность, дисциплинированность, организованность, способствуют росту социального интеллекта и развитию способности к осознанному выбору и принятию решений, что составляет зрелую личность, способную к продуктивной деятельности [2]. Убежденность спортсменов в положительном результате, вера в успех, восприятие трудностей как вызов, убеждение в том, что успех зависит от прилагаемых усилий, побуждает к настойчивости в достижении целей [1].

Цель исследования: установить взаимосвязь диспозиционного оптимизма и базисных убеждений спортсменов юношеского возраста.

Для решения поставленной цели нами были использованы следующие психодиагностические методы: тест диспозиционного оптимизма, в адаптации Т.О. Гордеевой, О.А. Сычева, Е.Н. Осина, Опросник «Шкала базисных убеждений» Р. Янофф-Бульман в адаптации М.А. Падун, А.В. Котельниковой. В исследовании приняли участие 30 спортсменов, в возрасте 18-19 лет.

Согласно результатам корреляционного анализа, убежденность спортсменов в справедливости получаемых результатов, уверенность в ценности и значимости собственных усилий в процессе деятельности и высокая оценка собственных возможностей способствуют формированию диспозиционного оптимизма, уверенности в получении позитивных результатов и готовности прилагать для этого усилия, снижению ожидания негативных результатов в процессе спортивной деятельности. Уверенность в подконтрольности происходящего снижает ожидания неудачных и низких результатов деятельности. Спортсмены юношеского возраста, убежденные в справедливости и подконтрольности получаемых результатов, уверенные в своих способностях, склонны ставить высокие цели и ориентироваться на положительные результаты.

Литература:

1. Босенко, Ю. М. Взаимосвязь мотивационных установок с базисными убеждениями о себе и мире у спортсменов // Материалы научной и научно-методической конференции профессорско-преподавательского состава Кубанского государственного университета физической культуры, спорта и туризма. – 2017. – № 1. – 211 с.
2. Богомаз, С. А. Позитивная система базисных убеждений как фундамент развития личностной зрелости у студентов-первокурсников / С. А. Богомаз, А. Л. Рубанова, Ю. А. Шухлова // Медицинская психология в России. – 2014. – № 2. – 13 с.
3. Горская, Г. Б. Личность как ресурс конкурентоспособности спортсменов высокой квалификации // Рудиковские чтения : материалы XII Международной научно-практической конференции психологов физической культуры и спорта. – 2016. – С. 21–26.

4. Berengüi, R., Enrique, J. Garcés de losFayos Ruiz, Francisco, J. Montero, O., Ricardo de la Vega Marcos, José MaríaLópezGullón Optimism and Burnout in Competitive Sport // Psychology. – 2013. – Vol.4. – P. 13–18.
5. Carver, C. S., Scheier, M. F., Segerstrom, S. C. Optimism // Clinical Psychology Review 30. – 2010. – P. 879–889.
7. Naveira, A. G., Morales J. F. D. Relacion entre optimismo/pesimismo disposicional, rendimiento y edad en jugadores de futbol de completion // Iberoamericana de Psicologia del Ejercicio y el Deporte. – 2010. – Vol. 5. – P. 45–60.
8. Morgan, P. B. C., Fletcher, D., Sarkar, M. Understanding team resilience in the world best athletes: a case study og rugby union World Cup winning team // Psychology of sport and exercise. – 2015. – Vol. 16. – P. 91–100.
9. Janoff-Bulman, R. Rebuilding shattered assumption after traumatic life events: Coping process and outcomes // Coping: the psychology of what works. N.Y.: Oxford University Press.1998.

УДК: 159.922.6

ОСОБЕННОСТИ ВЗАИМОСВЯЗИ ЭМПАТИИ И ТРЕВОЖНОСТИ В ПОДРОСТОВОМ ВОЗРАСТЕ

Кандидат психологических наук А.А. Дубовова
Кандидат педагогических наук, доцент Е.А. Пархоменко

Кафедра психологии

*Контактная информация для переписки: 350015, Россия, г. Краснодар, ул. Буденного, 161,
e-mail: dubovova@list.ru*

Аннотация. В статье рассматриваются результаты исследования показателей эмпатии и тревожности у детей подросткового возраста. Было установлено, что наиболее сформированным компонентом эмпатии для данного возраста является эмпатия с детьми и с родителями. При этом уровень тревожности соответствует среднему. Между изучаемыми показателями были установлены статистически достоверные корреляционные связи.

Ключевые слова: эмпатия, тревожность, подростковый возраст.

Подростковый возраст является сложным и противоречивым этапом в жизни человека. Современные подростки имеют большие возможности для своего развития, которые с одной стороны могут способствовать гармоничному развитию, а с другой – стать причиной повышенной тревожности. Эмоциональная сфера подростка является сложной системой, постоянно изменяющаяся под влиянием внешней среды.

К одним из ключевых характеристик подросткового возраста относятся особенности развития эмоциональной сферы, в частности эмпатии, тревожности. Эмпатия в психологии рассматривается как отзывчивость человека на переживания другого; как разновидность социальных эмоций, основанная на механизме децентрации и выражающаяся в высших личностных формах поведения: сочувствии, сопереживании, сострадании, сорадовании [1, 4]. Эмпатия играет важную роль в сфере общения подростка. Необходимость проявлять эмпатию возникает с потребностью подростка в принадлежности к значимой для него социальной группе. Высокий уровень сформированности эмпатии позволяет подростку не только успешно реализовывать свою потребность в общении со сверстниками, но и выстраивать отношения с родителями, учителями.

Особенности проявления тревожности заключается в том, что подросток часто склонен видеть беспочвенную угрозу, которая становится источником проблем в разных сферах жизнедеятельности, в том числе и общения, учебной деятельности и др. [2, 3, 5].

Проблема изучения таких составляющих эмоциональной сферы, как эмпатия и тревожность, в аспекте их взаимосвязи особенно актуальна, так как эти психологические феномены играют значительную роль в жизни, развитии подростка.

В исследовании принимали участие 30 человек, возрастной диапазон от 11 до 12 лет. Методы исследования: опросник «Диагностика уровня

поликommункативной эмпатии» (И.М. Юсупов), «Тест школьной тревожности» Филлипса.

Анализ полученных результатов выявил, что эмпатия у подростков находится на среднем уровне. Также установлено, что наиболее сформирована эмпатия в отношении родителей и детей. Наименее развита у учащихся 5 класса эмпатия со стариками.

Результаты по показателям тревожности свидетельствуют о том, у подростков 11-12 лет преобладает нормальный уровень тревожности. Наибольшим источником переживаний для подростков являются: социальный стресс, страх самовыражения, а также проблемы и страхи в отношениях с учителями.

Корреляционный анализ по изучаемым показателям выявил обратную взаимосвязь между уровнем эмпатии с детьми и показателями тревожности. Чем выше эмпатия в отношениях с детьми, тем ниже тревожность подростка в школе, в социальных ситуациях, выше сопротивляемость стрессу. Также было установлено, что показатель эмпатии с детьми отрицательно связан с показателем переживания социального стресса. Это свидетельствует о том, что дети являются ресурсом, который способствует снижению уровня тревожности. При общении со сверстниками учащиеся 5 класса чувствуют большую защищенность, тем самым снижая уровень тревожности. Развитые эмпатические способности детей 11-12 летнего возраста в этой сфере уменьшают страх самовыражения: чем сильнее подросток понимает своих сверстников или тех, кто младше его, чувствует себя принятым, значимым в группе своих сверстников, тем свободнее он демонстрирует свои возможности, меньше страх самовыражения, самораскрытия.

Таким образом, эмпатические способности в подростковом возрасте могут стать одним из ресурсов по снижению уровня тревожности, в частности тревожности связанной с демонстрацией своих способностей, самовыражения.

Литература:

1. Волчкова, Н. И. Особенности эмпатии у современных подростков // Психология, социология и педагогика. – 2012. – № 6.
2. Дробышева, К. А. Особенности взаимосвязи компонентов образовательной среды с тревожностью в подростковом возрасте // Тезисы докладов XXXXIII научной конференции студентов и молодых ученых Кубанского государственного университета физической культуры, спорта и туризма : материалы научной конференции. Кубанский государственный университет физической культуры, спорта и туризма. – 2016. – 95 с.
3. Кириллина, С. А. Социально-психологический анализ детерминанты переживаний тревоги у подростков // Национальный психологический журнал. – 2013. – №4 (12).
4. Пархоменко, Е. А. Эмоциональное выгорание как индикатор благополучной социализации в подростковом и юношеском возрасте / Е. А. Пархоменко, А. А. Дубовова // Материалы научной и научно-методической конференции профессорско-преподавательского состава Кубанского государственного университета физической культуры, спорта и туризма. – 2020. – № 1. – С. 248–249.
5. Распопова А.С. Особенности школьной тревожности в подростковом возрасте / А. С. Распопова, С.Г. Габрелян // Актуальные проблемы реализации социального, профессионального и личностного ресурсов человека : материалы III Всероссийской (заочной) научно-практической конференции с международным участием / под ред. Е. В. Харитоновой, Л. А. Эртель. – Краснодар : ИЭиУ МиСС, Парабеллум, 2015.

PSYCHOLOGICAL BURNOUT IN SPORT

Teacher V.V. Ermak¹

Teacher A.S. Poznyak²

Teacher N.S. Degovtsev³

¹*Humanitarian College KSUPEST*

²*Department of adaptive physical education*

³*Department of theory and methods of combat sports,
weightlifting and shooting sports*

*Contact information for correspondence: 350015, Russia, Krasnodar, st. Budyonny, 161,
e-mail: apoznak55@gmail.com*

Abstract. Research on the psychological concept of mental burnout initially focused on specific professions such as nursing, teaching, and social work. Subsequently, based on the similarity of the nature of professional activity, they spread to the field of sports in the form of studying mental burnout in athletes, coaches, managers, and officials.

Key words: burnout, depression, stress, athletes, descriptive research, psychological concept.

Emotional burnout was first seen in the early 1970s. After numerous definitions of the syndrome in a sports context, the definition is currently the most appropriate in this context. Redecke considered burnout as a syndrome consisting of three aspects: physical and emotional exhaustion, a decrease in the sense of accomplishment in sports activity [5].

As for the models of burnout, one of the first theoretical models of the origin of burnout in athletes was the model of cognitive-emotional stress proposed by Smith [4]. Gustafsson and Hussman call it the most influential burnout theory. In addition, it has been empirically shown to be a better model than other classics such as Coakley's social model and Silva's model [2]. Smith defined the syndrome as a response to chronic stress. In particular, Smith conceptualized burnout as a four-component process. The first component is related to the imbalance between requirements and resources. When athletic demands exceed the athlete's ability, the situation can be perceived as stressful. The second component of the process is the cognitive assessment of the situation. This component is influenced by various personal and motivational factors. The third component is physiological responses that can confirm stress scores. The fourth component is behavioral responses, behavioral tasks and coping responses, including decreased performance, interpersonal difficulties, and refusal to play sports [4]. Applying this model to burnout, the situation will be characterized by high demands or conflict with resources, low social support, low autonomy. All of these factors indicate an imbalance between the demands and resources of the athlete. If this imbalance persists over a long period of time, it leads to physical and emotional overload of the body [3].

Stress is an important component explored in the literature decades ago for its effects on mental health. Even some researchers have found that stress has strikingly similar manifestations of symptoms reported by people with chronic fatigue syndrome. Regarding this relationship between stress and burnout, all studies show that stress is a part of burnout, that is, experiencing organizational stress in competitive athletes has been a popular area of research in sports psychologists over the past decade [1].

Literature:

1. Didymus F., Fletcher D. Swimmers' Experiences of Organizational Stress: Exploring the Role of Cognitive Appraisal and Coping Strategies. *Journal of Clinical Sport Psychology*. 2014;8:159–183.
2. Gustafsson H., Skoog T., Davis P., Kentta G., Haberl P. Mindfulness and Its Relationship with Perceived Stress, Affect, and Burnout in Elite Junior Athletes. *Journal of Clinical Sport Psychology*. 2015;9:263–281.
3. Gould D., Tuffey S., Udry E.M., Loehr J. Burnout in competitive junior tennis players: II. Qualitative analysis. *The Sport Psychologist*. 1996;10:341–366.
4. Smith A.L., Gustafsson H., Hassmén P. Peer motivational climate and burnout perceptions of adolescent athletes. *Psychology of Sport and Exercise*. 2010;11:360–453.
5. Raedeke T.D., Smith A.L. *Fitness Information Technology*; Morgantown. West Virginia: 2009. *The Athlete Burnout Questionnaire Test Manual*.

УДК: 796.011.1(470.62)

**ОБЕСПЕЧЕНИЕ ПЕДАГОГИЧЕСКОГО КОНТРОЛЯ ДЛЯ УЧАЩИХСЯ
СРЕДНИХ УЧЕБНЫХ ЗАВЕДЕНИЙ КРАСНОДАРСКОГО КРАЯ
ПО ПРОГРАММЕ «САМБО – В ШКОЛУ»**

Кандидат педагогических наук, доцент И.А. Коротких

Кандидат педагогических наук, доцент И.А. Бушин

Старший преподаватель Ю.С. Андреев

*Кафедра теории и методики спортивных единоборств,
тяжелой атлетики и стрелкового спорта*

*Контактная информация для переписки: 350015, Россия, г. Краснодар, ул. Буденного, 161,
e-mail: sportifbeau@mail.ru.*

Аннотация. В статье представлены результаты работы коллектива кафедры теории и методики спортивных единоборств, тяжелой атлетики и стрелкового спорта КГУФКСТ по реализации Федерального проекта «Самбо – в школу» в школах Краснодарского края. Цель исследования – обеспечение педагогического контроля по программе «Самбо – в школу» для учащихся средних учебных заведений Краснодарского края.

Ключевые слова: самбо, педагогический контроль, спортивные единоборства, образовательный компонент.

Выбор самбо в качестве вида спорта, который предлагается к изучению третьим уроком физической культуры в школе не случаен, а имеет под собой историческую, политическую и методологическую основу.

Система самбо (аббревиатура от «самооборона без оружия»), родившиеся в СССР в 30-х годах XX века, является национальным достоянием России. Кроме системы самбо, в мире существуют еще несколько примеров использования средств спортивных единоборств в качестве образовательного компонента в системе школьного образования, в частности, это: дзюдо в Японии, ушу в Китае, тхэквондо в Корее и сават во Франции. Каждая из этих систем, кроме направления в качестве спортивного единоборства, имеет еще такие разделы, как: самооборона и воспитание этических качеств занимающихся.

Уникальность самбо заключается в том, что эта система впитала в себя все лучшее из национальных видов единоборств народов, населяющих Советский Союз и общепризнанных мировых видов боевых искусств. Система самбо является национальным достоянием России в области физического воспитания и спорта.

Отличительной особенностью системы единоборств, в частности системы самбо, от других спортивных единоборств, является возможность заниматься данным видом деятельности с образовательной и оздоровительной целью.

В проекте «Самбо в школу» главное это не подготовка к участию в конкретных соревнованиях по борьбе самбо, а процесс овладения полезными

для жизни и интересными двигательными умениями и навыками для формирования хорошего уровня здоровья и правильных духовных ориентиров.

Актуальность темы исследования обусловлена необходимостью обеспечения программы «Самбо в школу» системой педагогического контроля с целью обучения школьников самбо как развивающей системой, что может позволить заниматься длительное время (всю жизнь) физической культурой в форме боевого искусства.

За основу педагогического контроля нами была принята система аттестации на цветные пояса, которая принята во многих единоборствах. Эту систему педагогического контроля впервые применил в конце XIX века Дзигоро Кано, которого многие считают основоположником системы дзюдо. С тех пор поясная система стала использоваться другими восточными боевыми искусствами, включая каратэ, тхэквондо и другие. В источниках специальной литературы имеются данные по адаптации и использованию педагогического контроля в форме аттестации на цветные пояса (повязки), для видов спорта не относящихся к восточным боевым искусствам. В настоящее время, поясную систему адаптировали и успешно применяют в виде спорта рукопашный бой. Были попытки адаптации подобной цветовой градации для видов бокса, борьбы.

Очевидна ценность использования данной системы педагогического контроля технико-тактических навыков и физических кондиций, так как соответствует педагогическим принципам.

По нашему мнению, использование данной системы в самбо, позволит систематизировать необходимый объем техники и повысить мотивационный компонент, это в свою очередь отразится на эффективности освоения техники самбо.

Для разработки поясной системы в самбо необходимо разработать аттестационные требования, включающие в себя: распределение техники по координационной и кондиционной сложности, определить объем и содержание техники в соответствии с цветом пояса, разработать критерии оценки.

Литература:

1. Кано Дзигаро. Кодокан Дзюдо. Ростов на Дону : «Феникс», 2000. – 222 с.
2. Харлампиев, А. А. Борьба Самбо / А. А. Харлампиев. – Москва : ЕЕ Медиа, 2015. – 801 с.
3. Шулика, Ю. А. Дзюдо. Система и борьба : учебник для СДЮСШОР, спортивных факультетов педагогических институтов, техникумов физической культуры и училищ олимпийского резерва / Ю. А. Шулика и др. – Ростов н/Д : Феникс, 2006. – 800 с.
4. Шулика, Ю. А. Самозащита без оружия и прикладные единоборства / Ю. А. Шулика, В. А. Самойленко, А. А. Саликов. – Краснодар : Краснодарские известия, 2002. – 119 с.
5. Кано Дзигаро. Кодокан Дзюдо. Ростов на Дону : «Феникс», 2000. – 222 с.
6. Особенности борьбы самбо как вида спорта – Статья – Электрон. текстовые дан. – / 09.08.2018. – Режим доступа: <https://infourok.ru/osobennosti-vozdeystviya-sambo-kak-vida-sporta-na-funkcii-organizma-i-fizicheskie-kachestva-968847.html>, свободный.

**ПОВЫШЕНИЕ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ
ОБУЧАЮЩИХСЯ 6-9 КЛАССОВ СЕЛЬСКОЙ ШКОЛЫ
ПО ОКОНЧАНИИ СОЦИАЛЬНОЙ ИЗОЛЯЦИИ
В УСЛОВИЯХ ЭПИДЕМИИ**

Кандидат педагогических наук, доцент М.В. Махинова¹

Преподаватель А.В. Колмыков²

Преподаватель М.А. Колмыкова²

¹*Кафедра теории, истории и методики физической культуры, КГУФКСТ*

²*Кафедра теории, истории и методики физической культуры*

ОСПО КФ РЭУ им. Г.В. Плеханова

*Контактная информация для переписки: 350015, Россия, г. Краснодар, ул. Буденного, 161,
e-mail: maya-m70@mail.ru*

Аннотация. Изучается проблема снижения физической подготовленности школьников 6-9 классов в условиях социальной изоляции из-за эпидемии COVID-19. В исследовании представлены дополнительные доказательства эффективности экспериментальной программы по физическому воспитанию в сельской школе.

Ключевые слова: социальная изоляция, обучающиеся 6-9 классов, эпидемия COVID-19, сельская школа, экспериментальная программа, физическое воспитание.

В настоящее время серьезной проблемой национального здравоохранения во многих экономически развитых странах мира является отсутствие физической активности в условиях социальной изоляции. Доказательства негативного воздействия социальной изоляции на здоровье детей убедительны [2, 5, 6].

Снижение уровня физической подготовленности по этой причине у детей чаще всего связана с повышенным риском ухудшения их физического и психического здоровья. При этом в современных исследованиях отмечается, что уровень физической подготовки обучающихся в настоящее время снижается [1, 4].

Таким образом, для изменения данной ситуации необходимо обратить внимание на обеспечение регулярной и интенсивной физической активности детей, а также найти способы изменить отношение и поведение детей к физической активности. Для этого должны быть разработаны и протестированы экспериментальные (многокомпонентные) программы, позволяющие распространить обучение, как на школьную площадку, так и на дом, что потенциально увеличивает влияние этих программ на результаты в отношении детей к физической активности и изменение их поведения. Данные программы должны ссылаться на достоверные теории обучения и воспитания, гарантирующие повышение физической подготовленности детей.

Программа физического воспитания, реализуемая сельской школой может служить обществу, только если она выполняется и используется надлежащим образом.

В сложившейся ситуации необходимо более эффективно использовать уроки физической культуры. Некоторые из негативных последствий в экономике, связанные с пандемией могут в дальнейшем привести к ограничению ресурсов и оборудования, сокращению государственных расходов на образование, могут быть также затруднены возможности профессионального развития и др.

Способность учителей физической культуры проявлять творческий подход и создавать благоприятную среду для физической активности облегчает все имеющиеся проблемы нехватки современного оборудования, тренажеров или спортивного инвентаря в сельских школах [3].

Основная цель исследования состояла в том, чтобы помочь учителям физической культуры в реализации такой программы физического воспитания, которая гарантировала бы, что учащиеся улучшат свою общую физическую форму. Были изучены три основные области: характеристики успешной и эффективной программы физического воспитания, мотивация учителей физического воспитания к улучшению преподавания физической культуры и восприятие самими учащимися физического воспитания в современных школах.

Поиск эффективных способов повышения физической подготовленности учащихся и расширения их участия в физической активности привел к разработке экспериментальной (многокомпонентной) программы, призванной изменить отношение детей к физической активности. Программа основана на социальной когнитивной теории А. Бандуры. Особенностью программы является то, что она направлена на содействие развитию и поддержанию положительного отношения к физической активности обучающихся 6-9 классов путем изменения их поведения с помощью мер социальной поддержки, поощрения самоэффективности, формирования поддерживающей среды, удовольствия.

Педагогический эксперимент проводился на базе МБОУ ООШ №7 в Белореченском районе, пос. Заречный, Краснодарского края для оценки эффективности экспериментальной программы, внедряемой в учебный процесс.

Эффективность программы оценивалась с помощью анкетирования и тестирования физической подготовленности. Участникам исследования предлагалась анкета с 5-балльной шкалой типа Лайкерта с ответами от 1 (категорически не согласен) до 5 (полностью согласен) в результате чего создавался диапазон от 5 до 25 баллов, где оценка 5-11 баллов указывала на низкую «благоприятную среду», оценка 12-16 баллов указывала на среднюю «благоприятную среду», оценка 17-21 указывала на высокую «благоприятную среду», оценка 22-25 указывала на очень высокую для занятий физической активностью в школе.

Оценка один указывает на низкий уровень физической активности в школе (например, отсутствие оборудования, спортивного инвентаря, игровых площадок). Пример утверждения: «В нашей школе имеется достаточное количество спортивного инвентаря, которым школьники могут пользоваться во время перемен и обеденных перерывов» (рисунок).

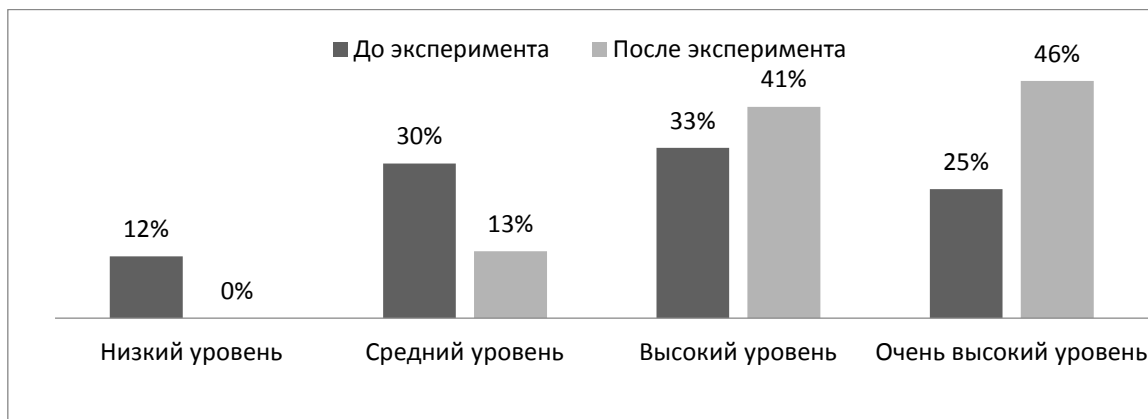


Рисунок – Прирост участников отметивших высокий уровень «Благоприятной среды» после внедрения программы

По результатам первого и второго тестирования физической подготовленности было проведено сравнение результатов (в отдельных тестовых упражнениях) в каждой группе. Анализ результатов тестирования показал, что с сентября по май 2020 г. достоверно повысилась физическая подготовленность обучающихся.

Проведенное исследование позволило сделать вывод об эффективности предложенной программы.

Литература:

1. Рафаилович, А. Б. Тестирование физической подготовленности и физическая тренировка школьников : автореф. дис...канд. педагогических наук: 13.00.04 / А. Б. Рафаилович ; Московская гос. акад. физ. культуры. – Малаховка, 2009. – 26 с.
2. Сайт Всемирной организации здравоохранения [электронный ресурс] / Глобальные рекомендации по физической активности для здоровья. – Режим доступа: who.int/dietphysicalactivity/factsheet_recomendations/ru/, свободный. – Дата обращения. 08.11.2020.
3. Ушакова, Л. В. Мотивация профессионального развития учителей физической культуры в новой парадигме образования / Л. В. Ушакова // Педагогика, психология в условиях непрерывности образования. – 2020. – С. 145–149.
4. Шариффулина, С. Р. Физическая подготовленность сельских школьников / С. Р. Шариффулина // Перспективы науки. – 2019. – №11. – С. 156–158.
5. Щербакова, А. С. Социально-психологические последствия социальной изоляции населения в период пандемии COVID-19 / А. С. Щербакова, М. С. Босов, О. В. Борисова // Социальная интеграция и развитие этнокультур в Евразийском пространстве. – 2020. – №9. – С. 262–265.
6. Huang, R. H., Liu, D. J., Amelina, N., Yang, J. F., Zhuang, R. X., Chang, T. W., & Cheng, W. (2020). Guidance on Active Learning at Home during Educational Disruption: Promoting student's self-regulation skills in COVID-19 outbreak. Beijing: Smart Learning Institute of Beijing Normal University.

УДК: 796.011.1

СТАТИСТИЧЕСКИЙ АНАЛИЗ УЧАСТИЯ РЕГИОНОВ РОССИИ ВО ВСЕРОССИЙСКОЙ ОЛИМПИАДЕ ШКОЛЬНИКОВ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ ЗА 2016-2020 ГОДА

Кандидат педагогических наук, доцент Е.А. Пархоменко

Кандидат педагогических наук Т.А. Банникова

Магистрант В.В. Кузьмина

Кафедра психологии

*Контактная информация для переписки: 350015, Россия, г. Краснодар, ул. Буденного, 161,
e-mail: vikakuzmina2809@mail.ru*

Аннотация. В статье рассматривается статистический анализ участия молодежи регионов России во Всероссийской олимпиаде школьников по физической культуре. Статистический анализ результатов участия регионов во Всероссийской олимпиаде школьников по физической культуре показывает, что индикаторы удельных единиц за период 2015-2020 учебного года имеют тенденцию понижения. Данный анализ необходим в вопросе изучения причин отсутствия победителей из Краснодарского края, что вызывает некоторое недоумение, так как наш регион по праву может считаться олимпийским.

Ключевые слова: Всероссийская олимпиада школьников, физическая культура, статистический анализ.

Правительство России придает большое значение физической культуре и спорту. Именно физическая культура способна развивать гармоничную личность и адаптировать молодежь к реальной жизни. Основным аспектом в процессе физического развития населения являются квалифицированные кадры, подготавливаемые в вузах, а также популяризация здорового образа жизни и занятий физической культурой [1, с. 251]. Однако помимо занятий спортом, необходимо проводить и значительную теоретическую подготовку населения в области физической культуры и спорта чему способствует проведение олимпиад среди школьников, популярность которых и является основным предметом нашего исследования [2, с. 104].

В Российской Федерации действует одно федеральное устройство с 85 региональными представителями. Особый интерес при статистическом анализе представляют регионы-лидеры, с 1-го по 8-е место, а также Краснодарский край. Проанализированы данные распределения регионов по рейтингу результатов за период проведения Всероссийской олимпиады школьников с 2016 по 2020 учебный год (таблица 1).

Осуществлялся мониторинг статистических данных, представленных на сайтах Olimpiada.ru, Министерства образования, науки и молодежной политики Краснодарского края.

Анализируя данные представленные в таблице можно сделать следующие выводы:

- первые четыре региона в рейтинге, в период с 2016 по 2020 учебный год были очень стабильными, при этом оставались неизменными;
- Кировская область (7-е место) и Челябинская область (9-е место) имеют стабильные позиции;
- г. Санкт-Петербург двинулся вверх на одну позицию и стал 5-м; Вологодская область поднялась на два места и стала занимать 6-ое место рейтинга; с 2016 года Калининградская область набирала баллы с потенциальным ростом на шесть пунктов на 8-ое рейтинговое места к 2020 году. Также, заслуживает уважения регион, занимающий 10-е место, который поднялся на восемь позиций в течение пяти лет (Хабаровский край).
- Краснодарский край потерял 4 позиции и переместился на 58-е место.

Таблица

Распределение регионов по рейтингу результатов за период проведения
Всероссийской олимпиады школьников 2016-2020 учебный год
(удельные единицы)

Место	Регион	2016	2017	2018	2019	2020
1 (=)	город Москва	4,77	5,68	6,61	7,25	7,51
2 (=)	Республика Мордовия	4,21	5,56	5,95	6,08	5,04
3 (=)	Удмуртская Республика	3,15	3,49	4,61	5,95	4,06
4 (=)	Республика Татарстан	2,84	3,65	3,61	3,58	3,81
5 (+1)	город Санкт-Петербург	4,21	3,91	3,78	3,41	3,46
6 (+2)	Вологодская область	2,28	2,09	1,68	2,11	2,30
7 (=)	Кировская область	3,36	3,77	3,01	3,03	1,88
8 (+6)	Калининградская область	1,25	0,52	0,72	1,52	1,61
9 (=)	Челябинская область	1,91	2,13	2,05	1,94	1,57
10 (+8)	Хабаровский край	0,46	0,46	0,91	1,27	1,52
...						
58 (-4)	Краснодарский край	0,56	0,72	0,58	0,42	0,38

Анализируя полученные данные Росстата (2020), количество дипломов победителей и призеров по результатам Всероссийской олимпиады школьников в 2020 году следует отметить, что в сумме было выдано 2254 диплома (371 победитель и 1883 призера). То есть почти две тысячи участников олимпиады смогут получить дополнительные баллы при поступлении в профильные вузы, а победители имеют право поступления без сдачи вступительных испытаний, проводимых вузом самостоятельно [4, с. 94].

Анализируя статистику различных регионов страны, нас интересуют данные, отображаемые индикаторами в нашем регионе. Анализ результатов показывает, что индикаторы удельных единиц за период 2015-2020 учебного года имеют тенденцию понижения. Таким образом, между 2015 и 2016 годами наблюдается тенденция постепенного прогрессирующего изменения, с 0.55 (у.е.) до максимально значения за весь период - 0.71 (у.е.). На самом деле, в этот период развитие олимпиадного движения было на пике развития в Краснодарском крае, и, как подтверждается количеством участников, это количество было в несколько раз больше, чем сегодня [5, с. 167].

Тенденция понижения с 2017 года по настоящее время составляет 0,59 у.е. до - 0,39 у.е. в 2020 году. В последние годы наш регион выставляет по физической культуре, так называемую «единичку», то есть один ребенок, является представителем от всей нашей Кубани.

Таким образом, следует отметить, что олимпиадное движение в Краснодарском крае, как и во всей России, переживает нелучший период. Назрела необходимость коренным образом модернизировать систему работы с одаренными школьниками посредством использования инновационных средств, методов, методик подготовки школьников.

Литература:

1. Барчуков, И. С. Физическая культура и физическая подготовка : учебник / И. С. Барчуков. – Москва : Советский спорт, 2013. – 431 с.
2. Годик, М. А. Контроль тренировочных и соревновательных нагрузок / М. А. Годик. – Москва : Физкультура и спорт, 2010. – 136 с.
3. Железняк, Ю. Д. Основы научно-методической деятельности в физической культуре и спорте / Ю. Д. Железняк. – Москва : Академия (Academia), 2016. – 382 с.
4. Новиков, А. М. Методология научного исследования: учебно-методическое пособие / А. М. Новиков. – Москва : Либроком, 2015. – 284 с.
5. Ревенко, Е. М. Физическое воспитание и индивидуальные особенности возрастного развития / Е. М. Ревенко // Образование и наука. – 2017. – №2. – С. 160–179.

УДК: 796.011.1(470.62)

АНАЛИЗ СТАТИСТИЧЕСКИХ ДАННЫХ ПОБЕДИТЕЛЕЙ И ПРИЗЕРОВ ВО ВСЕРОССИЙСКОЙ ОЛИМПИАДЕ ШКОЛЬНИКОВ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ КРАСНОДАРСКОГО КРАЯ

Кандидат педагогических наук, доцент Е.А. Пархоменко

Кандидат педагогических наук Т.А. Банникова

Магистрант В.В. Кузьмина

Кафедра психологии

Контактная информация для переписки: 350015, Россия, г. Краснодар, ул. Буденного, 161,

e-mail: vikakuzmina2809@mail.ru

Аннотация. В статье рассматриваются статистические данные победителей и призеров во всероссийской олимпиаде школьников по физической культуре Краснодарского края. В анализе результатов Всероссийской олимпиады школьников по физической культуре в Краснодарском крае нас интересуют данные по предмету физической культуры. В олимпиадных испытаниях 2019-2020 году на региональном этапе участвовали 63 ребенка. Однако при этом Краснодарский край не является лидером по количеству призеров и победителей по России, что и является предметом изучения в данной статье.

Ключевые слова: Всероссийская олимпиада школьников, физическая культура, статистический анализ.

На Кубани ежегодно в Олимпиаде участвует большое количество учащихся, обучающихся в общеобразовательных школах. Согласно статистическому отчету Центра развития одаренности, более 200 тысяч школьников принимают участие в школьном этапе, около 50 тысяч в муниципальном этапе и более 1500 выходит на регион (по всем 24 предметам).

В анализе результатов Всероссийской олимпиады школьников по физической культуре в Краснодарском крае нас интересуют данные по предмету физическая культура.

Согласно регламенту, мероприятие делится на два этапа: теоретический и практический. Теоретическое задание включают 18 вопросов, которые необходимо решить в течение 45 минут. Это задание включает вопросы по основам терминологии предмета физическая культура и также вопросы для сравнения. В этом году участников просят решать математические задачи, но когда дело касается физической культуры, необходимо рассчитать максимальный вес, который может поднять спортсмен.

Следует отметить, что по результатам теоретических исследований средний групповой балл для девочек несколько выше – 40% и для мальчиков – 36,75%. Следует отметить, что максимальная оценка не может превышать 40 баллов.

То есть, теоретические знания учащихся 9-11 классов в региональном этапе Всероссийской олимпиады школьников по физической культуре ниже

среднего уровня. Мы можем предположить, что низкий уровень теоретической подготовленности обучающихся к теоретическому туру регионального этапа Всероссийской олимпиады школьников по физической культуре связан с недостаточной теоретической подготовкой их в школе по предмету физическая культура [1, с. 180].

Практический тур в региональном этапе Всероссийской олимпиады школьников по физической культуре, предлагал на выбор региону контрольные испытания из четырех видов (гимнастика, легкая атлетика, спортивные игры, кроссовая (лыжная) подготовка) необходимо выбрать два. Наш регион, последние несколько лет, выбирает гимнастику и спортивные игры (баскетбол); город Москва – легкая атлетика и спортивные игры; Республика Мордовия и Удмуртия – легкая атлетика и гимнастика [2, с. 142].

Суммарный показатель оценки контрольных испытаний практического тура у юношей и девушек, участников регионального этапа Всероссийской олимпиады школьников по физической культуре представлен на рисунке.

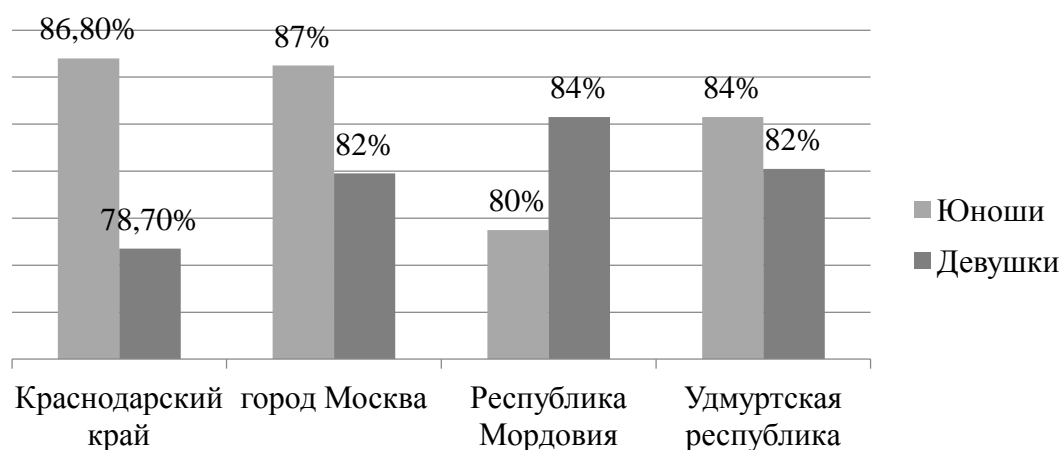


Рисунок – Суммарный показатель оценки контрольных испытаний практического тура у юношей и девушек, участников регионального этапа Всероссийской олимпиады школьников по физической культуре (%)

Данные представленные на рисунке, показывают, что все участники четырех регионов имеют высокую физическую подготовку. В целом, стоит отметить, что выполнение контрольных испытаний требует от участников большой настойчивости, мотивации для достижения успеха, а также отличной физической подготовки [3, с. 134].

В нашей области исследований по физической культуре накоплены статистические данные за многие годы, которые подтверждают, что олимпийское движение зародилось на Кубани очень давно и имеет богатую память о прошлых победах. Данные ясно показывают, что, начиная со школьного этапа, необходимо кардинально изменить процесс подготовки участников на всех этапах Всероссийской олимпиады школьников по физической культуре [4, с. 101].

Анализируя данные победителей, мы наблюдаем картину, что только один ребенок из нашего края становится победителем. Можно заключить,

Краснодарский край готовит 1 – 2 ребенка, которые не могут конкурировать в силу многих причин.

Таким образом, проблемы теоретического обучения школьников, участвующих в олимпиаде, заключаются в следующем: формирование требований к знаниям должно основываться на базовых нормах комплексного плана предмета физическая культура, а учебная программа должна быть расширена в виде дополнительного образования, чтобы интеллектуальное обучение могло быть усилено и расширено.

Только полное взаимодействие и общие интересы всех участников образования, сложившихся в сфере олимпиадного движения за последний год, в первую очередь родителей, обучающихся и учителей, могут изменить эту ситуацию. Кроме того, динамика снижения показателей по физической культуре в рамках регионального и заключительного этапов Всероссийской олимпиады школьников по физической культуре прослеживается во всех частях нашей страны.

Литература:

1. Барчуков, И. С. Физическая культура и физическая подготовка : учебник / И. С. Барчуков. – Москва : Советский спорт, 2013. – 431 с.
2. Годик, М. А. Контроль тренировочных и соревновательных нагрузок / М. А. Годик. – Москва : Физкультура и спорт, 2010. – 136 с.
3. Железняк, Ю. Д. Основы научно-методической деятельности в физической культуре и спорте / Ю. Д. Железняк. – Москва : Академия (Academia), 2016. – 382 с.
4. Новиков, А. М. Методология научного исследования : учебно-методическое пособие / А. М. Новиков. – Москва : Либроком, 2015. – 284 с.
5. Ревенко, Е. М. Физическое воспитание и индивидуальные особенности возрастного развития / Е. М. Ревенко // Образование и наука. – 2017. – №2. – С. 160–179.

ПСИХОЛОГИЧЕСКОЕ ВЫГОРАНИЕ В СПОРТЕ

Преподаватель А.С. Позняк¹

Преподаватель А.В. Деговцева¹

Преподаватель Н.С. Деговцев²

¹*Кафедра адаптивной физической культуры*

²*Кафедра теории и методики спортивных единоборств,
тяжелой атлетики и стрелкового спорта*

*Контактная информация для переписки: 350015, Россия, г. Краснодар, ул. Буденного, 161,
e-mail: apoznak55@gmail.com*

Аннотация. Исследования, посвященные психологическому концепту психического выгорания, первоначально фокусировались на определенных профессиях, таких как уход за больными, преподавание, социальная работа. Впоследствии на основании сходства природы профессиональной деятельности они распространились и на сферу спорта в форме изучения психического выгорания у спортсменов, тренеров, руководителей, официальных лиц.

Ключевые слова: эмоциональное выгорание, депрессия, стресс, спортсмены, описательное исследование, психологический концепт.

Эмоциональное выгорание впервые было рассмотрено в начале 1970-х. После многочисленных определений синдрома в спортивном контексте, в настоящее время определение является наиболее приемлемым в этом контексте. Редке рассмотрел выгорание как синдром, состоящий из трех аспектов: физическое и эмоциональное истощение, снижение чувства выполненного долга в спортивной деятельности [5].

Что касается моделей выгорания, одной из первых теоретических моделей происхождения выгорания у спортсменов была модель когнитивно-эмоционального стресса, предложенная Смитом [4]. Густафссон и Хасмен называют ее наиболее влиятельной теорией выгорания. Кроме того, эмпирически было показано, что она является лучшей моделью по сравнению с другими классическими, такими как социальная модель Коакли и модель Сильвы [2]. Смит определил синдром как реакцию перед хроническим стрессом. В частности, Смит концептуализировал выгорание как процесс, состоящий из четырех компонентов. Первый компонент связан с дисбалансом между требованиями и ресурсами. Когда спортивные требования превышают возможности спортсмена, ситуация может восприниматься как стрессовая. Второй компонент процесса - когнитивная оценка ситуации. На этот компонент влияют различные личностные и мотивационные факторы. Третий компонент - это физиологические реакции, которые могут подтвердить оценку стресса. Четвертый компонент - это поведенческие реакции, задачи поведения и реакции совладания, в том числе снижение производительности, межличностные трудности, а также отказ от занятий спортом [4]. Применяя эту

модель к выгоранию, ситуация будет характеризоваться высокими требованиями или конфликтом с ресурсами, низкой социальной поддержкой, низкой автономией. Все эти факторы указывают на дисбаланс между требованиями и ресурсами спортсмена. Если этот дисбаланс сохраняется в течение длительного периода времени, это приводит к физическим и эмоциональным перегрузкам организма[3].

Стресс – важный компонент, исследованный в литературе много десятилетий назад из-за его влияния на психическое здоровье. Даже некоторые исследователи обнаружили, что стресс имеет поразительно похожие проявления симптомов, о которых сообщают люди с синдромом хронической усталости. Относительно этой связи между стрессом и выгоранием все исследования показывают, что стресс является частью выгорания, то есть переживания организационного стресса конкурентоспособных спортсменов - популярное направление исследований спортивных психологов за последнее десятилетие [1].

Литература:

6. Didymus, F., Fletcher, D. Swimmers' Experiences of Organizational Stress: Exploring the Role of Cognitive Appraisal and Coping Strategies. *Journal of Clinical Sport Psychology*. 2014;8:159–183.

7. Gustafsson, H., Skoog, T., Davis, P., Kentta, G., Haberl P. Mindfulness and Its Relationship with Perceived Stress, Affect, and Burnout in Elite Junior Athletes. *Journal of Clinical Sport Psychology*. 2015;9:263–281.

8. Gould, D., Tuffey, S., Udry, E. M., Loehr, J. Burnout in competitive junior tennis players: II. Qualitative analysis. *The Sport Psychologist*. 1996;10:341–366.

9. Smith, A. L., Gustafsson, H., Hassmén, P. Peer motivational climate and burnout perceptions of adolescent athletes. *Psychology of Sport and Exercise*. 2010;11:360–453.

10. Raedeke, T. D., Smith, A. L. *Fitness Information Technology*; Morgantown. West Virginia: 2009. *The Athlete Burnout Questionnaire Test Manual*.

УДК: 37.02

УЧЕБНАЯ ИНФОРМАЦИЯ И ОСОБЕННОСТИ ЕЕ ПОЛУЧЕНИЯ В ПЕДАГОГИЧЕСКОМ ПРОЦЕССЕ

Кандидат педагогических наук, доцент И.В. Тихонова
Кандидат педагогических наук, доцент Л.В. Жигайлова
Старший преподаватель О.Ф. Барчо

Кафедра теории и методики гимнастики

*Контактная информация для переписки: 350015, Россия, г. Краснодар, ул. Буденного, 161,
e-mail: Tikhonova_I.74@mail.ru*

Аннотация. Учебная информация определяет получение обучающимся знаний в педагогическом процессе от педагога. Получение информации имеет свои особенности, проявляющиеся в зависимости от свойств изучаемого объекта.

Ключевые слова: учебная информация, педагогический процесс, обучающийся.

Получаемая обучающимся учебная информация имеет статус знания, которая обладает возможностью идентифицировать отдельно каждую структурную единицу. Информационная единица обладает структурными связями, позволяющими проявлять гибкость в изменяющихся условиях окружающей среды. В этой связи представляется возможность определить схожесть дидактических закономерностей в получении знаний и формирования двигательного навыка [1, 2].

Следующим способом представления учебной информации могут быть «данные», являющие собой конкретный вид кодированного содержания со смысловым значением. Эти данные могут быть описанием какого-либо явления, идеи, факта, которые имеют определенную ценность для понимания изучаемого объекта и его свойств. Поэтому можно утверждать, что эти данные тоже являются носителями учебной информации [3, 4, 5].

Исходя из вышесказанного, можно обозначить свойства данных:

– отражение свойств изучаемого объекта или явления (репрезентативность);

– точность данных и их представление смысловой форме (точность);

– способность представлять весь объем данных (достоверность).

Кроме того, учебная информация обязательно должна быть:

– объективной;

– полной;

– существенной;

– актуальной;

– реальной.

Исходя из изложенных выше подходов можно схематично представить процесс получения знаний обучающимися как, информационное взаимодействие составных ее компонентов (Рисунок).

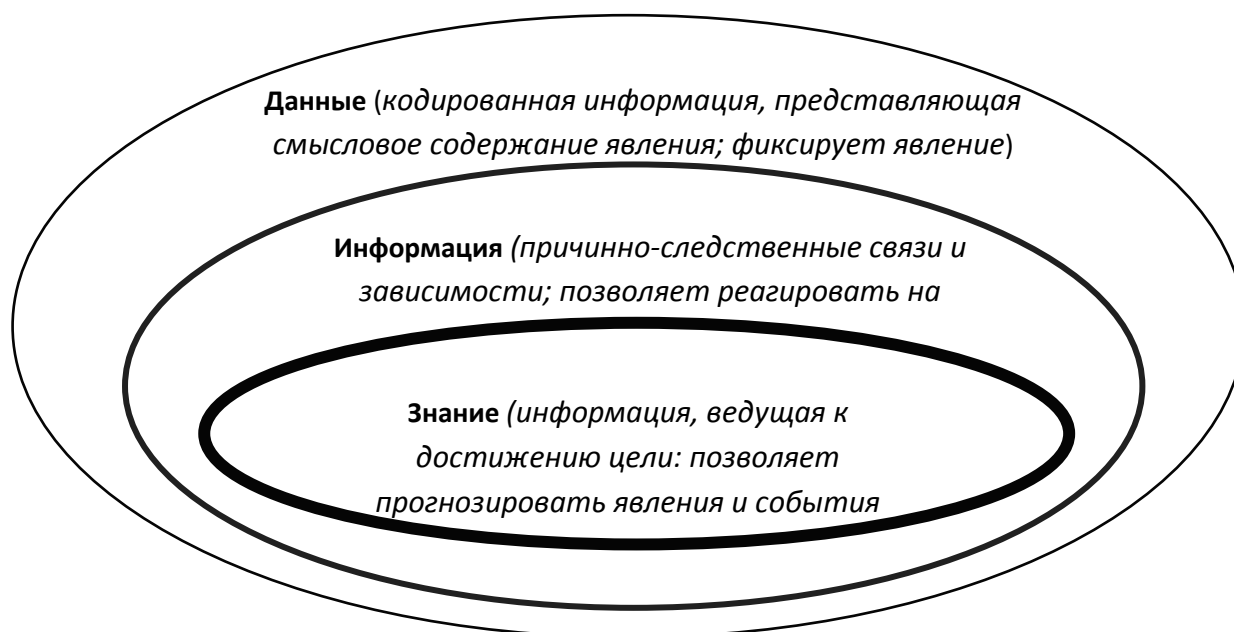


Рисунок – Информационное взаимодействие

Таким образом, обучающий получает учебную информацию при помощи различных репрезентативных систем, затем ее анализирует, сравнивает с имеющейся в памяти, делает заключение. Это приводит к накоплению обучающимся учебной информации в виде знаний и фактов и ее дальнейшем использовании в окружающей действительности.

Литература:

1. Загвязинский, В. И. Теория обучения: Современная интерпретация : учеб. пособие для студ. высш. пед. учеб. заведений / В. И. Загвязинский. – Москва : Академия, 2001. – 192 с.
2. Педагогика : учебник для студ. высш. пед. учеб. заведений / В. А. Сластенин, И. Ф. Исаев, Е. Н. Шиянов ; под ред. В. А. Сластенина. – Москва : Издательский центр «Академия», 2008. – 345 с.
3. Тихонова, И. В. Педагогические закономерности современного обучения и пути их реализации / И. В. Тихонова, М. М. Шестаков, О. Ф. Барчо // Проблемы современного педагогического образования. – 2021. – № 70 (2). – С. 243–246.
4. Тихонова, И. В. Современные технологии обучения и пути их реализации / И. В. Тихонова, К. С. Пигида, И. И. Иванов // Проблемы современного педагогического образования. – 2020. – № 66 (4). – С. 269–272.
5. Чермит, К. Д. Теория и методика физического воспитания: опорные схемы : учеб. пособие / К. Д. Чермит. – Москва : Советский спорт, 2005. – 272 с.

ДИФФЕРЕНЦИРОВАНИЕ ДВИГАТЕЛЬНЫХ И ПСИХОМОТОРНЫХ СПОСОБНОСТЕЙ ВОЕННЫХ ЛЕТЧИКОВ ПО ОСНОВАНИЮ ВЗАИМОСВЯЗИ С ПАРАМЕТРАМИ УПРАВЛЕНИЯ САМОЛЕТОМ

**Доктор педагогических наук, профессор М.М. Шестаков
Соискатель О.В. Сакиркин**

Кафедра теории и методики футбола и регби

*Контактная информация для переписки: 350015, Россия, г. Краснодар, ул. Буденного, 161,
e-mail: shmm@mail.ru*

Аннотация. В статье представлены критериальные характеристики четырех групп профессионально важных двигательных и психомоторных способностей военных летчиков истребительной авиации разных квалификационных категорий, позволяющие их дифференцировать на общие, базовые, профильные и специализированные в зависимости от корреляционных взаимоотношений между этими двумя группами показателей.

Ключевые слова: военные летчики, двигательные способности, психомоторные способности, дифференцированные группы, параметры управления самолетом.

Эффективность деятельности летчика высокоманевренной авиации по управлению самолетом, по мнению специалистов, определяется наличием соответствующих профессионально значимых знаний, умений и навыков, а также уровнем развития требуемых психических процессов, двигательных и психомоторных способностей, которые можно совершенствовать в процессе общей и профессионально-прикладной физической подготовки [1, 2, 3].

Потребность в конкретизации направленности воздействия средств физической подготовки на профессионально значимые для эффективного управления самолетом двигательные и психомоторные способности военных летчиков потребовала проведения исследования по установлению возможности их дифференцирования по основанию взаимосвязи с параметрами управления самолетом [4, 5].

Результаты проведенного анализа корреляционных взаимоотношений позволяют дифференцировать состав рассмотренных показателей уровня развития двигательных и психомоторных способностей по степени их влияния на этапах полета на показатели управления самолетом летчиков истребительной авиации на четыре группы.

Группа общих двигательных и психомоторных способностей. Они взаимосвязаны с показателями управления самолетом на всех этапах выполнения полета у летчиков всех квалификационных категорий.

Группа базовых двигательных и психомоторных способностей. Они взаимосвязаны с показателями управления самолетом на всех этапах

выполнения полета, но только у летчиков конкретных квалификационных категорий.

Группа профильных двигательных и психомоторных способностей. Они взаимосвязаны с показателями управления самолетом на четырех этапах выполнения полета и только у летчиков конкретных квалификационных категорий.

Группа специализированных двигательных и психомоторных способностей. Они взаимосвязаны с показателями управления самолетом на трех и менее этапах выполнения полета и только у летчиков конкретных квалификационных категорий.

Установлено, что к группе общих для всех квалификационных категорий военных летчиков двигательных и психомоторных способностей относятся:

- координационные способности (общие), выраженные во времени выполнения челночного бега 10x10 метров;
- координационные способности (общие), выраженные во времени прохождения по гимнастическому бревну.

Если рассмотреть в качестве примера летчиков третьей квалификационной категории, то у них в состав базовых двигательных и психомоторных способностей входят:

- сила (динамическая), выраженная в количестве сгибаний и разгибаний рук в висе на высокой перекладине;
- сила (статическая), выраженная во времени удержания тела в висе на высокой перекладине на согнутых руках хватом сверху;
- координационные способности (специфические), выраженные в точности реакции на движущийся объект.

Состав профильных двигательных и психомоторных способностей у военных летчиков третьей квалификационной категории представляют:

- быстрота (комплексная), выраженная во времени пробегания 60 метров;
- быстрота (элементарная форма), выраженная во времени выполнения 10 максимально быстрых движений руками через стороны вверх с хлопком над головой;
- выносливость (общая), выраженная во времени пробегания 1000 метров;
- координационные способности (специфические), выраженные в количестве точных реакций на движущийся объект;
- координационные способности (специфические), выраженные в точности воспроизведения временных (5 с) характеристик движений;
- координационные способности (специфические), выраженные в точности воспроизведения силовых (50% от максимального усилия) характеристик движений.

Специализированная же группа двигательных и психомоторных способностей, взаимосвязанных с показателями управления самолетом на трех

и менее этапах выполнения полета, у летчиков третьей квалификационной категории не выявлена.

При этом у летчиков третьей квалификационной категории на разных этапах выполнения полета количество статистически достоверных корреляционных взаимосвязей между показателями уровня развития двигательных и психомоторных способностей, с одной стороны, и показателями управления самолетом, с другой стороны, не одинаково:

- 1) на этапе выполнения взлета – 11,2%;
- 2) на этапе выполнения горизонтального полета – 26,3%;
- 3) на этапе выполнения виража – 7,8%;
- 4) на этапе выполнения захода на посадку – 37,6%;
- 5) на этапе выполнения посадки – 17,1%.

Очевиден факт, что наибольшее суммарное влияние уровень развития двигательных и психомоторных способностей у этих военных летчиков отражается на показателях управления истребителем-перехватчиком, прежде всего, на этапах выполнения горизонтального полета и захода на посадку, а менее всего – на этапе выполнения виража.

В связи с выявленными особенностями корреляционных взаимосвязей между показателями развития двигательных и психомоторных способностей и параметрами управления самолетом представляется очевидным, что процесс физической подготовки летчиков истребительной авиации всех квалификационных категорий должен быть профессионально ориентирован и предусматривать дифференцирование состава и нагрузки используемых физических упражнений.

Литература:

1. Благинин, А. А. Надежность профессиональной деятельности операторов сложных эргатических систем : монография / А. А. Благинин. – Санкт-Петербург : ЛГУ им. А. С. Пушкина, 2006. – 144 с.
2. Благинин, А. А. Способы оптимизации функционального состояния и работоспособности человека в экстремальных условиях / А. А. Благинин. – Санкт-Петербург : ВМедА, 2009. – 68 с.
3. Жданько, И. М. Психолого-педагогические методы развития профессионально важных качеств летчика / И. М. Жданько, И. В. Запечникова // Военный медицинский журнал. – 2013. – № 1. – С. 54–55.
4. Марищук, В. Л. Особенности деятельности военного летчика и физическая подготовка / В. Л. Марищук, А. А. Горелов, А. А. Лотоненко // Культура физическая и здоровье. – 2010. – № 1. – С. 41–44.
5. Шестаков, М. М. Влияние двигательных и психомоторных способностей летчиков на показатели управления самолетом / М. М. Шестаков, О. В. Сакиркин // Физическая культура, спорт – наука и практика. – 2020. – № 3. – С. 3–8.

УДК: 796.696

ФОРМИРОВАНИЕ НАВЫКОВ ПЕРЕДВИЖЕНИЯ НА ЛЫЖЕРОЛЛЕРАХ У ОБУЧАЮЩИХСЯ В КГУФКСТ

**Кандидат педагогических наук, доцент В.З. Яцык
Обучающаяся Н.О. Букреева**

*Кафедра теории и методики зимних видов, велосипедного спорта
и спортивного туризма*

*Контактная информация для переписки: 350015, Россия, г. Краснодар, ул. Буденного, 161,
e-mail: yatsik.vasilij@yandex.ru*

Аннотация. В бесснежных и малоснежных регионах России учебная дисциплина «Лыжная подготовка» может проводиться на лыжероллерах в связи с существенной схожестью техники передвижения на лыжах и лыжероллерах. Целью настоящего исследования являлось повышение эффективности процесса формирования основ техники передвижения на лыжероллерах у обучающихся в университете физической культуры.

Ключевые слова: лыжная подготовка, лыжероллерный спорт, программа, обучение, эффективность,

В ФГОС 3++ по направлению подготовки «физическая культура» учебная дисциплина «Лыжная подготовка» включена в перечень базовых видов спорта. В бесснежных и малоснежных районах нашей страны эта дисциплина, по логике, должна проводиться на лыжероллерах, так как техника передвижения на них имеет высокую степень сходства с техникой передвижения на лыжах [1,5].

Все вышеизложенное настоятельно требует разработки методики начального обучения основам лыжероллерного спорта, так как методическое оснащение практически всех этапов учебно-тренировочного процесса, как в подготовке спортсменов, так и в массовых занятиях в доступной зарубежной и отечественной научной и научно-методической литературе до настоящего времени находится в зачаточном состоянии [6, 7].

Цель дисциплины «Теория и методика обучения базовым видам спорта (Лыжная подготовка)» – формирование у студентов представления о технике передвижения на лыжах (лыжероллерах), методике обучения технике лыжных ходов, повышение уровня физической подготовленности; формирование профессиональных навыков и умений, необходимых будущим педагогам по физической культуре, тренерам для успешного решения основных задач физического воспитания в различных образовательных структурах [2, 3, 4].

Для достижения поставленной цели была разработана программа дисциплины общей трудоёмкостью 108 часов (3 зачетных единицы), из них 48 часов практические занятия, 6 часов лекционные занятия и 54 часа самостоятельная работа.

Лекционный курс включает в себя 5 основных тем: История развития лыжных гонок (1 час); Экипировка лыжника-гонщика, подготовка лыж (0,5

часа); Причины возникновения и меры предупреждения травматизма (0,5 часа); Основы техники передвижения на лыжах (2 часа); Методика обучения способам передвижения на лыжах (2 часа).

Практические занятия предусматривают изучение следующих тем.

1. Основы техники передвижения на лыжах (лыжероллерах) (24 часа): Классические и коньковые лыжные ходы (16 часа); Техника преодоления подъемов, спусков и неровностей (4 часа); торможений и поворотов (4 часа).

2. Методика обучения способам передвижения на лыжах (лыжероллерах) (20 часов): Методика обучения лыжным ходам (12 часов); Обучение преодолению подъемов, спусков и неровностей (4 часа); Обучение способам торможений и поворотов (4 часа);

3. Организация и проведение спортивно- оздоровительных состязаний на лыжах (4 часа): Состязания на лыжах и лыжероллерах (4 часа).
эффективность реализуемой в вузе учебной программы

Эффективность реализуемой программы оценивалась в ходе проведения учебных занятий на факультете адаптивной и оздоровительной физической культуры с сентября по ноябрь 2020 года.

По окончании учебных занятий в соревновательных условиях проводилась экспертная оценка уровня владения основами лыжероллерного спорта обучающимися на 1 курсе факультета адаптивной и оздоровительной физической культуры (65 человек). В результате проведенного до начала занятий анкетного опроса было установлено, что 96,8% студентов не имели предварительной лыжной подготовки, и лишь 3,2% имели представление о лыжном спорте и занимались им непродолжительное время. Поэтому проведение исходного тестирования не имело смысла.

Таблица

Средние баллы оценки техники владения ходами на лыжероллерах на факультете адаптивной и оздоровительной физической культуры по группам

Факультет адаптивной и оздоровительной физической культуры	Достоверность различий между группами						
	1 группа (Фот)	2 группа (Фот)	3 группа (Адапт. ФК)	1 и 2 группы	2 и 3 группы	1 и 3 группы	
Попеременный двухшажный	6,38±1,06	5,88±1,37	6,81±1,16	t	1,26	2,26	1,17
				p	>0,05	<0,05	>0,05
Одновременный бесшажный	7,53±1,07	7,93±0,77	7,56±0,81	t	1,3	1,41	0,09
				p	>0,05	>0,05	>0,05
Одновременный одношажный	6,72±1,88	7,45±1,39	6,73±1,05	t	1,34	1,8	0,02
				p	>0,05	>0,05	>0,05
Коньковый одновременный двухшажный	7,19±1,08	6,42±1,63	7,2±1,11	t	1,73	1,75	0,03
				p	>0,05	>0,05	>0,05
Общий результат	6,95±1,27	6,92±1,29	7,07±1,03	t	0,07	0,4	0,31
				p	>0,05	>0,05	>0,05

Эксперты по десятибалльной шкале оценивали владение студентами техникой следующих способов передвижения на лыжероллерах:

1. Классические ходы: попеременный двухшажный ход, одновременный бесшажный ход, одновременный одношажный ход.

2. Коньковый ход.

Оценивание осуществлялось поточным методом на специально оборудованном отрезке учебного круга длиной 60-80 метров, оценки объявлялись после сдачи всех контрольных упражнений.

Студенты, получившие оценку ниже 5 баллов, считались не овладевшими данным способом передвижения на лыжероллерах.

Статистическая обработка полученных данных показала следующее (табл.)

Анализ полученных результатов показал, что в целом студенты освоили основные способы передвижения на лыжероллерах. Данный факт позволяет с достаточной степенью уверенности утверждать, что реализация предложенной учебной программы по дисциплине «Теория и методика обучения базовым видам спорта (Лыжная подготовка)» с необходимой степенью эффективности формирует у обучаемых требуемые профессиональные качества и обеспечивает необходимый уровень физической и технической подготовленности.

Литература:

1. Горбиков, И. И. Применение лыжероллеров в подготовке лыжников-гонщиков / И. И. Горбиков, А. Н. Зинченко / В книге: Тезисы докладов XXXVIII научной конференции студентов и молодых ученых вузов южного федерального округа. – 2010. – С. 42–43.

2. Лыжная подготовка : учебное пособие / А. М. Рыльцов, В. В. Игнатенков, И. И. Горбиков, Д. С. Сидоренко. – Краснодар : ФГБОУ ВПО КГУФКСТ, 2011. – 194 с.

3. Нихаенко, Н. Н. Лыжная подготовка в КГУФКСТ / Н. Н. Нихаенко, А. А. Нестеренко, И. И. Горбиков / В книге: Тезисы докладов XXXXI научной конференции студентов и молодых ученых вузов южного федерального округа. материалы конференции. Кубанский государственный университет физической культуры, спорта и туризма. – 2013. – С. 88–89.

4. Подгорная, А. С. Признаки заинтересованности студентов в обучении / А.С. Подгорная / В книге: Тезисы докладов XLVI научной конференции студентов и молодых ученых вузов Южного федерального округа : материалы конференции. – 2019. – 53 с.

5. Разновская, С. В. Применение специальных упражнений для профилактики заболеваний и повышения уровня нервно-психической и эмоциональной устойчивости студентов / С. В. Разновская, В. Б. Парамзин / В сборнике: Развитие физической культуры, спорта и туризма: опыт регионов. материалы конференций Института физической культуры, спорта и туризма Петрозаводского государственного университета. Петрозаводский государственный университет. – 2016. – С. 169–172.

6. Федорова, Е. А. Развитие лыжного спорта в Краснодарском крае / Е. А. Федорова, И. И. Горбиков / В книге: Тезисы докладов XXXIX научной конференции студентов и молодых ученых вузов Южного федерального округа : Сборник тезисов. – 2012. – С. 131–132.

7. Яцык, В. З. Методика начального обучения студентов в лыжероллерном спорте / В. З. Яцык, И. И. Горбиков, О. С. Васильченко : материалы научной и научно-методической конференции профессорско-преподавательского состава Кубанского государственного университета физической культуры, спорта и туризма. – 2014. – № 1. – С. 226–227.

Научное издание

**МАТЕРИАЛЫ
НАУЧНОЙ И НАУЧНО-МЕТОДИЧЕСКОЙ КОНФЕРЕНЦИИ
ПРОФЕССОРСКО-ПРЕПОДАВАТЕЛЬСКОГО СОСТАВА
КУБАНСКОГО ГОСУДАРСТВЕННОГО УНИВЕРСИТЕТА
ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ, СПОРТА И ТУРИЗМА
(17-24 МАЯ 2021 ГОДА, Г. КРАСНОДАР)**

Материалы конференции

Ответственный редактор
Технический редактор
Корректор
Оригинал-макет подготовила

А.А. Витер
Г.А. Ярошенко
Е.В. Чуйкова
А.В. Казалиева

Подписано в печать 21.05.2021.
Формат 60×90/16. Бумага для офисной техники.
Усл. печ. л. 19,8. Тираж 23 экз. Заказ № 61.
Отпечатано на множительной технике.

Редакционно-издательский отдел
Кубанского государственного университета
физической культуры, спорта и туризма.
350015, г. Краснодар, ул. Буденного, 161.