



МИНИСТЕРСТВО СПОРТА
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ



МАТЕРИАЛЫ

III-й Международной
научно-практической конференции
«Физическая культура и спорт в XXI веке:
актуальные проблемы и пути решения»

25-26 октября 2023 г.

Волгоградская государственная
академия физической культуры,
г. Волгоград, пр. им. В.И. Ленина, д. 78

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

**ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ**

«Волгоградская государственная академия физической культуры»

Материалы

III-й Международной научно-практической конференции

**«ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА И СПОРТ В XXI ВЕКЕ:
АКТУАЛЬНЫЕ ПРОБЛЕМЫ И ПУТИ РЕШЕНИЯ»**

ЧАСТЬ II

(25-26 октября 2023 г.)

Волгоград, 2023

УДК 796.071
ББК 75.1
Ф50

Редакционная коллегия:

В.В. Горбачева, к.п.н.; Е.Г. Борисенко, к.п.н., доцент

Ф50

Физическая культура и спорт в XXI веке: актуальные проблемы и пути решения: сборник материалов III-й Международной научно-практической конференции (25-26 октября 2023 года). - Часть 2 / под общей ред. Горбачевой В.В., Борисенко Е.Г. – Волгоград: ФГБОУ ВО «ВГАФК», 2023 – 348 с. - ISBN 978-5-6049848-1-9

В сборник вошли статьи профессорско-преподавательского и научного состава отечественных и зарубежных вузов и ссузов, студентов, магистрантов, аспирантов вузов физической культуры, ученых научно-исследовательских институтов физической культуры и спорта, проблемных лабораторий, специалистов в области спортивной медицины, педагогики, социологии, философии, адаптивного спорта, тренеров-практиков, инструкторов, педагогов образовательных учреждений руководителей и менеджеров предприятий сферы физической культуры, спорта, гостеприимства и туризма.

Данный сборник адресован студентам, магистрантам, аспирантам, молодым ученым и специалистам сферы спортивной подготовки. Будет востребован слушателями курсов повышения квалификации, а также читателям интересующимися вопросами и проблемами физического воспитания, спортивной тренировки и адаптивной физической культуры, перспективами развития науки управления предприятиями порта, туризма и гостеприимства.

Издание размещено в системе РИНЦ

ISBN 978-5-6049848-1-9

УДК 796.071

ББК 75.1

© В.В. Горбачева, Е.Г. Борисенко, 2023

© ФГБОУ ВО «ВГАФК», 2023

СЕКЦИЯ 3. СОЦИАЛЬНО-ГУМАНИТАРНЫЕ, ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ, НОРМАТИВНЫЕ И ПРАВОВЫЕ ПРОБЛЕМЫ СФЕРЫ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА	
РЕЗУЛЬТАТЫ АНКЕТИРОВАНИЯ СТУДЕНТОВ ВОЛГОГРАДСКОГО ГОСУДАРСТВЕННОГО СОЦИАЛЬНО-ПЕДАГОГИЧЕСКОГО УНИВЕРСИТЕТА, ИЗУЧАЮЩЕГО ИХ ОТНОШЕНИЕ К ЗАНЯТИЯМ ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫМ БЕГОМ <i>Андреевко Т.А., Бахнова Т.В.</i>	10
ИНТЕРАКТИВНЫЕ МЕТОДЫ ОБУЧЕНИЯ В РАЗВИТИИ ИНОЯЗЫЧНОЙ КОММУНИКАТИВНОЙ КОМПЕТЕНЦИИ ОБУЧАЮЩИХСЯ СПОРТИВНОГО ВУЗА <i>Бганцева И.В.</i>	14
СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ РОССИЙСКОЙ СИСТЕМЫ ЗАКОНОДАТЕЛЬСТВА В СФЕРЕ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА: КОНСТИТУЦИОННО-ПРАВОВОЙ АСПЕКТ <i>Бондаренко О.А.</i>	21
К ВОПРОСУ О ПРАВОВОМ РЕГУЛИРОВАНИИ ВОВЛЕЧЕНИЯ НАСЕЛЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ В ЗАНЯТИЯ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРОЙ И СПОРТОМ <i>Власюк Е.М.</i> <i>Научный руководитель: Бондаренко О.А., Научный консультант: Стеценко Н.В.</i>	25
ГУМАНИЗАЦИЯ ОБРАЗОВАНИЯ СФЕРЫ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА В СИСТЕМЕ ПОДГОТОВКИ СПЕЦИАЛИСТОВ ВОЗДУШНОГО ТРАНСПОРТА <i>Волкова Л.М.</i>	29
НЕПРЕРЫВНОЕ ФИЗКУЛЬТУРНОЕ ОБРАЗОВАНИЕ КАК ФИЗИЧЕСКИЙ И СОЦИАЛЬНЫЙ ФАКТОР СОВЕРШЕНСТВОВАНИЯ ЧЕЛОВЕКА <i>Комиссарчик К.М., Устинова О.Н., Волкова Л.М., Алехина А.В.</i>	34
К ВОПРОСУ ПРАВОВОГО РЕГУЛИРОВАНИЯ ВИДА СПОРТА ТХЭКВАНДО ИТФ В УСЛОВИЯХ МЕЖДУНАРОДНОЙ САНКЦИОННОЙ ПОЛИТИКИ РОССИЙСКОГО СПОРТА <i>Маслова А.С.</i> <i>Научный руководитель: Бондаренко О.А.</i>	39
НЕПРЕРЫВНОЕ ПЕДАГОГИЧЕСКОЕ ОБРАЗОВАНИЕ КАК ОБЯЗАТЕЛЬНОЕ УСЛОВИЕ УСПЕШНОЙ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ПЕДАГОГА В СИСТЕМЕ СПО <i>Бощенко И.А., Колчина Т.Ф.</i>	43
ОСОБЕННОСТИ ИНКЛЮЗИВНОГО ОБУЧЕНИЯ НА ЗАНЯТИЯХ ПО ИНОСТРАННОМУ ЯЗЫКУ С ОБУЧАЮЩИМИСЯ С НАРУШЕНИЯМИ СЛУХА В СМЕШАННЫХ ГРУППАХ <i>Колчина Т.Ф., Борисенко Е.Г., Попова О.И.</i>	47
ИСТОРИЧЕСКИЙ АСПЕКТ СТАНОВЛЕНИЯ В ОТЕЧЕСТВЕННОЙ ТЕОРИИ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА НАУЧНОГО ПОНИМАНИЯ СУЩНОСТИ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ <i>Москвичев Ю.Н.</i>	50
СУБЪЕКТНОСТЬ ЛИЧНОСТИ В ФИЗКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЙ И СПОРТИВНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТЯХ <i>Науменко Ю.В.</i>	58

ИСХОДНОЕ СОСТОЯНИЕ ПРОБЛЕМЫ ПОДГОТОВКИ СТУДЕНТОВ-БАКАЛАВРОВ НАПРАВЛЕНИЯ «ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА» К РЕАЛИЗАЦИИ МЕТОДИКИ СПОРТИВНОГО ОТБОРА <i>Николаев Г.М.</i>	62
ФОРМАЛИЗАЦИЯ ДИРЕКЦИОНАЛЬНОГО ПРЕДИКАТИВНОГО АРГУМЕНТА В НЕКОМПОЗИЦИОНАЛЬНЫХ КОНСТРУКЦИЯХ <i>Садовникова И.А.</i>	66
СФОРМИРОВАННОСТЬ ПРОЕКТНОЙ КУЛЬТУРЫ У СТУДЕНТОВ ФИЗКУЛЬТУРНОГО ВУЗА КАК ФАКТОР УСПЕШНОЙ РЕАЛИЗАЦИИ ПЕДАГОГИЧЕСКОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ <i>Сергеева Е.А.</i> <i>Научный руководитель: Дьякова М.Ф.</i>	72
СЕКЦИЯ 4. МЕДИКО-БИОЛОГИЧЕСКИЕ И ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА	
ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКАЯ ПОДДЕРЖКА ПОЗИТИВНОГО ПРЕДСТАРТОВОГО НАСТРОЯ У НАЧИНАЮЩИХ СПОРТСМЕНОВ-ВОЛЬТИЖИРОВЩИКОВ <i>Агафонова Н.С., Научный руководитель: Науменко Ю.В.</i>	77
ПРОБЛЕМА ЧУВСТВА ОДИНОЧЕСТВА В ХУДОЖЕСТВЕННОЙ И ЭСТЕТИЧЕСКОЙ ГИМНАСТИКЕ <i>Барыкина М.А., Запольская А.А.</i>	82
ИСПОЛЬЗОВАНИЕ СТРАНОВЕДЧЕСКОГО МАТЕРИАЛА ПРИ ОБУЧЕНИИ АУДИРОВАНИЮ НА ЗАНЯТИЯХ ИНОСТРАННОГО ЯЗЫКА <i>Боженова Н.А.</i>	84
ВЛИЯНИЕ ИНТЕРВАЛЬНОЙ ГИПОКСИЧЕСКОЙ ТРЕНИРОВКИ И ТРАНСКРАНИАЛЬНОЙ ИМПУЛЬСНОЙ ЭЛЕКТРОСТИМУЛЯЦИИ НА РАБОТОСПОСОБНОСТЬ СПОРТСМЕНОВ ЦИКЛИЧЕСКИХ ВИДОВ СПОРТА <i>Большова Е.В.</i>	87
ИППОТЕРАПИЯ И ПОДРОСТКОВЫЙ СКОЛИОЗ: ВОЗМОЖНОСТИ И РЕШЕНИЯ <i>Бондаренко В.А.</i> <i>Научный руководитель Заровнятных Е.Н.</i>	91
СОВРЕМЕННЫЙ СПОРТ В УСЛОВИЯХ КОНЦЕПЦИИ “FAIR-PLAY” <i>Перепелицина С.А., Борисенко Е.Г.</i>	95
ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ОСОБЕННОСТИ СПОРТИВНОГО СУДЕЙСТВА <i>Яблочная М.И.</i>	96
ЗДОРОВЫЙ ОБРАЗ ЖИЗНИ И СПОРТ КАК СРЕДСТВО ПРОФИЛАКТИКИ ДЕПРЕССИИ <i>Гаврилина А.О., Митюхина В.Р.</i>	100
ПАТРИОТИЧЕСКОЕ ВОСПИТАНИЕ СТУДЕНТОВ НА ЗАНЯТИЯХ ПО РУССКОМУ ЯЗЫКУ И КУЛЬТУРЕ РЕЧИ <i>Герашенко Н.В., Куликова А.Д.</i>	103
ЗНАЧЕНИЕ ЛЕКАРСТВЕННЫХ СУБСТАНЦИЙ ФИАЛКИ ДЛЯ СПОРТИВНОЙ МЕДИЦИНЫ <i>Гришин В.В., Гришин В.В.</i>	107
ОЦЕНКА ЦЕННОСТНЫХ ОРИЕНТАЦИЙ И ЭМПАТИЙНЫХ СПОСОБНОСТЕЙ СТУДЕНТОВ 2 КУРСА ФГБОУ ВО «ВГАФК» <i>Гуржиева А.А., Дзержинская Л.Б.</i>	112

МОРФОЛОГИЧЕСКИЕ ОСОБЕННОСТИ ПРОПОРЦИЙ ТЕЛА У БОКСЕРОВ ВЫСОКОЙ КВАЛИФИКАЦИИ <i>Зубарева Е.В., Адельшина Г.А.</i>	115
ОЦЕНКА ВЛИЯНИЯ АРОМАКОМПОЗИЦИЙ НА ПРОЦЕССЫ ВНИМАНИЯ У СПОРТСМЕНОВ <i>Камчатников А.Г., Сентябрев Н.Н, Коренец В.В., Чёмов В.В.</i>	119
БИОПОЛЕ КАК ПОТЕНЦИАЛЬНЫЙ КРИТЕРИЙ ФИЗИЧЕСКИХ КОНДИЦИЙ ЧЕЛОВЕКА: ПОСТАНОВКА ПРОБЛЕМЫ <i>Кобяков Ю.П.</i>	123
СРАВНЕНИЕ ПРАКТИК СИЛОВОГО ФИТНЕСА СРЕДИ СТУДЕНТОВ ВЫСШИХ УЧЕБНЫХ ЗАВЕДЕНИЙ, ПРИМЕНЯЕМЫХ НА ФИЗКУЛЬТУРНЫХ ЗАНЯТИЯХ <i>Козлов А.В., Бударников А.А.</i>	127
ТЕКУЩИЙ КОНТРОЛЬ ФУНКЦИОНАЛЬНОГО СОСТОЯНИЯ ГАНДБОЛИСТОВ БЛИЖАЙШЕГО РЕЗЕРВА ПО ПОКАЗАТЕЛЯМ ВАРИАБЕЛЬНОСТИ РИТМА СЕРДЦА <i>Курья О.Н.</i>	132
СОВРЕМЕННЫЕ ПОДХОДЫ К ЛЕЧЕНИЮ ОСТЕОХОНДРОПАТИИ БУГРА ПЯТОЧНОЙ КОСТИ (БОЛЕЗНЬ ХАГЛУНДА-ШИНЦА) У ЮНЫХ СПОРТСМЕНОВ <i>Лагутин М.П., Крылов Л.Ю., Вершинин Е.Г., Вершинина А.Е.</i>	136
ПОЛОВОЗРАСТНЫЕ ОСОБЕННОСТИ СТАБИЛОМЕТРИЧЕСКИХ И ПСИХОФИЗИОЛОГИЧЕСКИХ ХАРАКТЕРИСТИК ЮНЫХ ТАНЦОРОВ ПРИ ЗАНЯТИЯХ СПОРТИВНЫМИ БАЛЬНЫМИ ТАНЦАМИ <i>Малиева Е.И., Захарьева Н.Н.</i>	138
ВЛИЯНИЕ АЭРОБНЫХ НАГРУЗОК НА КОГНИТИВНЫЕ НАВЫКИ <i>Мардиева А.Н., Минигазимова Л.И., Ильясов Б.Г.</i>	146
ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ СТУДЕНТОВ 1 КУРСА НЕФИЗКУЛЬТУРНЫХ СПЕЦИАЛЬНОСТЕЙ ПО ОПРЕДЕЛЕНИЮ СИЛОВОЙ ВЫНОСЛИВОСТИ <i>Медведкова Н.И.</i>	149
ВЛИЯНИЕ ФИЗИЧЕСКИХ УПРАЖНЕНИЙ НА ВОССТАНОВЛЕНИЯ ОРГАНИЗМА БОЛЬНЫХ С ОЖОГАМИ <i>Мифтахов Р.А., Гайнутдинов А.А.</i>	152
МЕТОДИКА ПРОВЕДЕНИЯ ЛЕЧЕБНОЙ ФИЗКУЛЬТУРЫ У БОЛЬНЫХ С ОЖОГАМИ <i>Мифтахов Р.А., Гайнутдинов А.А.</i>	156
ПРИМЕНЕНИЕ КИНЕЗИОТЕЙПИРОВАНИЯ ПРИ МИКРОТРАВМАТИЧЕСКОЙ БОЛЕЗНИ ПЛЕЧА У ВОЛЕЙБОЛИСТОК <i>Мокийчук А. В., Левенков А.Е.</i>	163
ПСИХОЛОГИЧЕСКОЕ СОПРОВОЖДЕНИЕ ФОРМИРОВАНИЯ СИЛЫ ВОЛИ У ПОДРОСТКОВ, ЗАНИМАЮЩИХСЯ ЕДИНОБОРСТВАМИ <i>Молочков И.В.</i> <i>Научный руководитель: Науменко Ю.В.</i>	167
СТРУКТУРА МОТИВОВ К УЧЕБНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ПЕРВОКУРСНИКОВ ФАКУЛЬТЕТА ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА <i>Ованесян И.С., Егоров В.В., Щеглов Г.Г., Корольков А.Н.</i>	172
ДИСПЕРСИОННОЕ КАРТИРОВАНИЕ ЭЛЕКТРОКАРДИОГРАММЫ В ДИАГНОСТИКЕ ПАТОЛОГИИ МИОКАРДА СПОРТСМЕНОВ <i>Овечкина И.И., Федотова И.В.</i>	177

МОТИВАЦИОННЫЕ АСПЕКТЫ СПОРТИВНОЙ КАРЬЕРЫ <i>Пашарина Е.С.</i>	180
ПРОБЛЕМА УТОМЛЕНИЯ В СПОРТЕ <i>Пашарина Е.С., Разживина М.С.</i>	182
ПСИХОФИЗИОЛОГИЧЕСКИЕ ОСОБЕННОСТИ ВЫСОКОКВАЛИФИЦИРОВАННЫХ ПРЫГУНОВ В ВОДУ С РАЗЛИЧНЫХ СНАРЯДОВ <i>Попова И.Е., Сысоев А.В., Дрожжин Н.В., Новичихин В.А.</i>	185
ЭФФЕКТИВНОСТЬ ИСПОЛЬЗОВАНИЯ КОМПЛЕКСОВ УПРАЖНЕНИЙ В ТЕХНИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКЕ ФУТБОЛИСТОВ 9–10 ЛЕТ <i>Савченко М.Б., Ткачук П.В., Занина Т.Н.</i>	188
МЕДИКО-БИОЛОГИЧЕСКОЕ ОБОСНОВАНИЕ И ПЕРСПЕКТИВЫ ИСПОЛЬЗОВАНИЯ ХИДЖАМЫ В СОВРЕМЕННОЙ СПОРТИВНОЙ МЕДИЦИНЕ <i>Свечкарёв В.Г.</i>	194
ОСОБЕННОСТИ ЗАНЯТИЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРОЙ С ИНОСТРАННЫМИ СТУДЕНТАМИ <i>Ушакова И.А.</i>	201
ФАКТОРНЫЙ АНАЛИЗ В ДИАГНОСТИКЕ ПРЕДПАТОЛОГИЧЕСКИХ И ПАТОЛОГИЧЕСКИХ СОСТОЯНИЙ МИОКАРДА СПОРТСМЕНОВ <i>Федотова И.В.</i>	204
ПРИМЕНЕНИЕ ВИРТУАЛЬНОЙ РЕАЛЬНОСТИ В РАЗВИТИИ ФИЗИЧЕСКИХ НАВЫКОВ У ПАЦИЕНТОВ С ДЦП <i>Хафизова А. А., Крючкова С. А.</i>	209
ПРОФИЛАКТИКА И РЕАБИЛИТАЦИЯ УСТАЛОСТНЫХ ПОВРЕЖДЕНИЙ КОЛЕННОГО СУСТАВА У ФЛОРБОЛИСТОВ <i>Храмова В.О., Левенков А.Е.</i>	211
ОТНОШЕНИЕ СТУДЕНТОВ К ОЦЕНКЕ ФИЗИЧЕСКОГО РАЗВИТИЯ И ФУНКЦИОНАЛЬНОГО СОСТОЯНИЯ ШКОЛЬНИКОВ В СЕВЕРНОМ РЕГИОНЕ <i>Чистова В.В.</i>	215
ПРИМЕНЕНИЕ ПЕДАГОГИЧЕСКИХ СРЕДСТВ У ЮНЫХ СПОРТСМЕНОВ-ФЕХТОВАЛЬЩИКОВ (12-14 ЛЕТ) ДЛЯ КОРРЕКЦИИ НАРУШЕНИЯ ОСАНКИ И ПРОФИЛАКТИКИ ЗАБОЛЕВАНИЙ ОПОРНО-ДВИГАТЕЛЬНОЙ СИСТЕМЫ <i>Шадрин Д.И., Боберская А.С.</i>	218
ОСОБЕННОСТИ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ У ЛЮДЕЙ С ГИПЕРТОНИЧЕСКОЙ БОЛЕЗНЬЮ <i>Швейкин А.А.</i> <i>Научный руководитель: Ишимухаметов И.З.</i>	223
ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ ПРИ ПРЕОДОЛЕНИИ ВОДОБОЯЗНИ У ЛИЦ РАЗНОГО ВОЗРАСТА <i>Юдина Н.М., Сазонова И.М., Старикова О.С., Мащенко Е.П.</i>	227
СЕКЦИЯ 5. МЕНЕДЖМЕНТ И МАРКЕТИНГ В СФЕРЕ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ, СПОРТА И ТУРИЗМА	
МЕНЕДЖМЕНТ И МАРКЕТИНГ В СФЕРЕ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ, СПОРТА И ТУРИЗМА <i>Баченина Е. А., Кульмячева К.В.</i>	232
МЕХАНИЗМЫ ОРГАНИЗАЦИИ СТРАТЕГИЧЕСКОГО ПЛАНИРОВАНИЯ В СФЕРЕ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА <i>Богомоллов Г.В., Орлов К.А., Прокопенкова Ю.М., Смирницкий С.И.</i>	237

КЛЮЧЕВЫЕ СТРАТЕГИИ ИНТЕРНЕТ-МАРКЕТИНГА В РАБОТЕ СПОРТИВНЫХ ОРГАНИЗАЦИЙ <i>Бондаренко Д.В.</i> <i>Научный руководитель: Бондаренко М.П.</i>	243
ПРИМЕНЕНИЕ ДИДЖИТАЛ ТЕХНОЛОГИЙ В ОБРАЗОВАТЕЛЬНОМ ПРОЦЕССЕ <i>Бондаренко Д.В., Научный руководитель: Степанян В.М.</i>	246
ХАРАКТЕРИСТИКА ОСНОВНЫХ ИНСТРУМЕНТОВ ПРОДВИЖЕНИЯ СПОРТИВНЫХ ОРГАНИЗАЦИЙ В СЕТИ ИНТЕРНЕТ <i>Бондаренко М.П.</i>	249
АНАЛИЗ ДОСТИЖЕНИЙ ВОЛГОГРАДСКОЙ ОБЛАСТИ В РАМКАХ РЕАЛИЗАЦИИ СТРАТЕГИИ РАЗВИТИЯ СПОРТИВНОЙ ИНДУСТРИИ ДО 2035 ГОДА <i>Воронкова А. А., Зубарев Ю.А.</i>	254
ВЛИЯНИЕ МЕЖДУНАРОДНЫХ ОРГАНИЗАЦИЙ НА СИСТЕМУ УПРАВЛЕНИЯ СПОРТИВНОЙ ИНДУСТРИЕЙ <i>Горбачева В.В.</i>	260
ОСОБЕННОСТИ ФОРМИРОВАНИЯ СИСТЕМЫ ДОКУМЕНТАЦИОННОГО ОБЕСПЕЧЕНИЯ УПРАВЛЕНЧЕСКОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ В СФЕРЕ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА <i>Горбачева В.В., Сейсенбеков Е.К.</i>	264
ФОРМИРОВАНИЕ ПОЛОЖИТЕЛЬНОГО ИМИДЖА ВУЗА КАК НАПРАВЛЕНИЕ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ СПОРТИВНОГО МЕНЕДЖЕРА <i>Горбачева В.В.</i>	268
ПРИМЕНЕНИЕ МЕНЕДЖМЕНТА И МАРКЕТИНГА В ОЛИМПЕЙСКОМ ДВИЖЕНИИ <i>Зубарев Ю.А., Безнебеева А.М., Табатадзе Г.С., Виниченко А.А.</i>	273
КОНЦЕПЦИЯ ИМИДЖЕВОГО БРЕНДА В СПОРТЕ <i>Зубарев Ю. А., Виниченко О.А.</i>	279
СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ ПОДГОТОВКИ МЕНЕДЖЕРОВ-УПРАВЛЕНЦЕВ В СПОРТИВНОМ ВУЗЕ <i>Зубарев Ю.А., Вакалова Л.Г., Сапаров А.О., Виниченко О.А.</i>	283
ПРИОРИТЕТНЫЕ НАПРАВЛЕНИЯ РАЗВИТИЯ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА В РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ ДО 2030 ГОДА <i>Кудинова В.А.</i>	286
АНАЛИЗ И ФОРМИРОВАНИЕ КОНКУРЕНТНЫХ ПРЕИМУЩЕСТВ СПОРТИВНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНОГО КЛУБА <i>Перфильева И. В.</i>	291
ОБЗОР ЗАРУБЕЖНЫХ ИСТОЧНИКОВ ПО ВОПРОСАМ ОКАЗАНИЯ ФИЗКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫХ УСЛУГ <i>Симонова К.Ю., Ткаченко Я.А.</i>	296
ФИДЖИТЛ-ТЕХНОЛОГИИ. НОВОЕ СЛОВО В ЦИФРОВОМ ОБРАЗОВАНИИ <i>Степанян В.М.</i>	299
ИСТОРИЧЕСКАЯ ЭВОЛЮЦИЯ СПОРТИВНОЙ ДИПЛОМАТИИ КИТАЯ И РОССИИ <i>Су В., Линь Х., Мазгялите С.С.</i>	302
ПРОЦЕСС ПРИВЛЕЧЕНИЯ ПЕРСОНАЛА В СПОРТИВНЫХ ОРГАНИЗАЦИЯХ: ПРОБЛЕМЫ И ВАРИАНТЫ ИХ РЕШЕНИЯ <i>Чернова Е.М., Научный руководитель: Степанян В.М.</i>	306

ПРАКТИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ ПО ОПТИМИЗАЦИИ ОРГАНИЗАЦИОННО-ХОЗЯЙСТВЕННОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ФУТБОЛЬНОГО ЦЕНТРА <i>Щадилова И.С.</i>	311
СПОРТ ВЫСШИХ ДОСТИЖЕНИЙ КАК ИНСТРУМЕНТ ПОЛИТИЧЕСКОЙ БОРЬБЫ В МЕЖДУНАРОДНЫХ ОТНОШЕНИЯХ <i>Теряева П.С., Научный руководитель: Перфильева И.В.</i>	314
МЕЖДУНАРОДНЫЙ КОНКУРС НА ЛУЧШУЮ НАУЧНУЮ РАБОТУ МОЛОДЫХ УЧЕНЫХ И СТУДЕНТОВ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ОРГАНИЗАЦИЙ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ	
ОЦЕНКА ВЛИЯНИЯ ВИРТУАЛЬНЫХ СРЕДСТВ НА КООРДИНАЦИОННЫЕ КАЧЕСТВА ДЕТЕЙ 6-8 ЛЕТ, ЗАНИМАЮЩИХСЯ СПОРТИВНОЙ АЭРОБИКОЙ <i>Астахова Е.В., Гуржиева А.А. Научный руководитель: Федотова И.В.,</i>	319
КОЛИЧЕСТВЕННЫЙ АНАЛИЗ ТЕХНИЧЕСКИХ ОШИБОК, ДОПУСКАЕМЫХ ГИМНАСТКАМИ В СОРЕВНОВАТЕЛЬНЫХ КОМПОЗИЦИЯХ С ЛЕНТОЙ <i>Бабкова В.В. Научный руководитель: Шевчук Н.А.</i>	324
СОВРЕМЕННЫЙ ВЗГЛЯД НА ВОЗМОЖНЫЕ ПУТИ РЕШЕНИЯ ПРОБЛЕМЫ ОБЪЕКТИВНОЙ ОЦЕНКИ КОРРЕКТНОСТИ ВЫПОЛНЕНИЯ БАЗОВЫХ ТЕХНИЧЕСКИХ ЭЛЕМЕНТОВ В ЭСТЕТИЧЕСКОЙ ГИМНАСТИКЕ <i>Быстрицкая Е.Д., Научный руководитель: Ростовцева М.Ю.</i>	327
ИНТЕГРАЦИЯ ТЕХНИЧЕСКИХ СРЕДСТВ ПРИ ОРГАНИЗАЦИИ КОНТРОЛЯ СПЕЦИАЛЬНОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ ЛЕГКОАТЛЕТОВ-СПРИНТЕРОВ <i>Деркачева А.С. Научный руководитель: Фатьянов И.А.</i>	334
ВЛИЯНИЕ ЦИКЛИЧЕСКИХ И АЦИКЛИЧЕСКИХ ВИДОВ СПОРТА НА МОРФОЛОГИЧЕСКИЕ ПОКАЗАТЕЛИ ФИЗИЧЕСКОГО РАЗВИТИЯ ДЕВУШЕК <i>Коклевская Н.Ю. Научный руководитель: Адельшина Г.А.</i>	340
ОПЫТ ИСПОЛЬЗОВАНИЯ ТЕХНОЛОГИЙ ВИРТУАЛЬНОЙ РЕАЛЬНОСТИ В ПРОЦЕССЕ РЕАБИЛИТАЦИИ ДЕТЕЙ С ОГРАНИЧЕННЫМИ ВОЗМОЖНОСТЯМИ ЗДОРОВЬЯ <i>Придеева П.Е., Никулин Н.А. Научные руководители: Богомолова М.М., Таможникова И.С.</i>	344

**СЕКЦИЯ 3.
СОЦИАЛЬНО-ГУМАНИТАРНЫЕ, НОРМАТИВНЫЕ И ПРАВОВЫЕ
ПРОБЛЕМЫ СФЕРЫ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА**

УДК 796

**РЕЗУЛЬТАТЫ АНКЕТИРОВАНИЯ СТУДЕНТОВ
ВОЛГОГРАДСКОГО ГОСУДАРСТВЕННОГО СОЦИАЛЬНО-
ПЕДАГОГИЧЕСКОГО УНИВЕРСИТЕТА, ИЗУЧАЮЩЕГО ИХ ОТНОШЕНИЕ
К ЗАНЯТИЯМ ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫМ БЕГОМ**

*Андреевко Т.А., к.п.н., доцент,
Волгоградский государственный социально-педагогический университет
Бахнова Т.В., к.п.н., доцент,
Волгоградская государственная академия физической культуры
Волгоград, Россия*

В статье представлены результаты анкетирования студентов педагогического вуза II- III курса очной формы обучения на предмет выявления их отношения к оздоровительному бегу и двигательной активности в целом. Отмечается, что в течение учебного года, в связи с большой учебной нагрузкой у студентов может возникнуть состояние переутомления и для того, чтобы не допустить это состояние, студентам необходимо соблюдать рациональный распорядок дня, заниматься двигательной активностью и соблюдать здоровый образ жизни.

В статье также рассмотрено положительное влияние оздоровительного бега на организм человека, его физическую и умственную работоспособность, дана информация о том, каким образом необходимо начинать оздоровительные занятия и как правильно проводить тренировку с применением оздоровительного бега.

Ключевые слова: бег, двигательная активность, здоровый образ жизни, студент, физическая культура.

**THE RESULTS OF A SURVEY OF STUDENTS OF THE VOLGOGRAD
STATE SOCIO-PEDAGOGICAL UNIVERSITY STUDYING THEIR ATTITUDE
TO HEALTH-IMPROVING RUNNING CLASSES**

*Andreenko T.A., PhD, associate professor,
Volgograd State Socio-Pedagogical University,
Bahnova T. V., PhD, associate professor,
Volgograd State Physical Education Academy,
Volgograd, Russia*

The article presents the results of a survey of students of the pedagogical university of the II- III year of full-time education in order to identify their attitude to recreational running and motor activity in general. It is noted that during the academic year, due to the heavy academic load, students may experience a state of overwork and in order to prevent this condition, students need to follow a rational daily routine, engage in physical activity and observe a healthy lifestyle.

The article also examines the positive effect of recreational running on the human body, its physical and mental performance, provides information on how to start wellness classes and how to properly conduct training using recreational running.

Keywords: running, physical activity, healthy lifestyle, student, physical Education.

Введение. Основной целью опроса (анкетирования) является формирование статистически достоверных данных, на основании которого можно выявить насколько оздоровительный бег, как разновидность двигательной активности популярен среди студенческой молодежи и какой процент из них занимается оздоровительным бегом.

В целях изучения мотивов в выборе оздоровительной двигательной активности был проведен анкетный опрос студентов II-III курса по направлению подготовки 44.03.05 Педагогическое образование, профиль подготовки "Математика", "Физика" Волгоградского государственного социально-педагогического университета. В опросе участвовало 106 студентов.

Методы исследования: теоретический анализ литературы, анкетный опрос, статистический анализ полученных результатов.

Актуальность данной темы заключается в том, что в настоящее время существует большой арсенал средств, используемых в оздоровительной двигательной деятельности студенческой молодежи, в том числе оздоровительный бег. Оздоровительный бег является весьма популярным, доступным и одновременно простым средством физической культуры, который не требует больших материальных затрат. При регулярных и систематических тренировках, которые могут включать в себя элементарные пробежки, наблюдается благотворное влияние на общее состояние человека и на его самочувствие. К тому же во время занятий оздоровительным бегом задействуются около 90 % мышц организма. Конечно, не стоит забывать и про то, что занятия оздоровительным бегом повышают работоспособность, укрепляют организм человека и в целом способствуют соблюдению норм здорового образа жизни, что важно в любом возрасте, в том числе и в студенческие годы [1].

Необходимо отметить, что в условиях обучения студентов в настоящее время имеется множество факторов, которые существенно снижают их здоровье – это может быть нарушение отдыха и сна, частые эмоциональные перенапряжения во время экзаменов и т.д. и в качестве одного из факторов, негативно влияющего на здоровье студентов, выступает недостаточная двигательная активность.

Таким образом, снижение двигательной активности и как следствие, снижение уровня здоровья может являться следствием большой учебной загруженности. Тем не менее, необходимо отметить, что, несмотря на данную проблему, можно выделить студентов, которые хотят и стремятся вести здоровый образ жизни, регулярно заниматься физическими упражнениями, в число которых входит и оздоровительный бег, занятия которым не требуют дополнительного спортивного инвентаря и оборудования.

Занятия оздоровительным бегом благотворно влияют на здоровье студентов, на их физические показатели, помогают бороться с нервным перенапряжением во время экзаменов, улучшается кровоснабжение мозга, повышается выносливость, работоспособность.

Как известно, бег подразделяют на нескольких видов, в зависимости от места проведения занятий и целей. Выделяют бег трусцой и интервальный бег.

Рассмотрим первый вид – бег трусцой. Во время такого бега соблюдается умеренность темпа и шагов. При данном виде бега легкие, да и все органы активно наполняются кислородом, как следствие, это помогает снять стресс, способствует успокоению организма и укреплению сосудов сердца и всей системы в целом.

Следующий вид – это интервальный бег. В данном случае происходит чередование быстрого бега и бега трусцой или шага с определёнными периодами отдыха и активной работы. Благодаря данному виду тренируется физическая выносливость.

Занятия оздоровительным бегом могут проходить на стадионе, в парке или по пересеченной местности. Например, это может быть бег в гору или с горы или же по

прямой трассе. Бег в гору обладает уникальными особенностями. Например, благодаря техники выполнения (шаг делается чуть короче и появляется наклон вперед) возрастает нагрузка на мышцы, что способствует их укреплению. Соответственно, исходя из таких параметров, как продолжительность, интенсивность и объём, студент выбирает наиболее приемлемую для себя разновидность бега [2].

Результаты исследования.

Анкетирование включало в себя 5 вопросов, на которые необходимо было ответить.

Вопрос 1: Занимаетесь ли Вы бегом?

Вопрос 2: Испытываете ли Вы перенапряжение во время учёбы/экзаменов, может, наблюдаются другие симптомы плохого самочувствия?

Вопрос 3: Для уменьшения переутомления, улучшения своего самочувствия и т.д. выполняете ли Вы какие-нибудь физические упражнения?

Вопрос 4: Какие физические упражнения Вы применяете в своей практике?

Вопрос 5: Заметили ли Вы улучшение своего самочувствия после занятий физическими упражнениями, в том числе и бегом?

Результаты проведенного анкетирования показали следующее.

По итогу первого вопроса «Занимаетесь ли Вы бегом?», видно, что 59% опрошенных в качестве оздоровительных занятий используют бег, а 41 %- нет.

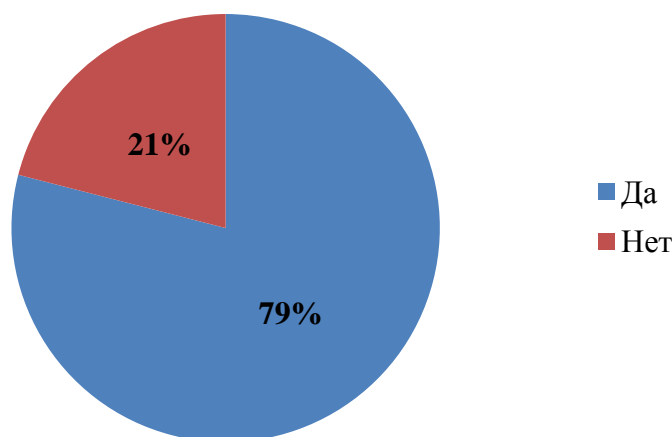


Рис. 1. Занимаетесь ли Вы бегом?

На второй диаграмме видно, что большинство опрошенных, а именно 68% испытывают утомление, перенапряжение во время учебного процесса/экзаменов и другие симптомы плохого самочувствия. И только лишь 32% не имеют проблем.

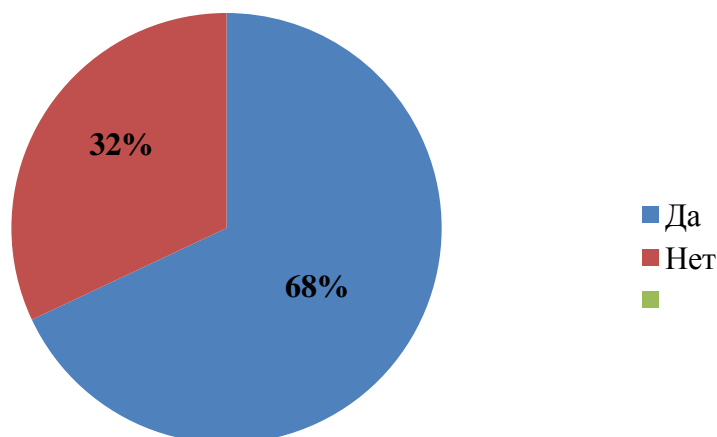


Рис. 2. Испытываете ли Вы перенапряжение во время учёбы/экзаменов, может, наблюдаются другие симптомы плохого самочувствия?

На вопрос «Для уменьшения переутомления, улучшения своего самочувствия и т.д. выполняете ли Вы какие-нибудь физические упражнения?» большинство (75%) ответили положительно, а 25%-не выполняют данный вид упражнений.

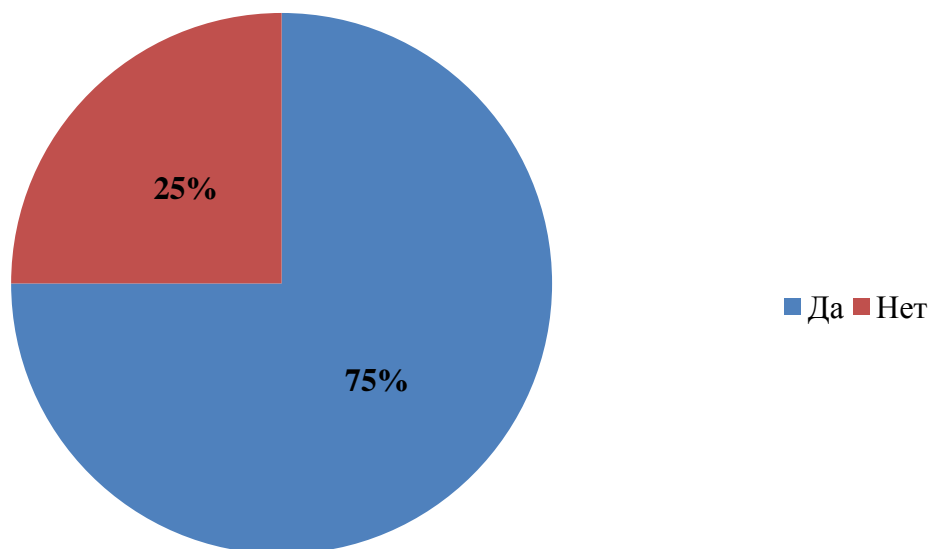


Рис. 3. Для уменьшения переутомления, улучшения своего самочувствия и т.д. выполняете ли Вы какие-нибудь физические упражнения?

Анализируя результаты четвертого вопроса, можно отметить, что большинство респондентов (60%), в процессе оздоровительных занятий используют именно бег из всего арсенала средств физических упражнений. И равное количество респондентов ответили, что прибегают к применению комплекса силовых и кардио упражнений.

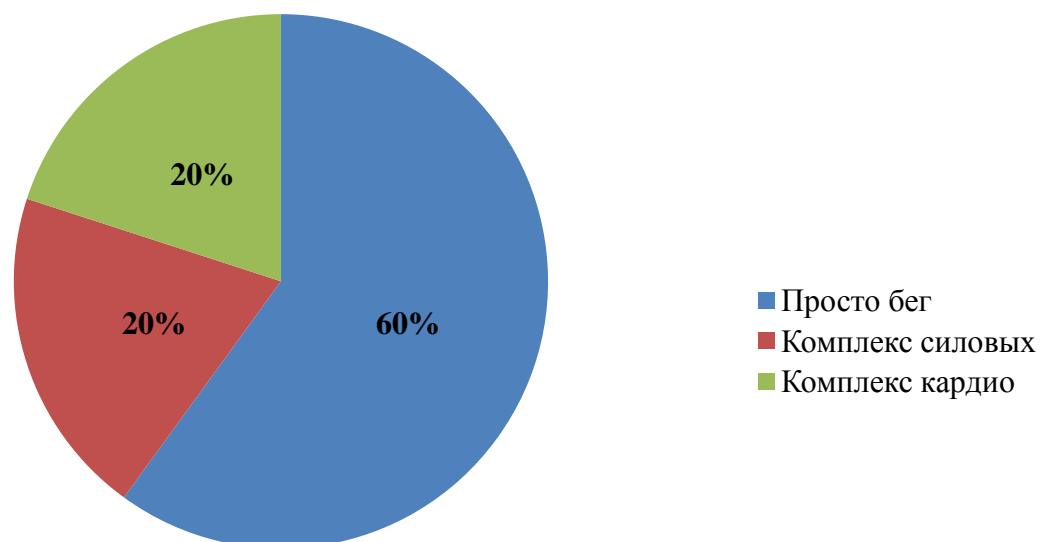


Рис.4. Какие физические упражнения Вы применяете в своей практике?

Последний, пятый вопрос показал, что оздоровительный бег так же значительно облегчает самочувствие студента, его физические показатели и благотворно влияет на учебный процесс. Это отмечают 91% опрошенных. И только 9% не замечают никаких улучшений своего самочувствия.

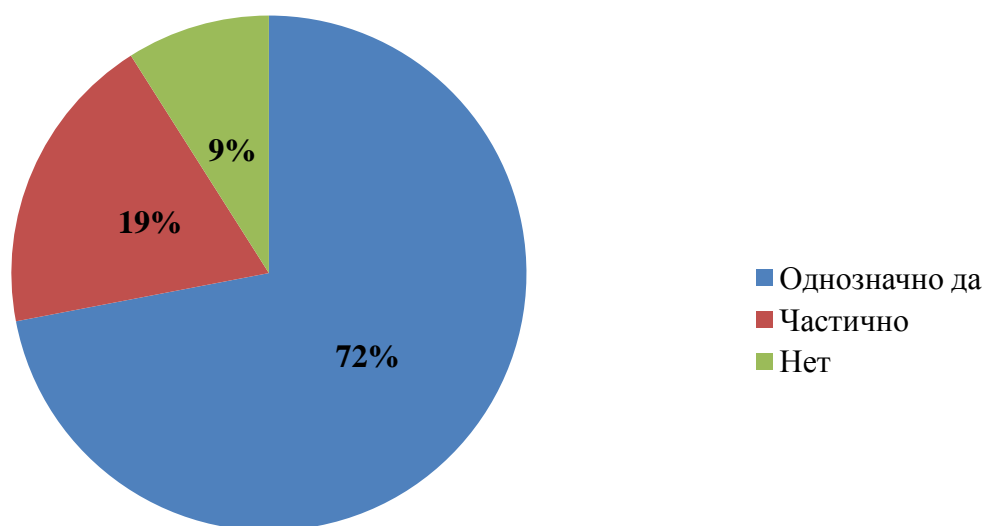


Рис. 5. Заметили ли Вы улучшение своего самочувствия после занятий физическими упражнениями, в том числе и бегом?

Таким образом, можно сделать вывод, что занятия оздоровительным бегом, являются весьма популярным видом двигательной активности среди студентов, так как не требуют больших материальных затрат, способствуют повышению работоспособности, как умственной, так и физической, что является важным аспектом в профилактике переутомления при повышенной учебной нагрузке и оздоровления организма в целом.

Библиографический список:

1. Казнова, О.И. Влияние бега на здоровье человека / О.И. Казнова, Г.С. Пухов // Физическая культура, спорт и здоровье студенческой молодежи в современных условиях: проблемы и перспективы развития: материалы Региональной студенческой научно-практической конференции, Екатеринбург, 11 апреля 2018 г. / ФГАОУ ВО «Рос. гос. проф.-пед. ун-т», 2018. –118-125.

2. Сухорукова, Н. И. Физическая культура и спорт в формировании здорового образа жизни студенческой молодежи / Н.И. Сухорукова, Е.Г. Ткачева, Т.А. Андреевко // Физическая культура, спорт и здоровье студенческой молодежи в современных условиях: проблемы и перспективы развития: материалы Региональной студенческой научно-практической конференции, 11 апреля 2018 г., г. Екатеринбург / Рос. гос. проф.-пед. ун-т. - Екатеринбург: РГППУ, 2018. – С. 231-235.

УДК 372.881.1

ИНТЕРАКТИВНЫЕ МЕТОДЫ ОБУЧЕНИЯ В РАЗВИТИИ ИНОЯЗЫЧНОЙ КОММУНИКАТИВНОЙ КОМПЕТЕНЦИИ ОБУЧАЮЩИХСЯ СПОРТИВНОГО ВУЗА

*Бганцева И.В., д.п.н., доцент,
Волгоградская государственная академия физической культуры,
Волгоград, Россия*

В статье представлена актуальность использования интерактивных методов обучения в контексте развития коммуникативной компетенции студентов вузов спортивного профиля. Средством, позволяющим максимально продуктивно вовлечь

студентов в иноязычную коммуникативную деятельность, значительно повысить их мотивацию и интерес, повысить коммуникативные навыки, автором называется такой интерактивный метод, как презентация. Дается обоснование безусловных преимуществ применения презентаций в учебном процессе: их доступность, простота и ясность создания и предъявления, возможность достижения множества целевых установок. Подчеркивается дидактический потенциал: презентациями PowerPoint можно не только обмениваться, но и изменять их в соответствии с задачами реализации дифференцированного подхода, учитывая уровень владения языком обучающихся в конкретной группе, их направление подготовки, индивидуальные особенности усвоения информации. Синтез текстового, зрительного с использованием анимации и слухового источников информации делает возможным объединить кинестетику, аудиалов и визуалов в активные виды деятельности, повысить интерес к обучению, задействовав их ведущий канал восприятия. Представлено подробное описание мощного потенциала данного интерактивного метода в рамках развития иноязычной коммуникативной компетенции. Слайды выступают платформой для предъявления, актуализации, закрепления информации, а также методическим ресурсом для организации дискуссий, мозгового штурма, написания эссе.

Ключевые слова: интерактивные методы, коммуникативная компетенция, презентация, дифференцированный подход, методический ресурс.

INTERACTIVE TEACHING METHODS IN THE DEVELOPMENT OF FOREIGN LANGUAGE COMMUNICATIVE COMPETENCE OF STUDENTS OF A SPORTS UNIVERSITY

*Bgantseva I.V., PhD, associate professor,
Volgograd State Physical Education Academy, Volgograd, Russia*

The article presents the relevance of the use of interactive teaching methods in the context of the development of the communicative competence of students of a sport university. An interactive method such as presentation is called by the author as a means to involve students in foreign language communication activities as productively as possible, significantly increase their motivation and interest, and improve communication skills. The substantiation of the unconditional advantages of using presentations in the educational process is given: their accessibility, simplicity and clarity of creation and presentation, the possibility of achieving a variety of targets. The didactic potential is emphasized: PowerPoint presentations can not only be exchanged, but also changed in accordance with the tasks of implementing a differentiated approach, taking into account the level of language proficiency of students in a particular group, their direction of training, individual features of information assimilation. The synthesis of textual, visual using animation and auditory sources of information makes it possible to combine kinesthetics, audials and visuals into active activities, increase interest in learning by using their leading channel of perception. A detailed description of the powerful potential of this interactive method in the framework of the development of foreign language communicative competence is presented. Slides act as a platform for presenting, updating, consolidating information, as well as a methodological resource for organizing discussions, brainstorming, and writing essays.

Key words: interactive methods, communicative competence, presentation, differentiated approach, methodological resource.

Актуальность. В связи с ориентацией образовательного пространства на подходы, фокусирующиеся на развитии личности обучающихся в процессе самостоятельного познания в избранной области, аспекты, позволяющие оптимизировать развитие когнитивных способностей, а также стратегии, связанные с

эффективным усвоением учебной информации, особую актуальность приобретают интерактивные методы обучения.

Проблема исследования. Основной причиной снижения посещаемости занятий в большей степени, чем другие обстоятельства, выступает отсутствие интереса или скука. (Лауниус (1997)). Многие обучающиеся указывают также на то, что их базовые знания не позволяют им работать на занятии активно и эффективно по сравнению с другими с более высоким уровнем развития лингвистической компетенции.

Средством, позволяющим максимально продуктивно вовлечь студентов в иноязычную коммуникативную деятельность, значительно повысить их мотивацию и интерес, повысить коммуникативные навыки, является такой интерактивный метод, как презентация.

PowerPoint – „программа презентации слайд-шоу Microsoft office, состоящая из серии отдельных страниц или слайдов“ (Hassan, 2001, стр.156).

PowerPoint – это тип программного обеспечения для презентаций, которое позволяет отображать цветной текст и изображения с простой анимацией и звуком. PowerPoint – это программный инструмент, который благодаря применению компьютерного обучения стал основным средством презентации в конференц-залах, лекционных залах, аудиториях для практических занятий и т.д. (Trindade, Jorge, Carlos Fiolhais, and Leandro Almeida. 2002. “Science learning in virtual environments: A Descriptive Study.” *British Journal of Educational Technology* 33(4)).

Формат презентаций в PowerPoint является самым популярным, потому что он поставляется в комплекте с пакетами Microsoft. Файлы легко создавать, и их можно отправлять по электронной почте в виде вложений. Они могут быть размещены на веб-сайтах или загружены с них, а также могут быть преобразованы в веб-страницы в формате html.

Презентациями PowerPoint можно не только обмениваться, но и изменять их в соответствии с задачами реализации дифференцированного подхода, учитывая уровень владения языком обучающихся в конкретной группе, их направление подготовки, индивидуальные особенности усвоения информации. Синтез текстового, зрительного с использованием анимации и слухового источников информации делает возможным объединить кинестетиков, аудиалов и визуалов в активные виды деятельности, повысить интерес к обучению, задействовав их ведущий канал восприятия.

Норвиг (2003) отмечает мощный потенциал использования PowerPoint презентаций в связи с тем, что данный интерактивный метод обеспечивает визуальный ряд в виде картинок, таблиц, диаграмм и других когнитивных визуализаторов. Визуальная информация остается в памяти обучающихся намного дольше, чем произнесенная вслух или самостоятельно прочитанная.

Для достижения на практике оптимально эффективного взаимодействия с информационным контентом предлагаемой вниманию студентов презентации, необходимо учитывать следующие общие правила их предъявления (Theriault, 2013).

- Важно тщательно спланировать структуру презентации. Слайды должны следовать в логическом, четко продуманном порядке, отражая суть изучаемой предметной области.

- Размер текстовой информации слайда должен быть читаемым всеми находящимися в аудитории студентами, в том числе и сидящими за задними столами. Идеальный слайд не подразумевает слишком мелкий шрифт.

- Необходимо избегать большого количества текста: один из оптимальных вариантов – придерживаться правила 6x6. Суть данной рекомендации заключается в том, что слайд не должен содержать более шести слов в строке и не более шести строк. Достаточно известный в методике „метод Такахаси“ подходит к объему текста слайда исходя из принципа – обозначать текстовую информацию с использованием в основном заголовков или подзаголовков.

– Контрастность представленной на слайде информации должна быть сведена к минимуму, так как слишком много света на темном фоне может напрягать глаза. Обучающиеся с дислексией или другими возможными ограничениями в состоянии здоровья часто считают, что высокий контраст между текстом и фоном (например, черный текст на белом фоне) очень труден для восприятия.

– Шаблон слайда, по возможности, не должен часто видоизменяться. Иначе данный фактор будет отвлекать внимание обучающихся от основного предмета усвоения.

– Голосовое сопровождение презентации следует осуществлять в нормальном темпе и не перелистывать слайды слишком быстро, что является наиболее часто встречающейся ошибкой при использовании PowerPoint.

– «Картинка может стоить тысячи слов» (Beakes, 2003). Методисты рекомендуют графики, диаграммы, иллюстрации для оптимального усвоения материала презентаций. Однако с целью обеспечения его доступности для студентов необходимо организовать работу так, чтобы у обучающихся было время скопировать их во время презентации.

– При составлении презентаций не рекомендуется использовать более двух цветов текста, если для этого нет серьезной причины. Требуется избегать использования красных и зеленых комбинаций для акцентирования внимания в связи с тем, что дальтонизм препятствует разделению красного и зеленого цветов.

– Добавлять анимацию, звуки, видеоряд или музыку следует только при необходимости. Чрезмерное движение внутри слайдов или между ними может привести к неверной интерпретации материала.

Потенциал использования. Существует множество форм, которые могут использоваться преподавателем в процессе трансляции презентаций PowerPoint с целью организации эффективного взаимодействия как между обучающимися, так и между обучающимися и преподавателем.

Эффективным способом привлечения внимания студентов к материалу презентации выступает вступительный вопрос, который формулируется и озвучивается преподавателем перед началом трансляции и позволяет сфокусировать внимание на наиболее значимых аспектах.

Чтобы максимально серьезно заинтересовать студентов можно использовать следующую технику – осуществлять запуск слайд-шоу по мере того, как обучающиеся заходят в аудиторию и занимают места в ожидании начала занятия. Этот метод поддерживает визуальный интерес и предоставляет возможность запустить механизмы антиципации и актуализации имеющихся знаний.

Видится продуктивной и парная работа на основе полученных по результатам просмотра презентации знаний. Интеракция подразумевает активное обсуждение верного варианта ответа на поставленные преподавателем вопросы, а также формулирование и предъявление общей позиции перед одноклассниками.

Слайды презентации выступают надежной платформой для вынесения на них особо важных данных с целью акцентирования на них внимания обучающихся. На слайде преподаватель может перечислить базовые понятия по изучаемому аспекту, характеристики предметов и явлений, обозначить список слов для активного запоминания. Этот прием поможет обучающимся пересмотреть предыдущие знания и сохранить информацию надолго.

Презентация позволяет эффективно реализовать и такой интерактивный метод как мозговой штурм. Контент слайда в данном случае содержит проблематику запланированной дискуссии, ее опорные вопросы или план. Участники обсуждения генерируют максимальное количество идей решения задачи, в том числе самые фантастические и невероятные. Затем из полученных вариантов выбирают лучшие решения, которые могут быть использованы на практике. Эта техника развивает

когнитивные способности обучающихся, способствует глубокому осмыслению и запоминанию изучаемой информации.

Слайды презентации могут выступать и средством обучающего контроля/самоконтроля. Преподаватель формулирует вопросы по опорным аспектам изучаемого модуля, демонстрирует их полный перечень, а по окончании анализа и выполнения необходимого количества упражнений обозначенные вопросы позволяют обучающимся обобщить уровень и объем усвоенного.

Необходимо отметить и еще одну форму работы с презентациями – слайды являются образцом грамотного написания, верного решения задач или примеров, порядка следования определенных элементов, с помощью которых он достаточно продуктивно организует проверку записей обучающихся. Студенты, приложив изначально усилия для самостоятельного выполнения задания, сравнивают свои заметки с решением на слайде, чтобы обобщить, обосновать, проанализировать, прояснить любые спорные моменты.

Предъявление презентации. Методисты Алли Шрайбер, Рамсделл и Маффо предполагают, что дизайн заголовков слайдов презентации PowerPoint «влияет на удержание аудитории» и говорят, что «заголовки с краткими предложениями более эмоциональны» (Alley, M., Schreiber, M., Ramsdell, K. & Muffo, J., 2006). Слайды с заголовками помогают обучающимся лучше понять содержание.

Исследователями сформулирован ряд следующих рекомендаций:

– Презентации PowerPoint должны содержать ключевые слова, концепции и изображения для их оптимального усвоения.

– Избегайте чтения со слайда – чтение материала может восприниматься так, как будто преподаватель не самостоятельно готовил материал или не знает материал.

– Избегайте быстрого перемещения лазерной указки по слайду.

– Демонстрируйте не более одного-двух слайдов контента в минуту.

– Во время презентации встаньте сбоку от экрана лицом к аудитории.

– Оставьте свет в аудитории включенным и, по возможности, выключите его непосредственно над проекционным экраном.

– Научитесь эффективно использовать PowerPoint и имейте запасной план на случай технического сбоя.

– Выделите на анализ материала презентации достаточно времени, чтобы иметь возможность закончить презентацию. Попытка быстро просмотреть слайды может создать впечатление неорганизованной презентации, и студенту может быть трудно следить за ней.

Преподавателям следует обратить внимание на сложность мультимедийных презентаций. Например, презентации PowerPoint могут быть такими же простыми, как отображение только текста на цветном экране. Напротив, они могут быть сложными, включающими таблицы, изображения, графики, звуковые эффекты, визуальными эффектами, видеоклипы и т.д. Некоторые исследователи отмечают, что такие материалы, как неуместные звуки (Moreno & Mayer, 2001), интересный, но слишком объемный текст (Schraw, 1998) и неподходящие иллюстрации (Mayer, 2001, стр.113), могут значительно снизить уровень усвоения изучаемого материала.

Концепция продуктивности. Продуктивность – это объем знаний, которые обучающийся усваивает за определенный промежуток времени в соответствии с тем, что предлагает преподаватель и как методически он организует предъявление. Главная цель любого преподавателя – повысить компетентность студентов и уровень их успеваемости по предмету, а также побудить их обрести уверенность в себе. Хамдан (2001) определяет академическую продуктивность как овладение рядом навыков, получение необходимых знаний, предлагаемых образовательным опытом по определенному академическому предмету, в том числе, иностранному языку.

Все без исключения лингводидакты относят такой интерактивный метод как презентация PowerPoint к более чем продуктивным и эффективным способам развития

знаний умений и навыкам по всем четырем видам речевой деятельности – чтению, аудирование, письмо и говорение.

В этом отношении данный интерактивный метод является потенциальным как инструмент предъявления необходимой информации, – в таком виде презентации составляются преподавателями, – а также выступает продуктом, в процессе работы над которым формируются иноязычные коммуникативные навыки студентов – в данном случае презентации составляются обучающимися.

Подготовка и предъявление презентации позволяют студентам использовать все языковые навыки, повысить уверенность в себе, а также сформировать непосредственно навыки презентации, которые сегодня причисляются к необходимым на ранке труда Soft Skills. Интерактивный метод презентации развивает также практические и столь необходимые профессиональные навыки для повседневной жизни. Как только студенты овладевают аспектами презентации, они часто становятся лучшими коммуникаторами, имея четкое представление об эффективных приемах ораторского искусства, специфике содержательного и оформительского наполнения слайдов, лаконично достаточном иноязычном вербальном оформлении.

Цели презентации PowerPoint. Презентации PowerPoint проводятся на занятиях по иностранному языку в вузе со следующими целями:

- для информирования/ повышения осведомленности по важному аспекту изучения;
- с целью убеждения аудитории в процессе дискуссии;
- является частью теста или экзамена, демонстрирующего навыки публичных выступлений на иностранном языке.

Для того, чтобы сориентировать студентов, преподаватель может дать студентам вопросы, на которые они должны будут ответить прежде, чем приступить к презентации, чтобы убедиться, что они на верном пути:

С какой целью вы проводите презентацию? (осведомленность, информативность, развлечение...)

Чему вы хотите, чтобы ваши одноклассники научились? Что они должны почерпнуть? (факты, история...)

Как вы собираетесь сделать это интересным? (интересный фактологический материал, визуальные эффекты, аудиофайлы, видеофрагмент...)

Каковы преимущества включения презентаций в структуру занятия?

Повторение вокабуляра. Презентации создаются студентами по принципу максимально возможного включения лексико-грамматических конструкций, необходимых для усвоения. Как обучающие, работающие над составлением презентации, так и воспринимающие материалы презентации на слух имеют возможность многократного обращения к вокабуляру, что способствует его активному и долговременному усвоению.

Разговорная грамматика. Студенты, как правило, неплохо справляются с написанием и продуцированием грамматически правильного текста. Чего им не хватает, так это спонтанности и естественной интонации, которые возникают в процессе предъявления презентации в аудитории. Если практиковать данные умения в непринуждённой обстановке, это поможет обучающимся совершенствоваться. С целью фокусирования внимания студентов на грамматическом аспекте речи выступающего можно предложить им несколько вопросов:

Использует ли говорящий прошедшее время? ДА/НЕТ

Использует ли говорящий относительные предложения? ДА/НЕТ

Использует ли говорящий условные предложения? ДА/НЕТ

Использует ли говорящий средства выражения эмоций? ДА/НЕТ

Язык тела. Не все общение является вербальным. Поскольку занятия английским языком сосредоточены только на изучении языка, у студентов может не

быть времени использовать и практиковать более тонкие коммуникативные сигналы. Презентации позволяют обратить внимание студентов на невербальные средства выражения информации.

Использует ли выступающий с презентацией свои руки? ДА/НЕТ

Устанавливает ли выступающий с презентацией зрительный контакт? ДА/НЕТ

Ходит ли выступающий с презентацией или стоит на одном месте? ДА/НЕТ

Навыки межличностного общения. Презентации позволяют студентам практиковать умения пояснять непонятные для одноклассников детали материала презентаций, отвечать на возникающие вопросы, отстаивать свою позицию в случае возникновения дискуссии. В дополнение к этому, они, возможно, могут осознать, что то, как они объясняют идею, более ценно, чем то, какую идею они выражают.

Развитие социокультурной компетенции. Обращение к аутентичному иноязычному материалу в процессе подготовки к презентации подразумевает обогащение лингвистических, эстетических и этических знаний обучающихся о стране изучаемого языка. Докладчик, как правило, не только знакомит с культурой стран изучаемого языка, но путем сравнения оттеняет особенности своей национальной культуры, знакомит с общечеловеческими ценностями.

Разнообразие форм работы с языком. Презентации ориентированы на достижение цели и основаны на выполнении задач, которые фокусируются на осмысленном языке (последовательность, указатели и т.д.) в аутентичном контексте. Использование этого помогает студентам изучать язык в моделируемой реальной среде и, таким образом, он становится менее теоретическим, живым.

Выводы. Использование на занятиях по иностранному языку такого интерактивного подхода, как презентация – отличный способ придать студентам уверенности. В ходе предъявления своих первых презентаций они могут вести себя застенчиво, но как только они начнут практиковать этот процесс несколько раз, их уверенность, несомненно, возрастет.

Презентации PowerPoint легко получить, изменить и создать. Они универсальны и являются отличным дополнением к изучению любого модуля. На создание или адаптацию хороших презентаций может потребоваться время, но их можно использовать на протяжении нескольких лет.

Презентации можно использовать и как интерактивную форму аудиторной работы, для самостоятельной работы дома или для индивидуальной работы.

Благодаря безусловным преимуществам обозначенного метода презентации PowerPoint занимают достойное место в контексте вузовского образования и столь активно практикуются в преподавании иностранного языка.

Библиографический список:

1. Азамжонова, Х. Н. Interactive methods of activities in teaching foreign languages / Х. Н. Азамжонова. — Текст : непосредственный // Актуальные проблемы филологии : материалы II Междунар. науч. конф. (г. Краснодар, февраль 2016 г.). — Краснодар : Новация, 2016. — С. 79-81. — URL: <https://moluch.ru/conf/phil/archive/177/9583/> (дата обращения: 11.08.2022).

2. Novig, T. (2003). Does PowerPoint Make you Stupid? Presentations, 18(3), 24-31.

3. <http://iteslj.org/Techniques/Fisher-PowerPoint.html>

4. Beakes, G. (2003) A picture is Worth a Thousand Words . A Personal View of Using Images in the Teaching of Biological Science. BEE-j, 1 (1), 15.

5. Alley, M., Schreiber, M., Ramsdell, K& Muffo, J. (2006). How to design of headlines retention. Technical Communication, in presentation slides affects audience 53(2), 233.

6. Moreno, R., & Mayer, R. E. (2000). A coherence effect in multimedia learning: the case for minimizing irrelevant sounds in the design of multimedia instructional messages. Journal of Educational Psychology, 92, 117-125.

7. Schraw, G. (1998). Processing and recall differences among seductive details. *Journal of Educational Psychology*, 90, 3-12.

8. Moore, V & Mayer F., (2001). Evaluation of the effectiveness of providing PowerPoint slide handouts before the class. *Journal of Educational Psychology*, 7(9), 720-736.

9. Hamdan. Z.M (2001). {in Arabic} Evaluating learning and achievement, modern education series. Amman, Jordan: Dar Modern Education.

УДК 342

**СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ РОССИЙСКОЙ СИСТЕМЫ
ЗАКОНОДАТЕЛЬСТВА В СФЕРЕ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА:
КОНСТИТУЦИОННО-ПРАВОВОЙ АСПЕКТ**

*Бондаренко О.А., к.ю.н.,
Волгоградская государственная академия физической культуры,
Волгоград, Россия*

В работе проводится комплексный анализ Конституции РФ, являющейся базой для нормативно-правовых актов, входящих в систему законодательства Российской Федерации в сфере физической культуры и спорта. На основе проведенного исследования конкретизируются международные и внутригосударственные документы, являющиеся актуальными для регулирования физической культуры и спорта в условиях санкционной политики в отношении российских атлетов и политизации международного спортивного движения. Подчеркивается, что в условиях современных реалий разрабатывается система юридического воздействия на нормы международного права, способствующая укреплению позиций России в сфере мирового спорта. Указывается необходимость пересмотра приоритетных направлений политики российского государства в сфере физической культуры и спорта в области регламентации спортивных отношений с учетом уже достигнутой принципиальной позиции в их правовом регулировании, с акцентом на многообразие национальных спортивных законодательств дружественных России государств-участниц международного спортивного движения. Уделяется пристальное внимание вопросам качественного законодательства и нормотворчества в сфере физической культуры и спорта.

Ключевые слова: система законодательства в сфере физической культуры и спорта, Конституция РФ, Федеральный закон от 04.12.2007 № 329-ФЗ «О физической культуре и спорте в Российской Федерации», «Стратегия развития сотрудничества государств – участников Содружества Независимых Государств в области физической культуры и спорта на 2021–2030 годы», санкционная политика в отношении российских спортсменов

**IMPROVING THE RUSSIAN LEGISLATION SYSTEM
IN THE FIELD OF PHYSICAL EDUCATION AND SPORTS:
CONSTITUTIONAL AND LEGAL ASPECT**

*Bondarenko O.A., PhD in Juridical sciences, 978500@mail.ru,
Volgograd State Physical Education Academy,
Volgograd, Russia*

The work provides a comprehensive analysis of the Constitution of the Russian Federation, which is the basis for regulatory legal acts included in the system of legislation of the Russian Federation in the field of physical Education and sports. Based on the research, international and domestic documents that are relevant for the regulation of physical

Education and sports in the context of sanctions policy towards Russian athletes and the politicization of the international sports movement are specified. It is emphasized that in the conditions of modern realities, a system of legal influence on the norms of international law is being developed, which will help strengthen Russia's position in the field of world sports. The need to review the priority directions of the policy of the Russian state in the field of physical Education and sports in the field of regulation of sports relations is indicated, taking into account the already achieved principled position in their legal regulation, with an emphasis on the diversity of national sports legislation of member states of the international sports movement friendly to Russia. Close attention is paid to issues of quality legislation and rule-making in the field of physical Education and sports.

Keywords: system of legislation in the field of physical Education and sports, the Constitution of the Russian Federation, Federal Law dated December 4, 2007 No. 329-FZ «On Physical Education and Sports in the Russian Federation», «Strategy for the development of cooperation between member states of the Commonwealth of Independent States in the field of physical Education and sports in 2021–2030», sanctions policy towards Russian athletes

Актуальность. Растущая политизация спортивного движения в мире, необоснованные санкции в отношении российских спортсменов стали неотъемлемыми компонентами политики в сфере спорта европейских государств. В связи с этим, очевидна необходимость нового подхода к формированию нормативно-правовой базы, совершенствования в России системы законодательства в сфере физической культуры и спорта, в том числе спорта высших достижений.

Актуальным, как для российских атлетов, так и спортивного руководства становится умение расставлять приоритеты в своей профессиональной деятельности, защищать и отстаивать свои права и интересы, используя все не запрещенные методы и способы, в том числе и на международном уровне.

Цель исследования – провести всесторонний анализ Конституции РФ, являющейся базой для нормативно-правовых актов, входящих в систему законодательства Российской Федерации в сфере ФКиС, с целью выявления и конкретизации реально действующих документов, обеспечивающих механизм участия российских спортсменов в соревнованиях, как на внутригосударственном, так и международном уровнях.

Методы исследования. В ходе исследования были использованы методы анализа и сравнения международных и российских документов в сфере ФКиС.

Методика. В научном исследовании применялась методика работы с нормативно-правовыми актами по выявлению специфики правового регулирования российских участников спортивных правоотношений, основанного на конституционных принципах.

Результаты исследования. На сегодняшний день необходимость пересмотра приоритетных направлений политики российского государства в сфере физической культуры и спорта становится неоспоримым фактом, в том числе в области регламентации спортивных отношений с учетом уже достигнутой принципиальной позиции в их правовом регулировании, с акцентом на многообразие национальных спортивных законодательств дружественных России государств-участниц международного спортивного движения.

Непрекращающаяся санкционная политика международного спортивного сообщества, с все более растущими необоснованными претензиями к российским спортсменам и их руководству, дала толчок к формированию и развитию внутригосударственной нормативной базы, акцентированию внимания на действующую систему законодательства, необходимости устранения в ней пробелов

одновременно с ее обновлением. Требуется обогащение нормативно-правовых актов, смежных и сопутствующих законодательству о спорте.

Базовым документом в системе законодательства Российской Федерации является ее Основной закон – Конституция РФ, содержащий нормы-принципы, на основе которых строится вся юридическая регламентация физической культуры и спорта в нашем государстве. Согласно документу, в указанной системе, которая представляет собой совокупность взаимосвязанных, обладающих юридической силой, внутренней согласованностью и единением нормативно-правовых актов, международным договорам отведено не последнее место. Внесенные изменения в Основной закон России в июле 2020 г. ставили одну из своих целей – закрепление приоритета законодательства Российской Федерации над международными документами. Между тем в ч. 4 ст. 15 Основного закона констатируется: составной частью правовой системы России являются международные договоры, что подчеркивает стремление нашего государства действовать в рамках международного права, следовать общепризнанным принципам. Содержание нормы Основного закона определяет взаимодействие с позиции взаимоуважения и сотрудничества с другими государствами в различных сферах, в том числе и спорте. Однако нормами ч. 6 ст. 125 документа закрепляется: не подлежат применению международные договоры, противоречащие Конституции РФ [2].

В условиях современных реалий создаваемая юридическая база должна способствовать укреплению позиций России в сфере мирового спорта. В рамках межгосударственных объединений, межправительственных и международных организаций, созданных по инициативе или с участием Российской Федерации, на основе совместно разработанных программ, с учетом подписанных и ратифицированных международных договоров проводятся спортивные игры, турниры, фестивали, праздники и др. Форматы физкультурно-спортивных мероприятий – различны; финансирование – значительное; подготовка спортсменов – серьезная; профессионализм участников – высокий.

Ключевой формой общественной организации выступает интеграция стимулов развития спорта государств СНГ. Мотивация процессов интеграции российского спорта в экосистему Содружества Независимых Государств связана с углублением международных диспаратетов, дисфункциональностью олимпийского спорта [1, 74].

На сегодняшний день реализуются стратегически важные документы, на одном из которых, в качестве примера, акцентируем внимание – «Стратегия развития сотрудничества государств – участников Содружества Независимых Государств в области физической культуры и спорта на 2021–2030 годы», включающий в себя нормы-принципы по механизму укрепления взаимодействия в деле эффективного использования возможностей физической культуры и спорта стран Содружества. В нем указывается на необходимость: анализа состояния правового регулирования в области физической культуры и спорта, а также смежного законодательства; с учетом действующих международных норм и этических принципов в данной сфере совершенствования национального законодательства; разработки многосторонних нормативных правовых актов о сотрудничестве в сфере спорта и физической культуры [4].

Не стоит игнорировать следующие документы, не потерявшие на сегодняшний день своей актуальности по регулированию спортивных отношений, несмотря на принятие их в XX веке: «Международная хартия физического воспитания», «Кодекс спортивной этики», «Конвенция против применения допинга».

Следуя структуре системы законодательства в сфере физической культуры и спорта, необходимо акцентировать внимание на 329-ФЗ «О физической культуре и спорте в Российской Федерации». Федеральным законом закрепляется принципиальное положение о единстве правовой базы на всей территории нашего государства, об основе законодательства о ФКиС – Конституции РФ и роли других федеральных

законов и законов субъектов Российской Федерации [6]. В редакции ст. 2 № 329-ФЗ уточняется: институты, понятия, термины отраслей российского законодательства, используемые в настоящем Федеральном законе, применяются в значении, в котором они используются в этих отраслях законодательства, если иное не предусмотрено указанным документом. При этом согласно ч. 5 ст. 4 указанного Федерального закона в Российской Федерации не подлежат исполнению противоречащие Конституции РФ, принятые на основании положений международных договоров решения межгосударственных органов.

Профессиональный спорт – это профессиональная трудовая деятельность, требующая эффективного механизма ее регуляции в условиях современной действительности. На федеральном уровне безусловное значение в регламентации внутригосударственных трудовых правоотношений спортсменов, тренеров, руководителей спортивных организаций и других субъектов имеет Трудовой кодекс РФ. Поэтому вполне актуальным видится своевременное совершенствование норм путем конкретизации правосубъектности участников указанных правоотношений, закрепленных статьями 348.2-348.13 указанного документа [5]. Необходимость конкретизации норм Гражданского законодательства в части регулирования договоров по предоставлению профессиональных услуг в спортивных отношениях также становится актуальным при стремлении его субъектов «инвестировать в себя», применяя нормы ст. 34 Конституции РФ о праве на свободное использование своих способностей [2].

Вместе с тем небезосновательно следует указать на федеральное законодательство административного и уголовного характера, в которое внесены дополнения по ужесточению наказания субъектов спортивных правоотношений в связи с недобросовестным исполнением или неисполнением своих профессиональных обязательств. Речь идет о редакциях: ст. 6.18 Кодекса РФ об административных правонарушениях о нарушении требований законодательства о ФКиС по предотвращению допинга и борьбе с ним в спорте [8]; ст. 230.1 и ст. 230.2 Уголовного кодекса РФ о склонении спортсмена к использованию допинга и использовании в отношении спортсмена запрещенных субстанций и методов [7].

Выводы.

Итак, в современных условиях использование «зарубежными партнерами» любого повода недопуска российских атлетов к участию в международных соревнованиях привело к необходимости пристального внимания к вопросам качественного законодательства и нормотворчества в сфере физической культуры и спорта. Очевидно, требуется ревизия правовых установлений и современная отечественная интерпретация, доведение их содержания до всех субъектов спортивных правоотношений внутри страны и за ее пределами [3,149].

Между тем стремление России к активному участию в межгосударственном сотрудничестве в сфере спорта способствует выработке различных направлений по укреплению связей, включая унификацию и гармонизацию нормативно-правовой базы стран, дружественных Российской Федерации.

Таким образом, на сегодняшний день активно формируется регулирующая спортивные правоотношения нормативная база, в основе которой – определяющая систему законодательства о ФКиС России Конституция нашего государства; актуальным становится нарабатывание практики ее применения с учетом действующих внутригосударственных и актуальных международных документов.

Библиографический список:

1. Григорьев, В.И. Перспективы развития студенческого спорта на платформе Содружества Независимых Государств: контекстный подход / В.И. Григорьев // Физическая культура и спорт в XXI веке: актуальные проблемы и пути решения:

сборник материалов II Международной научно-практической конференции, Волгоград, 19 – 20 октября 2022 года / под общей ред. Горбачевой В.В., Борисенко Е.Г. – Волгоград: Волгоградская государственная академия физической культуры, 2022. – С.73-79.

2. Конституция Российской Федерации (принята всенародным голосованием 12.12.1993 с изменениями, одобренными в ходе общероссийского голосования 01.07.2020) офиц. сайт. – URL:<https://pravo.gov.ru/> (дата обращения: 21.09.2023).

3. Плетников, В.С. Проблема соотношения норм международного и национального права, регламентирующих организацию и деятельность в области физической культуры и спорта / В.С. Плетников, М.С. Плетникова // Актуальные проблемы правового регулирования спортивных отношений: материалы XII Международной научно-практической конференции, посвященной сохранению гуманистических ценностей спорта, Челябинск, 21 апреля 2022 года. – Челябинск: Уральский государственный университет физической культуры, 2022. – С. 147-150.

4. Решение Совета глав правительств СНГ «О Стратегии развития сотрудничества государств – участников Содружества Независимых Государств в области физической культуры и спорта на 2021 – 2030 годы» офиц. сайт. – URL:<http://cis.minsk.by/> (дата обращения: 21.09.2023).

5. Трудовой кодекс Российской Федерации от 30.12.2001 № 197-ФЗ // Собрание законодательства РФ. – 2002. – № 1(ч. 1). – Ст. 3.

6. Федеральный закон от 04.12.2007 № 329-ФЗ «О физической культуре и спорте в Российской Федерации» // «Собрание законодательства РФ». – 2007. – № 50. – Ст. 6242.

7. Федеральный закон от 22.11.2016 № 392-ФЗ «О внесении изменений в Уголовный кодекс Российской Федерации и Уголовно-процессуальный кодекс Российской Федерации (в части усиления ответственности за нарушение антидопинговых правил)» офиц. сайт. – URL:<https://pravo.gov.ru/> (дата обращения: 21.09.2023).

8. Федеральный закон от 01.05.2019 № 96-ФЗ «О внесении изменений в статьи 3.5 и 6.18 Кодекса Российской Федерации об административных правонарушениях» офиц. сайт. – URL:<https://pravo.gov.ru/> (дата обращения: 21.09.2023).

УДК: 796.035

К ВОПРОСУ О ПРАВОВОМ РЕГУЛИРОВАНИИ ВОВЛЕЧЕНИЯ НАСЕЛЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ В ЗАНЯТИЯ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРОЙ И СПОРТОМ

*Власюк Е.М., студент,
Научный руководитель: Бондаренко О.А., к.ю.н.,
Научный консультант: Стеценко Н.В., к.п.н., доцент,
Волгоградская государственная академия физической культуры,
Волгоград, Россия*

В статье проводится анализ актуальной на сегодняшний день проблемы: малоподвижность населения, которая связана с сидячим образом жизни.

Рассматриваются международные документы и российские нормативно-правовые акты по выявлению специфики правового регулирования вовлечения населения в занятия спортом и физической культурой. Акцент делается на органы и организации, принимающие правовые акты и требующие их исполнения в рамках реализации норм международного спортивного права.

В исследовании представлен анализ документов, таких как «Международная хартия физического воспитания и спорта», Федеральный закон № 329-ФЗ «О физической культуре и спорте в РФ», Конституция РФ, согласно статьям которых занятия физической культурой и спортом должны быть доступны для всех граждан, и также, что, для этого необходимы соответствующий инвентарь и оборудование.

Делается вывод о том, что законодательная база по регулированию вовлечения населения в занятия физической культурой и спортом разработана как на международном, так и национальном уровнях. Но практика её применения остается недостаточной.

В результате проведенного анализа указанной проблемы мы предложили ряд рекомендаций для её решения.

Ключевые слова: малоподвижность, вовлечение в занятия спортом, здоровый образ жизни, физическая активность, законодательство, регулирующее массовый спорт

TO THE QUESTION OF LEGAL REGULATION OF INVOLVEMENT OF THE POPULATION OF THE RUSSIAN FEDERATION IN PHYSICAL EDUCATION AND SPORTS

*Vlasyuk E.M., student,
Scientific adviser: Bondarenko O.A., PhD,
Scientific consultant: Stetsenko N.V., PhD, associate professor,
Volgograd State Academy of Physical Education,
Volgograd, Russia*

The article analyzes a current problem: sedentary behavior of the population, which is associated with a sedentary lifestyle.

International documents and Russian regulations are considered to identify the specifics of legal regulation of the involvement of the population in sports and physical education. The emphasis is on bodies and organizations that adopt legal acts and require their implementation as part of the implementation of international sports law.

The study presents documents such as the “International Charter of Physical Education and Sports”, Federal Law № 329-FZ “On Physical Education and Sports in the Russian Federation”, the Constitution of the Russian Federation, according to the articles of which physical education and sports should be available to all citizens, and also that this requires appropriate inventory and equipment.

It is concluded that the legislative framework for regulating the involvement of the population in physical education and sports has been developed both at the international and national levels. But the practice of its application remains insufficient.

As a result of the analysis of this problem, we proposed a number of recommendations for solving it.

Key words: inactivity, involvement in sports, healthy lifestyle, physical activity, legislation regulating mass sports

Актуальность. Проблема сидячего образа жизни и физической неактивности является актуальной в современном обществе. К сожалению, на сегодняшний день в условиях роста технологий и автоматизации, задачи, для решения которых раньше требовалась физическая активность, теперь выполняются с помощью гаджетов и машин. Мы все больше времени проводим перед экранами, работая за компьютерами. Как следствие- уменьшение физической активности и увеличение времени, проводимого в пассивном состоянии.

По данным Всемирной организации здравоохранения (ВОЗ), от 60% до 85% населения во всем мире не получают достаточной активности. Малоподвижность – это четвертый по значимости фактор, способствующий глобальной смертности.

Также весомой причиной является рост числа сидячих профессий: многие из них требуют длительного времяпровождения на одном месте. Речь идет о программистах, работников колл-центров, офисных работников и других. Это приводит к длительным периодам без движения и недостатку активности. Согласно статистике, с 1950 года количество сидячих рабочих мест увеличилось на 83%, а количество рабочих мест, предполагающих физическую активность сотрудника, составило в настоящее время не более 25% от общего количества рабочих мест. Кроме того, увеличилась продолжительность рабочей недели, что на сегодняшний день составляет 47-60 часов в неделю. Это, как минимум, на 164 часа в год больше, чем 20 лет назад.

Целью исследования является выявление эффективных механизмов правового регулирования, которые могут способствовать сохранению, увеличению продолжительности жизни и оздоровлению населения, а также увеличению уровня физической активности и повышению общественного интереса к спорту.

Методы исследования. В работе использовались методы анализа и сравнения, применение которых позволило рассмотреть вопросы темы исследования во взаимосвязи и целостности, а также объективно и всесторонне.

Методика. В научном исследовании применялась методика работа с нормативно-правовыми актами по выявлению специфики правового регулирования вовлечения населения РФ в занятия физической культурой и спортом.

Результаты исследования. Современный образ жизни стал более комфортным и удобным. Так, например, мы предпочитаем пользоваться лифтами, вместо лестницы, проводить свободное время за просмотром телевизора или игрой на компьютере, а не прогулкой на свежем воздухе или занятием спортом.

Также проблема сидячего образа жизни стала более актуальной после пандемии коронавируса. В период заболевания многие фитнес-центры и тренажерные залы были или закрыты, или имели ограничения посещения. Это затруднило доступ к занятиям для многих людей, особенно для тех, кто регулярно занимался спортом и посещал спортивные комплексы. Последствия длительного карантина привели к снижению физической активности и увеличению сидячего образа жизни.

Таким образом, ограничение свободы передвижения и доступа к спортивным мероприятиям приводит к ухудшению физической формы и увеличению риска развития заболеваний, связанных с неактивностью. После пандемии коронавируса, когда здоровье является особенно важным, поддержание активного образа жизни становится значимым и актуальным.

Еще одной немаловажной причиной неактивного образа жизни является недостаток спортивной инфраструктуры, изношенность спортивных объектов, устаревшая материальная база. Все это связано с недостаточным: государственным финансированием сферы и привлечением внебюджетных источников; малоэффективным механизмом правового регулирования массового спорта.

Рассмотрим, какие нормативно-правовые акты международного и российского уровня регулируют и регламентируют данную область.

Так, на сегодняшний день остаются актуальными нормы международного документа «Международная хартия физического воспитания и спорта» [2], согласно которой занятие физическим воспитанием и спортом – основное право каждого человека, а также, что, физическое воспитание и спорт являются важным элементом непрерывного образования в общей системе образования, и для занятий спортом необходимы соответствующие оборудования и инвентарь.

Среди российских федеральных законов значимыми являются Конституция РФ, № 329-ФЗ «О физической культуре и спорта в РФ».

Согласно статье 44 Конституции РФ [1]: Граждане РФ имеют право на здоровый образ жизни, включая право на физическую культуру и спорт. Государство обязано создавать условия для занятий спортом и развития физической культуры. Также ч. 2 статьи 72 констатирует: государство поддерживает развитие физической культуры и спорта и создает условия для участия в спортивных мероприятиях и развития спортивной инфраструктуры.

Статьей 3 № 329-ФЗ «О физической культуре и спорте в Российской Федерации» [4] закрепляются основные принципы государственной политики в области физической культуры и спорта, включая приоритетность здорового образа жизни, доступность занятий физической культурой и спортом для всех граждан, развитие спортивной инфраструктуры и поддержку спортивных достижений.

Между тем, значительную роль в РФ играют подзаконные акты. В Указе Президента РФ «О национальных целях и стратегических задачах развития Российской Федерации на период до 2024 года» [3] отмечается, что Правительству РФ поручено обеспечить к 2024 году вовлечение в систематические занятия физической культурой и спортом не менее 55,0% населения страны путем создания соответствующих условий для всех категорий и групп населения, повышения уровня обеспеченности объектами спорта и развития системы подготовки спортивного резерва.

Таким образом, на сегодняшний день законодательная база по данной проблематике разработана. Однако, возникает вопрос об эффективности использования данных документов и позиции руководства регионов и муниципалитетов в решении задач об оздоровлении нации и вовлечении населения в занятия спортом.

Чтобы выяснить, как происходит вовлечение населения в занятия спортом в нашем регионе, мы решили обратиться к работе комитета ФКиС Волгоградской области. С этой целью изучили представленную информацию на официальной странице указанного комитета. К сожалению, на сайте отсутствует актуальная информация по проведению массовых спортивных мероприятий, вследствие чего это приводит к низкой осведомленности общественности, и население не знает о существующих спортивных клубах, секциях или мероприятиях и не принимает активное участие в спортивной жизни города. Но, несмотря на это, в Волгограде все равно проводятся спортивные мероприятия и соревнования. Например, каждый год устраиваются велопробеги, марафоны и благотворительные забеги, посвященные знаменательным датам, выдающимся спортсменам, в рамках праздничных, выходных дней. Последним из них был «Кросс нации», который проходил 16 сентября 2023 года в Центральном парке культуры и отдыха.

Вместе с тем, в некоторых районах города Волгограда по инициативе администрации установлены многофункциональные площадки, на которых могут заниматься как взрослые, так и дети. И уже при строительстве новых домов заранее проектируется установка площадок для занятий спортом.

Выводы.

Исходя из вышесказанного, мы делаем вывод о том, что законодательная база по регулированию вовлечения населения в занятия физической культурой и спортом разработана как на международном, так и национальном уровнях. Однако, к сожалению, практика её применения остается недостаточной. В свете выявленных проблем, можно предложить ряд рекомендаций:

Во-первых, в календарном плане комитетов по ФКиС предусмотреть ежегодные систематически проводимые и финансируемые из региональных бюджетов спортивные мероприятия, направленные на поддержание здоровья населения, стимулирующее участие его в них.

Во-вторых, улучшить информированность населения о возможностях занятий ФКиС. Это может быть достигнуто через проведение информационных кампаний,

создание специальных интернет – порталов или приложений, которые будут содержать информацию о предстоящих мероприятиях.

В-третьих, мы считаем, что для борьбы с малоподвижным образом жизни можно следовать самым простым действиям:

1. начните делать зарядку по утрам;
2. на работе выделяйте время для физминуток;
3. откажитесь от транспорта, если есть возможность дойти пешком;
4. проводите свободное время на улице: гуляйте по парку, катайтесь на велосипеде, играйте с друзьями и родственниками в подвижные игры.

При желании любой человек может повысить уровень своей физической активности, даже при интенсивной сидячей работе.

Библиографический список:

1. Конституция Российской Федерации (принята всенародным голосованием 12.12.1993 с изменениями, одобренными в ходе общероссийского голосования 01.07.2020) [Электронный ресурс]. Режим доступа: <http://pravo.gov.ru/> (дата обращения: 05.10.2023).

2. «Международная хартия физического воспитания и спорта» (принята в г. Париже 21.11.1978 на 20-ой сессии Генеральной конференции ЮНЕСКО) // Международные нормативные акты ЮНЕСКО. – М.: Логос, 1993. [Электронный ресурс]. Режим доступа: https://unesdoc.unesco.org/ark:/48223/pf0000235409_rus (дата обращения: 05.10.2023).

3. Указ Президента РФ от 07.05.2018 № 204 «О национальных целях и стратегических задачах развития Российской Федерации на период до 2024 года». [Электронный ресурс]. Режим доступа: <http://pravo.gov.ru/> (дата обращения: 05.10.2023).

4. Федеральный закон от 04.12.2007 № 329-ФЗ «О физической культуре и спорте в Российской Федерации». [Электронный ресурс]. Режим доступа: <http://pravo.gov.ru/> (дата обращения: 05.10.2023).

УДК 796:338.28

ГУМАНИЗАЦИЯ ОБРАЗОВАНИЯ СФЕРЫ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА В СИСТЕМЕ ПОДГОТОВКИ СПЕЦИАЛИСТОВ ВОЗДУШНОГО ТРАНСПОРТА

*Волкова Л.М., к.п.н., профессор,
Санкт-Петербургский государственный университет гражданской авиации,
Санкт-Петербург, Россия*

В статье представлен материал по одному из важнейших направлений социальной работы в учреждениях высшей школы - гуманизации образовательного процесса, разработке форм и методов социально-педагогической деятельности. Отмечено, что в решении задач гуманизации значимое место занимают учебно-методические объединения вуза. Особое внимание обращено на педагогические технологии гуманизации студентов в дисциплине «Физическая культура и спорт». В исследовании определены основные направления деятельности учебно-методического объединения в высшей школе в настоящее время. Особое внимание обращено на ведущие аспекты решения проблем гуманизации образования, которое может быть достигнуто, если эти аспекты будут достаточно четко и полно определены. Решение проблем гуманизации образования нашло свое отражение в разработке рабочих

профессионально-образовательных программ бакалавра, специалиста и магистра по разным специальностям очной и заочной форм обучения.

Ключевые слова: гуманизация, университет, образование, студент, учебно-методическое объединение

HUMANIZATION OF PHYSICAL EDUCATION AND SPORTS EDUCATION IN THE SYSTEM OF TRAINING AIR TRANSPORT SPECIALISTS

*Volkova L.M., PhD, Professor,
Saint Petersburg State University of Civil Aviation,
Saint Petersburg, Russia*

The article presents material on one of the most important areas of social work in institutions of higher education - the humanization of the educational process, the development of forms and methods of socio-pedagogical activity. It is noted that educational and methodological associations of the university occupy a significant place in solving the problems of humanization. Special attention is paid to pedagogical technologies of humanization of students in the discipline "Physical Education and sports". The study identifies the main activities of the educational and methodological association in higher education at the present time. Special attention is paid to the leading aspects of solving the problems of humanization of education, which can be achieved if these aspects are sufficiently clearly and fully defined. The solution of the problems of humanization of education has been reflected in the development of working professional and educational programs of bachelor, specialist and master in various specialties of full-time and part-time forms of education.

Keywords: humanization, university, education, student, educational and methodical association

Актуальность. Одно из важнейших направлений социальной работы в учреждениях образования – гуманизация образовательного процесса, разработка форм и методов социально-педагогической деятельности [1]. В ходе современной реформы образовательных отраслей наметилась тенденция к гуманизации образования, объективной оценке социально-экономических преобразований в стране и их влияние на развитие новых парадигм в сфере культуры и образования [3,4]. Гуманизация образования представляет весьма сложную проблему, требующую учитывать специфику различных специализаций и направлений подготовки студентов высших учебных заведений. Сегодня обсуждаются стратегические направления развития и совершенствования системы профессионального образования в современных условиях модернизации среднего и высшего образования [8].

В решении этих задач важное место занимают учебно-методические объединения (УМО). УМО создаются в целях участия педагогических, научных работников, а также представителей работодателей в совершенствовании образовательных стандартов, примерных образовательных программ для обеспечения качества и развития содержания образования, это является важным звеном, своего рода плацдармом для дальнейшего развития и совершенствования системы профессиональной подготовки.

Работа УМО является не только необходимой, но и эффективной, позволяет обеспечить совершенствование системы образования, в том числе решать проблему гуманизации образовательного процесса.

Решение проблем гуманизации образовательного процесса через УМО в университетах, где осуществляется подготовка специалистов, профессия которых отнесена к категории “человек-человек”, особенно актуально. Именно здесь высока

значимость процесса передачи информации от человека к человеку, передачи и обмена информацией с целью воздействия на социальные процессы, межличностное взаимодействие, взаимопонимание людей, подлинное общение, взаимосвязь человеческих отношений.

Эффективность УМО в гуманизации образовательного процесса подтверждается и в Университетах, где представлен широкий спектр специальностей и отраслей науки. Гуманизация образования силами УМО в Университетах наиболее перспективна в силу сосредоточения здесь квалифицированных кадров профессорско-преподавательского состава, которые способны всесторонне разработать направления гуманизации, довести их до широкого использования в системе высшего профессионального образования.

Педагогические технологии в гуманизации образования могут быть применены и к физической культуре при обучении студенческой молодежи. В настоящее время в соответствии с социально-экономическими особенностями нашего общества определена основная цель физкультурного образования - это непрерывное формирование гармонично развитой личности средствами физической культуры. Такая целевая направленность физического воспитания молодежи требует от учебного процесса частично отказаться от командно-строевых, унитарных методов воспитания и создание новых путей в реализации методологических подходов к овладению основами ценностей физической культуры, формирования здорового стиля жизни молодежи и гуманизации личности [2,5].

Методика и организация исследования. Анализ и обобщение специальной литературы, анкетирование, опрос, экспертная оценка исследуемой проблемы. Исследование проведено на базе кафедры физической и психофизиологической подготовки Санкт-Петербургского государственного университета гражданской авиации им. Главного маршала авиации А.А. Новикова.

Полученные результаты. Анализ специальной литературы по изучаемой проблеме свидетельствует, что сегодня возможно обновление содержания уже самого образования и в центре этого образования должен быть поставлен человек, как объект и цель гармоничного интеллектуального, нравственного и физического развития [6,8].

Для этой цели необходимо:

* повысить уровень учебных занятий, чтобы они оказывали значительное влияние на повышение сознания студентов, формирование у них активных установок и убеждений в отношении к физической культуре;

* постоянно расти профессионально самим преподавателям, развивать и совершенствовать отношение к своему делу, устранять негативные моменты и причины в своей деятельности, отказаться от устаревших форм и методов в работе и одновременно постоянно искать конструктивные предложения совершенствования процесса физической культуры студентов.

Считаем, что основными направлениями деятельности УМО в высшей школе в настоящее время являются:

✓ участие в разработке проектов образовательных стандартов профессионального образования и осуществление их методического сопровождения;

✓ организация экспертизы проектов примерных образовательных программ, в том числе по дисциплине «Физическая культура и спорт»;

✓ взаимодействие с работодателями при организации и разработке примерных программ, а также средств для оценки знаний, умений, навыков и уровня сформированности компетенций обучающихся;

✓ проведение мониторинга, контроля и оценки качества в сфере образования;

✓ подготовка предложений по повышению эффективности социально-гуманитарных направлений в сфере высшего образования;

✓ разработка аспектов цифровизации образования;

✓ учебно-методическое обеспечение образовательных программ современными библиотечно-информационными ресурсами, в том числе по вопросам физической культуры, спорта, здорового образа жизни, спортивной тренировки;

✓ активизация патриотической, профессионально-ориентационной и воспитательной работы, предусматривающей усиление интеграции образовательного и воспитательного процессов;

✓ разработка программ повышения квалификации и профессиональной подготовки профессорско-преподавательского состава вуза и др.

Считаем, что решение проблем гуманизации образования может быть достигнуто, если будут достаточно четко и полно определены основные аспекты подобной деятельности. Выделим следующие основные аспекты гуманизации образования в Университетах силами УМО.

УМО в качестве первого аспекта гуманизации образования может рассматривать расширение и увеличение времени на изучение гуманитарных дисциплин, введение их как обязательного блока в рабочие профессионально-образовательные программы. Включение гуманитарных дисциплин в профессиональную подготовку любого специалиста необходимо, поскольку сегодня значимо усложняются взаимоотношения людей в обществе, все возрастает роль человека в его влиянии на окружающий мир.

Второй аспект гуманизации образования значительно сложнее, так как предполагает внимание к каждой личности обучающегося, необходимость наиболее полного учета его индивидуальных запросов, интересов, склонностей, способностей в области образования. Решение этой сложнейшей задачи УМО видит в разработке многоуровневой системы образования, которая должна создать широкие возможности для индивидуальной траектории прохождения всего образовательного процесса каждой личностью, где появляется реальная возможность осознанного свободного выбора дальнейшего образования на его последующих этапах.

Говоря о третьем аспекте гуманизации образования, следует учесть, что все возрастающая роль человека в современном мире требует усиления внимания к формированию в процессе любого образования тех свойств личности, которые оказываются наиболее значимыми в той или другой профессии. Только формируя все необходимые компетенции можно обеспечить эффективность подготовки специалиста к предстоящей профессиональной деятельности. Однако, при всем разнообразии современных профессий, гуманизация образования, в конечном счете, может оказаться эффективной для общества, если образовательный процесс формирует у каждого специалиста такое свойство личности, как гуманизм. Это предполагает формирование у будущего специалиста понимания сущности гуманизма, гуманных отношений, стремления развивать в собственной личности это качество, осознания необходимости развития гуманизма у всех членов общества, четких представлений о ведущем значении гуманизма в своей профессиональной деятельности.

Решение проблем гуманизации образования в деятельности УМО нашло свое отражение в разработке рабочих профессионально-образовательных программ бакалавра, специалиста и магистра по разным специальностям очной и заочной форм обучения, в создании учебных программ как обязательных, так и элективных курсов.

Грандиозный скачок производительных сил, современной техники и системы коммуникаций, наряду с положительными сторонами развития цивилизации, породил ряд серьезных глобальных проблем, связанных с угрозой природе и социальной жизни людей. Индустриальная цивилизация приводит часто к прагматическому вещизму, развитие личности оборачивается индивидуализмом, разрушительным для совместной жизни людей.

Образованный человек - это не только высококлассный специалист, а человек, подготовленный к испытаниям и изменениям в жизни. К тому же, быстроменяющийся социальный заказ на специалистов и соответствующее изменение структуры профессий

сегодня ориентирован в пользу более образованных членов общества. Осознание опасности технократического перерождения культуры и образования является настоятельной потребностью времени. Лишь преодолев ограниченность технократического образования можно воссоздать подлинность и богатство гуманистического содержания образования. Только такое образование может строить гармонические творческие отношения с обществом и окружающим миром.

В экономической сфере предстоит поднять личность специалиста над технологическими и производственными процессами, чтобы вся нетворческая деятельность была отдана машинам. Но даже самые современные конструкции и процессы со временем устаревают и потребуются разработка и создание новых технологий, которые немислимы без творческой деятельности специалиста. Новые проблемы приведут к поиску и освоению новых знаний. Производство знаний, возложенное в большей мере, на академическое образование и вузовскую науку создаст условия для развития личности, поднимет его творческий труд на общественно значимую высоту.

Социальный механизм формирования личности основывается на взаимодействии общества и личности. Таким образом, в этом взаимосвязанном и взаимозависимом процессе по новому определяются приоритеты и ценности, обосновывая необходимость личностно ориентированной парадигмы образования.

С этой целью в Университетах создаются Центры гуманизации образования и психофизического здоровья, которые являются структурными подразделениями высшего учебного заведения. В своей деятельности Центр среди прочих вопросов решает следующие задачи в области физической культуры:

- организация и проведение оздоровительно-физкультурной работы;
- организация отдыха студентов и сотрудников;
- организация походов Выходного дня, «Дней здоровья», массовых мероприятий и др.

Со студентами и сотрудниками Центр проводит консультативную работу по следующим проблемам: личностный рост и духовное совершенствование, механизмы психофизической защиты и борьба со стрессом, совместимость в малых группах и др. Успешная работа Центра гуманизации образования и психофизического здоровья во многом определяется администрацией и профессорско-преподавательским составом вуза, которые проводят политику по созданию условий повышения уровня качества социальной жизни студентов и сотрудников.

Заключение. Ведущие позиции в процессе формирования целостной личности как главной цели гуманистического общества должно занимать университетское образование. Развитие творчества и осмысление новых функций обуславливает необходимость разработки социально значимых информационно-педагогических технологий, индивидуального подхода в образовательном процессе, возможность к самопониманию, самооценке и самореализации личности специалиста в новых условиях. Сегодня, в новых социально-экономических условиях развития высшей школы, острейшая проблема - надежность человеческого звена, где главную роль играет повышение уровня качества жизни.

Таким образом, социальная работа в сфере высшего образования играет очень важную роль в вопросах гуманизации, а сам Университет выполняет в обществе важнейшие функции социализации и подготовки человека к жизни.

Именно подготовка будущих специалистов с высшим образованием с учетом социально-гуманитарных направлений будет соответствовать целям и задачам государственной программы российской Федерации по проекту «Образование» по направлению «Подготовка высококвалифицированных специалистов и рабочих кадров с учетом современных стандартов и передовых технологий», а также государственной программы «Развитие образования» и федерального проекта «Молодые

профессионалы» (Повышение конкурентоспособности профессионального образования), национального проекта «Образование».

Библиографический список:

1. Аникеева, О.А. Социальная работа в сфере образования: понятие, теория, практика/О.А. Аникеева//Проблемы образования и воспитания. Вестник МГУС № 2. - 2007. С. 56-59.
2. Волкова, Л.М. Здоровый образ жизни современной молодежи/ Л.М. Волова//Интеграция мировой науки и техники: новые концепции и парадигмы. Ставрополь, 2023. С. 265-266.
3. Даценко, А.А. Модернизация учебных программ в соответствии с новыми государственными стандартами обучения дисциплины "Физическая культура" /А.А. Даценко, А.А. Голубев, Ю.М. Пахомов, Л.М. Волкова, О.Н. Устинова, Л.В. Митенкова//Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгафта. 2021. № 10 (200). С. 68-71.
4. Дементьев, К.Н. Здоровый образ жизни студентов вуза гражданской авиации как условие профессионального долголетия / К.Н. Дементьев, А.О. Полина, А.В. Кузьминых //Заметки ученого. 2022. № 4. С. 303-306.
5. Евсеев, В.В. Физическая культура в самооценках студентов: социологические аспекты анализа/ В.В. Евсеев, Л.М. Волкова, Е.Г. Поздеева//Четвертая промышленная революция: реалии и современные вызовы. Санкт-Петербургские социологические чтения. 2018. С. 282-287.
6. Устинова, О.Н. Цифровизация образования в современных условиях/ О.Н. Устинова, Л.М. Волкова, М.А. Дасько, А.А. Голубев, А.А. Даценко, Д.А. Васильев//Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгафта. 2021. № 3(193). С. 433-436.
7. Шалупин, В.И. Образовательные аспекты формирования физической культуры личности/В.И. Шалупин, Д.В. Морщина// Научный вестник МГТУ ГА. 2011. № 166. С. 174-176.
8. Шалупин, В.И. Профессионально-прикладная физическая подготовка студентов МГТУ ГА/ В.И. Шалупин, И.А. Письменский// Научный вестник МГТУ ГА. 2015. № 213 (3). С. 81-84.

УДК 796:338.28

НЕПРЕРЫВНОЕ ФИЗКУЛЬТУРНОЕ ОБРАЗОВАНИЕ КАК ФИЗИЧЕСКИЙ И СОЦИАЛЬНЫЙ ФАКТОР СОВЕРШЕНСТВОВАНИЯ ЧЕЛОВЕКА

Комиссарчик К.М., к.п.н., доцент,

Санкт-Петербургский государственный педиатрический медицинский университет,

Устинова О.Н., к.п.н., доцент,

Санкт-Петербургский политехнический университет им. Петра Великого,

Волкова Л.М., к.п.н., профессор,

Алехина А.В., старший преподаватель,

Санкт-Петербургский государственный университет гражданской авиации,

Санкт-Петербург, Россия

В статье представлен материал по концепции непрерывного физкультурного образования, которое обусловлено постоянной потребностью людей в физическом совершенствовании, повышении физического образования. Показано, что современные изменения социально-экономических условий жизнедеятельности приводят к ценностной переориентации людей по отношению к физической культуре. Значимо повышается роль физкультурного образования, поиска эффективных форм и методов, включая информационные технологии физкультурно-оздоровительной деятельности

специалистов. Особый акцент в исследовании сделан на непрерывности образования по физической культуре на этапе профессиональной деятельности, который хорошо реализуется через процесс физкультурно-оздоровительного комплекса. Пристальное внимание обращалось на включение образовательных элементов на каждом этапе педагогического процесса занятий в физкультурно-оздоровительном комплексе, осуществлялся подбор готовых информационных средств, проводилась разработка методических материалов.

В соответствии с происходящими социально-экономическими переменами определены направления непрерывного физкультурного образования, которые должны стать надежным механизмом адаптации человека к новым условиям жизнедеятельности, противостоять сложной социальной и экономической обстановке. Считаем, что реализация данных направлений в структурной перестройке физкультурного образования позволит вывести на новый качественный уровень физическую культуру как отрасль знаний.

Ключевые слова: непрерывное физкультурное образование, информационные технологии, физкультурно-оздоровительный комплекс

CONTINUOUS PHYSICAL EDUCATION AS A PHYSICAL AND SOCIAL FACTOR OF HUMAN IMPROVEMENT

*Komissarchik K.M., PhD, Associate Professor, komisskon@mail.ru
St. Petersburg State Pediatric Medical University,
Ustinova O.N., PhD, Associate Professor, ksushaustinova@yandex.ru
St. Petersburg Polytechnic University named after Peter the Great,
Volkova L.M., PhD, Professor, volkovalm@bk.ru,
Alyokhina A.V., senior lecturer, aleksandra_senka@mail.ru
St. Petersburg State University of Civil Aviation,
Saint-Petersburg, Russia*

The article presents material on the concept of continuous physical education, which is conditioned by the constant need of people for physical improvement, improvement of physical education. It is shown that modern changes in socio-economic conditions of life lead to a value reorientation of people in relation to physical Education. The role of physical education, the search for effective forms and methods, including information technologies of physical Education and wellness activities of specialists, is significantly increasing. A special emphasis in the study is placed on the continuity of physical Education education at the stage of professional activity, which is well implemented through the process of physical Education and recreation complex. Close attention was paid to the inclusion of educational elements at each stage of the pedagogical process of classes in the sports and recreation complex, the selection of ready-made information tools was carried out, the development of methodological materials was carried out.

In accordance with the ongoing socio-economic changes, the directions of continuous physical education have been identified, which should become a reliable mechanism for human adaptation to new living conditions, to withstand the difficult social and economic situation. We believe that the implementation of these directions in the structural restructuring of physical education will bring physical Education as a branch of knowledge to a new qualitative level.

Keywords: continuous physical education, information technologies, sports and recreation complex

Актуальность. Непрерывное физкультурное образование можно представить как целостную систему, логично выстроенное образовательное пространство,

обеспечивающее многоступенчатость, разноуровневость и разнопрофильность общего и профессионального развития и саморазвития личности на всех этапах жизненного цикла в области физической культуры [1,4]. Непрерывное физкультурное образование обусловлено постоянной потребностью людей в физическом совершенствовании, повышении физического образования, необходимости удовлетворения объективной потребности в двигательной активности. Существенным признаком непрерывного физкультурного образования является дополнительное образование, которое является непрерывным процессом.

Доказано, что физкультурная деятельность играет в обществе весьма важную роль в обеспечении биологической, психической и социальной адаптации человека к постоянно изменяющимся факторам окружающей среды. Учитывая это, можно полагать, что именно налаженная система непрерывного физкультурного образования становится решающим условием повышения эффективности физкультурной деятельности в решении общественно значимых задач [2,6].

Современные изменения социально-экономических условий жизнедеятельности приводят в настоящее время к ценностной переориентации людей по отношению к физической культуре и новым оценкам результатов физкультурной деятельности. Все более отчетливой становится тенденция, когда для всех специалистов физическое здоровье и имидж приобретает очень высокую ценность в профессиональной работе и личной жизни [3,5].

В связи с этим в настоящее время повышается значимость физкультурного образования, поиска эффективных форм и методов физического воспитания, т.е. разработки и внедрения всего комплекса эффективных средств и методов физической культуры, включая информационные технологии физкультурно-оздоровительной деятельности специалиста [7,8].

Целью данного исследования было изучение направлений непрерывного физкультурного образования и разработка комплекса эффективных средств физической культуры в деятельности физкультурно-оздоровительного комплекса предприятия.

Методы и организация исследования. В исследовании использовались анализ и обобщение специальной научной литературы по изучаемой проблеме, опрос, анкетирование, экспертная оценка, статистическая обработка. Анализ изучаемой проблемы проводился на базе кафедр физической культуры Санкт-Петербургского государственного педиатрического медицинского университета, Санкт-Петербургского государственного университета гражданской авиации.

Результаты исследования. В исследовании на базе используемых методов исследования проанализированы и выявлены основные актуальные положения непрерывного физкультурного образования. Особый акцент сделан на непрерывности образования по физической культуре на этапе профессиональной деятельности, который хорошо реализуется через педагогический процесс физкультурно-оздоровительного комплекса.

Нами разработан комплекс информационных технологий в физкультурно-оздоровительном комплексе авиационной организации для совершенствования профессиональной подготовки специалистов летных и наземных специальностей, а также проведен анализ путей реализации непрерывности образования по физической культуре в авиационной профессии. Реализовать это позволила сформированная концепция, объединяющая методическую составляющую процесса профессиональной подготовки средствами физической культуры и организационную составляющую - по использованию информационных технологий.

При применении информационных технологий основной акцент нами обращался на создание комплекса различных информационных материалов, позволяющих занимающимся в физкультурно-оздоровительном комплексе использовать видео фильмы, компьютерные программы, печатную продукцию на

любом этапе педагогического процесса образования по физической культуре. Обращено на использование различных видов компьютерных программ как разработанных нами, так и в других организациях.

Основное внимание обращалось на включение образовательных элементов на каждом этапе педагогического процесса занятий в физкультурно-оздоровительном комплексе. С этих же позиций осуществлялся подбор готовых информационных средств, проводилась разработка методических материалов с акцентом на образовательный аспект.

Результаты педагогического эксперимента подтвердили правильность наших предложений по совершенствованию профессиональной подготовки средствами физической культуры с использованием информационных технологий.

Наши исследования показывают, что разработанный комплекс информационных технологий наиболее полно и эффективно внедряется в практику физкультурно-оздоровительной работы в производственной деятельности лишь тогда, когда он предварительно внедряется в практику работы по физическому воспитанию еще в вузе, где студенты знакомятся с особенностями своей будущей профессиональной деятельности, изучают характер труда, а также возможные профессиональные заболевания. Занимаясь по данному комплексу в условиях вуза студенты приобретают опыт его использования в своей физкультурно-оздоровительной работе, акцентируют внимание на аспекты, которые являются наиболее актуальными для их будущей профессиональной деятельности.

Особое внимание обращалось на включение образовательных элементов на каждом этапе процесса занятий. Данные элементы процесса являлись не стандартными для всех и во всех обстоятельствах, их можно было устанавливать дифференцированно, имея в виду среди прочих факторов и особенности будущей (для студентов) и настоящей (для специалистов) профессиональной деятельности.

Разработанные комплексы информационных технологий были основаны на учете персональных данных конкретного человека и разрабатывались с помощью ЭВМ. Считаю, что применение разработанных программ анализа результатов с последующими рекомендациями представляет реальный путь сделать индивидуальные самостоятельные занятия массовыми, способствовать совершенствованию знаний по физической культуре.

Считаю, что суть современного этапа образовательной реформы состоит в создании условий, способствующих непрерывному обновлению системы образования в соответствии с происходящими в стране социально-экономическими переменами, при этом главными направлениями этого процесса являются:

- ✓ обновление содержания и повышение качества образования на основе преемственных государственных образовательных стандартов и программ для всех уровней образования;
- ✓ создание насыщенного рынка образовательных услуг, отвечающего потребностям личности и общества;
- ✓ проведение структурной перестройки образования, пересмотр и упорядочение сети образовательных учреждений;
- ✓ обеспечение стабилизации и управления системы образования;
- ✓ формирование эффективной системы оценки качества и аттестации образовательных учреждений;
- ✓ создание разветвленной системы непрерывного образования, охватывающего всю активную жизнь человека и повышающего его социальную защищенность.

Рассматривая перечисленные направления относительно программы реформирования физкультурного образования, следует выделить, прежде всего, актуальность последнего направления. Именно данный феномен диктует

необходимость создания условий для непрерывного физкультурного образования населения страны. Эта необходимость обусловлена также и тем, что в условиях постоянно ухудшающегося физического и психического состояния людей физическая культура должна стать надежным механизмом адаптации к новым условиям жизнедеятельности, противостоять сложной социальной и экономической обстановке.

Реализация перечисленных направлений в структурной перестройке системы физкультурного образования позволит вывести на новый качественный уровень физическую культуру как отрасль знаний. Однако физическая культура участвует не только в воспроизведении физической сущности человека, ее образовательная направленность заключается в воздействии на индивида посредством всего спектра гуманизирующих и культуuroобразующих функций.

Заключение. Представляется, что структурную организацию концепции непрерывного физкультурного образования населения должна составить многозвеньевая система приобщения людей к знаниям и ценностям физической культуры на основе их широкого выбора и методически грамотного использования. Реализация такого подхода предусматривает решение задач активного обучения и самообразования человека в сфере физической культуры, в организации собственной физической активности.

Можно утверждать, что будущее - за такими видами физкультурно-спортивной деятельности, которые гармонично формируют как интеллектуальные, так и двигательные способности людей на основе положительных эмоций и мотиваций. И здесь важнейшее значение приобретают различные формы средств массовой информации и агитации, в значительной степени формирующие ментальные ориентации общества на здоровый образ жизни, создание образа красоты физической силы и ловкости, забота о собственном здоровье и здоровье окружающих.

Библиографический список:

1. Бушма, Т.В. Совершенствование внутривузовской системы организации учебного процесса по физическому воспитанию/ Т.В. Бушма, Е.Г. Зуйкова, Л.М. Волкова//Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгафта. 2019. № 7 (173). С. 27-31.

2. Волкова, Л.М. Инновационные технологии в образовательной среде дисциплины физической культуры//Л.М. Волкова //В сборнике: Научные теории и разработки в условиях глобальных перемен: пределы и возможности. Материалы XI Международной научно-практической конференции. Рязань, 2023. С. 119-120.

3. Евсеев, В.В. Информационные ресурсы формирования физической культуры/В.В. Евсеев, Л.М. Волкова//В сборнике: Коммуникативные стратегии информационного общества. Труды IX Международной научно-теоретической конференции. 2017. С. 45-48.

4. Крылов, В.А. Спортивная дипломатия в контексте имплементации "Концепции мягкой силы" на современном этапе /В.А. Крылов, Л.А. Кирьянова, К.М. Комиссарчик //Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгафта. 2017. № 1 (143). С. 105-107.

5. Устинова, О.Н. Тестирование и самоконтроль в индивидуализации физической реабилитации студентов технического вуза/О.Н. Устинова, А.В. Черкасова, И.К. Яичников // Физическая реабилитация в спорте, медицине и адаптивной физической культуре. Материалы Всероссийской научно-практической конференции. В 2 частях. 2015. С. 145-149.

6. Халилова, Л.И. Сквозные технологии и цифровые инструменты педагога /Л.И. Халилова, К.М. Комиссарчик, Н.С. Лешева, Л.В. Митенкова, А.А. Кряклина //Российские биомедицинские исследования. 2022. Т. 7. № 3. С. 21-24.

7. Шалупин, В.И. Динамика показателей умственной и физической работоспособности студентов факультетов авиационных систем и комплексов (ФАСК)/

В.И. Шалупин, И.А. Родионова, Д.В. Романюк//Современные проблемы науки и образования. 2019. № 4. С. 76.

8. Шалупин, В.И. Образовательные аспекты формирования физической культуры личности/В.И. Шлупин, Д.В. Морщинина// Научный вестник МГТУ ГА. 2011. № 166. С. 174-176.

УДК: 796.063

К ВОПРОСУ ПРАВОВОГО РЕГУЛИРОВАНИЯ ВИДА СПОРТА ТХЭКВАНДО ИТФ В УСЛОВИЯХ МЕЖДУНАРОДНОЙ САНКЦИОННОЙ ПОЛИТИКИ РОССИЙСКОГО СПОРТА

*Маслова А.С., студент,
Научный руководитель: Бондаренко О.А., к.ю.н.,
Волгоградская государственная академия физической культуры,
Волгоград, Россия*

В статье проводится анализ международных и российских нормативно-правовых актов по выявлению специфики правового регулирования вида спорта тхэквондо ИТФ в условиях международной санкционной политики в отношении российских спортсменов. Акцент делается на спортивные организации, принимающие правовые акты и требующие их исполнения в рамках реализации норм международного спортивного права. Уделяется внимание в данной ситуации позиции руководства Международной федерации тхэквондо ИТФ. Выявляется роль Федерации тхэквондо (ИТФ) России в разрешении конфликтных ситуаций и защите прав спортсменов российского тхэквондо.

В статье представлены действия Министерства спорта Российской Федерации по восстановлению права наших спортсменов на участие в международных соревнованиях.

Делается вывод о том, что политика не должна вмешиваться в спорт. Организация и проведение соревнований на российских и международных аренах должны быть только в «правовом поле» с соблюдением всех документов, исключаящих какую-либо дискриминацию в профессиональном спорте.

Ключевые слова: тхэквондо ИТФ, нормы-принципы ITF CONSTITUTION, Устав общероссийской общественной организации «Федерация тхэквондо (ИТФ) России», санкционная политика в отношении российских спортсменов по виду спорта тхэквондо ИТФ, азиатские Чемпионаты и Первенства по виду спорта тхэквондо ИТФ

TO THE QUESTION OF LEGAL REGULATION OF THE TYPE OF SPORT TAEKWANDO ITF IN THE CONDITIONS OF THE INTERNATIONAL SANCTION POLICY OF RUSSIAN SPORT

*Maslova A.S., student,
Scientific adviser: Bondarenko O.A., Ph.D.,
Volgograd State Academy of Physical Education,
Volgograd, Russia*

The article analyzes international and Russian legal acts to identify the specifics of the legal regulation of the ITF taekwondo sport in the context of the international sanctions policy against Russian athletes. The emphasis is on sports organizations that adopt legal acts and require their implementation in the framework of the implementation of international sports law. Attention is paid in this situation to the position of the leadership of the International Taekwondo Federation ITF. The role of the Taekwondo Federation (ITF) of Russia in

resolving conflict situations and protecting the rights of Russian taekwondo athletes is revealed.

The article presents the actions of the Ministry of Sports of the Russian Federation to restore the right of our athletes to participate in international competitions.

It is concluded that politics should not interfere with sports. The organization and holding of competitions in Russian and international arenas should be only in the «legal field» in compliance with all documents that exclude any discrimination in professional sports.

Keywords: ITF taekwondo, ITF CONSTITUTION norms-principles, Charter of the all-Russian public organization «Taekwondo Federation (ITF) of Russia», sanctions policy against Russian athletes in the sport of ITF taekwondo, Asian Championships and Championships in the sport of ITF taekwondo

Актуальность. Спорт вне политики! К сожалению, в настоящее время, лозунг исчерпал себя. Политика не просто вмешивается в спорт, а именно спорт и российские спортсмены оказались заложниками «политических игр». После того, как российские власти 24 февраля 2022 года объявили о начале специальной военной операции по защите Донбасса, международные спортивные организации применили все доступные рычаги давления. События в мире спорта развивались стремительно: 25 февраля Международный олимпийский комитет (МОК) созывает экстренное совещание и принимает решение о возможности выступления российских спортсменов лишь в «нейтральном статусе». Также последовали рекомендации отказаться от использования национальной символики российского государства. МОК выдвигает требование к Международным спортивным федерациям (МСФ) лишить права России проводить спортивные мероприятия. 28 февраля Комитет экстренно созывает внеочередное совещание, на котором принимает два ключевых решения:

1) о рекомендации всем МСФ не допускать российских спортсменов к международным соревнованиям;

2) в случае допуска российских спортсменов – только в «нейтральном статусе».

Несмотря на то, что все решения МОК от 28 февраля 2022 года носили рекомендательный характер, Международные федерации, одна за другой, стали отстранять российских атлетов от мировых соревнований. Спортсмены России, смысл жизни которых заключается в выступлении на самом высоком уровне, оказались лишены этой возможности. Незамедлительно отреагировав на решения спортивных федераций, Олимпийский комитет России заявил, что данные решения не соответствуют ни официальным документам, ни Хартии, ни духу олимпийского движения.

Также серьезным ударом по престижу российского спорта стало лишение страны права на проведение международных соревнований, в том числе финала Лиги чемпионов в сезоне – 2021/2022, ЧМ-2022 по волейболу, чемпионата мира по хоккею, запланированного на 2023-й год.

Под удар Западных санкций попала и Федерация Тхэквондо ИТФ. Находится под вопросом участие наших спортсменов в соревнованиях в рамках Универсиады-2023 (Тхэквондо ИТФ впервые включено в программу соревнований), и Екатеринбург, в котором планировалось проведение Универсиады-2023, лишен данного права. С 26 марта по 3 апреля 2022 г. в г. Порече (Хорватия) проходил Чемпионат Европы 2022 по тхэквондо. Однако, в связи событиями на Украине, российская сборная по Тхэквондо ИТФ участия в Чемпионате не принимала, что стало большим ударом для спортсменов, которые готовились к международным стартам.

Целью исследования являются документы международного и российского уровня по регламентации и регулированию вида спорта тхэквондо ИТФ.

Методы исследования. В работе использовались методы: анализа, формально-юридический, применение которых позволило рассмотреть вопросы темы исследования во взаимосвязи и целостности, а также объективно и всесторонне.

Методика. В научном исследовании применялась методика работы с нормативно-правовыми актами по выявлению специфики правового регулирования вида спорта тхэквондо ИТФ в условиях международной санкционной политики в отношении российских спортсменов.

Результаты исследования. Итак, какие спортивные организации вправе принимать правовые акты и требовать их исполнения в рамках действия международного спортивного права?

Первый уровень, ответственный за организацию и проведение Олимпийских игр – МОК, Целью которого является выполнение своей миссии, роли и обязательств, определенных Олимпийской Хартией.

Второй уровень – МСФ, которые разрабатывают нормативно-правовые акты, обязательные для исполнения его участниками.

Третий уровень – национальные спортивные федерации, которые разрабатывают собственные внутренние документы по каждому виду спорта в соответствии с нормативно-правовыми актами МОК и МСФ.

Тхэквондо ИТФ – это неолимпийский вид спорта, поэтому он руководствуется документами Международной федерации тхэквондо ИТФ, такими как: ITF CONSTITUTION [2], BY-LAWS TO CONSTITUTION [1], ITF REGULATION [3], а также Уставом общероссийской общественной организации «Федерация тхэквондо (ИТФ) России» [5], Федеральным законом от 04.12.2007 № 329-ФЗ «О физической культуре и спорте в Российской Федерации» [6] и иными нормативно-правовыми актами.

Основные принципы Международной федерации тхэквондо ИТФ закреплены в ITF CONSTITUTION. Они охватывают права спортсменов всех стран. Изложенные постулаты в статье 1 п. 8.8 касаются обязательств, принимать строгие меры против любой формы дискриминации и насилия; в п. 8.15, предписывается «поддерживать партнерские и дружественные отношения с правительственными, неправительственными органами, общественными организациями и предприятиями». На основании статьи 2 п. 7.14 «Континентальная федерация не может налагать на Национальные ассоциации или отдельных их членов какое-либо наказание в любой форме, включая приостановление их прав» [2].

Международная федерация тхэквондо ИТФ одна из не многих федераций, которая не поддержала санкции против российских спортсменов и приняла решение о допуске атлетов на международные соревнования.

С 8 по 12 декабря 2022 г. в Республике Беларусь г. Минске прошло международное соревнование «Кубок Мира – Кубок СНГ по Тхэквондо ИТФ». Сборная России принимала участие под своим флагом, а во время награждения играл гимн нашей страны. В данном турнире приняли участие 757 спортсменов из 15 стран, включая страны Европы, Азии и страны, входящие в СНГ. Однако многие европейские страны проигнорировали данный открытый турнир, хотя в предыдущие годы посещали его.

Ежегодно сборная России по тхэквондо ИТФ выступала на Чемпионатах и Первенствах Европы. Согласно статье 2 пункту 7.8 континентальные федерации должны представлять соответствующие континенты на Конгрессах, Чемпионатах и других мероприятиях, проводимых под патронажем ITF [2]. Но с февраля 2022 года нас лишили этой возможности. Эти соревнования были наиважнейшими для спортсменов России. Справедливо ли отстранять российских спортсменов от европейских соревнований? Получается, что многие пункты ITF CONSTITUTION, не соблюдаются европейской федерацией.

Огромная заслуга в урегулировании конфликтных ситуаций и защите прав спортсменов российского тхэквондо принадлежит Федерации тхэквондо (ИТФ) России. Руководствуясь п. 2.1.7. и п. 2.1.8. статьи 2 Устава общероссийской общественной организации «Федерация тхэквондо (ИТФ) России» [5] и ITF CONSTITUTION [2], Федерация смогла вывести «из-под удара» наших спортсменов и добиться возможности выступать в азиатских Чемпионатах и Первенствах.

Благодаря президенту федерации тхэквондо (ИТФ) России, наши спортсмены приняли участие в Чемпионате и Первенстве Мира в Казахстане 2023 г. В период с 22 по 26 августа 2023 г. состоялись Чемпионат и Первенство мира по тхэквондо ИТФ в г. Астана Республика Казахстан, в которых сборная России показала высокие результаты.

С февраля 2023 г. МОК начал обсуждение того, что нельзя дискриминировать российских спортсменов, т.к. спорт должен быть вне политики и права спортсменов должны соответствовать Международной хартии [4]. Статья 1 указанного документа констатирует – занятие физическим воспитанием и спортом – основное право каждого человека. Министр спорта Российской Федерации Олег Васильевич Матыцин оценил действия Международного олимпийского комитета по возвращению российских спортсменов к турнирам и обратил внимание на то, что спорт всегда был объединяющей силой для спортсменов, а любая форма дискриминации несовместима с положениями олимпийского движения.

Выводы. Исходя из вышесказанного, мы делаем вывод, что политика не должна вмешиваться в спорт. Проведение соревнований на российских и международных аренах должно проходить только в «правовом поле» с соблюдением всех законов.

Необходимо отметить, что российское Министерство спорта делает всё возможное, чтобы восстановить право наших спортсменов на участие в международных соревнованиях. Также и Федерация тхэквондо (ИТФ) России защищает своих спортсменов от санкционной политики, организуя различные всероссийские соревнования и договариваясь с другими странами о праве наших атлетов участвовать в международных турнирах.

Библиографический список:

1. BY-LAWS TO CONSTITUTION, As approved at the Congress Meeting 7 th April 1988, Vienna, Austria [Электронный ресурс]. Режим доступа: <https://itf-tkd.jimdo.com/itf-information/itf-constitution/> (дата обращения: 10.09.2023).

2. ITF CONSTITUTION, As approved at the Congress Meeting 7 th April 1988, Vienna, Austria [Электронный ресурс]. Режим доступа: <https://itf-tkd.jimdo.com/itf-information/itf-constitution/> (дата обращения: 10.09.2023).

3. ITF REGULATION, International Taekwon-Do Federation, Approved by the ITF Executive Board, with immediate effect from October 1st, 2020 [Электронный ресурс]. Режим доступа: <https://itf-tkd.jimdo.com/itf-information/itf-constitution/> (дата обращения: 10.09.2023).

4. «Международная хартия физического воспитания и спорта» (Принята в г. Париже 21.11.1978 на 20-ой сессии Генеральной конференции ЮНЕСКО) // Международные нормативные акты ЮНЕСКО. – М.: Логос, 1993. – С. 186 - 190.

5. Устав общероссийской общественной организации «Федерация тхэквондо (ИТФ) России» [Электронный ресурс]. Режим доступа: <https://itf-russia.ru/ustav-federacii-thjekvondo-itf-rossii/> (дата обращения 10.09.2023).

6. Федеральный закон от 04.12.2007 № 329-ФЗ «О физической культуре и спорте в Российской Федерации» // Собрание законодательства РФ. – 2007. – № 50. – Ст. 6242.

НЕПРЕРЫВНОЕ ПЕДАГОГИЧЕСКОЕ ОБРАЗОВАНИЕ КАК ОБЯЗАТЕЛЬНОЕ УСЛОВИЕ УСПЕШНОЙ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ПЕДАГОГА В СИСТЕМЕ СПО

*Бощенко И.А., преподаватель высшей квалификационной категории,
Колчина Т.Ф., преподаватель высшей квалификационной категории,
Московский государственный гуманитарно-экономический университет,
Волгоградский филиал,
Волгоград, Россия*

В статье освящается проблема непрерывного педагогического образования, дается понятие «профессиональной подготовки», выделяются принципы проектирования системы непрерывного педагогического образования; определены основные предпосылки успешного профессионального развития в сфере образования.

Ключевые слова: непрерывное педагогическое образование, профессиональное развитие, кадровое развитие образовательной организации.

CONTINUING PEDAGOGICAL EDUCATION AS A PREREQUISITE FOR THE SUCCESSFUL PROFESSIONAL ACTIVITY OF A TEACHER IN THE POST SYSTEM

*Boshchenko I.A., teacher of the highest qualification category,
Kolchina T.F., teacher of the highest qualification category
Moscow State University of Humanities and Economics, Volgograd Branch,
Volgograd, Russia*

The article sanctifies the problem of continuing pedagogical education, gives the concept of «professional training», underlines the principles of design of the system of continuing pedagogical education; The basic prerequisites of successful professional development in the field of education have been determined.

Keywords: continuous pedagogical education, professional development, personnel development of educational organization.

Каждый человек обладает потенциалом двигаться в естественном положительном направлении. Каждому педагогу присуще чувство собственной ценности, достоинства и способность направлять свою жизнь и двигаться в направлении самоактуализации, личностного и профессионального роста.

В.Э.Пахальян.

Профессиональная подготовка – сложное структурное образование, основным ядром которого являются мотивы, положительные установки и усвоенные ценности профессии. Также к профессиональной подготовке относят релевантные личностные характеристики, педагогические способности, совокупность профессионально-педагогических компетенций, имеющийся опыт применения этих компетенций на практике.

Профессиональное педагогическое образование в нашей стране представляет собой непрерывный процесс, обусловленный потребностями реальной актуальной педагогической практики в постоянном профессионально-личностном развитии

специалистов, в совершенствовании их возможностей в условиях качественного изменения педагогической действительности [1].

В Российской Федерации действует несколько федеральных законов, регулирующих образовательный процесс, в частности, «Закон об образовании». Согласно этому закону, важной составляющей непрерывного образования является совокупность системы преемственности образовательных программ и государственных образовательных стандартов профессиональной подготовки, а также предусмотрена система дополнительного поствузовского образования для педагогов всех уровней [1].

Возможность и необходимость регулярно обновлять имеющиеся знания и компетенции предусмотрена также в Трудовом кодексе РФ. При этом квалификационные требования к педагогическим работникам напрямую обязывают проходить курсы повышения квалификации не реже 1 раза в 3 года.

Философская и общечеловеческая идеи значимости непрерывного образования велики. Его цель – формирование человека, которому в течение всей его жизни должно сопутствовать развитие и обновление. Формирование творческой, прогрессивной личности нового времени подразумевает удовлетворение индивидуальных познавательных и духовных потребностей, развития способностей и задатков как также путем самообразования, так и через систему профессионального и личностного роста, обеспеченную законодательством.

На прошедшем недавно форуме педагогических работников России Президент Российской Федерации напрямую поддержал идею расширения компетенций преподавателей-предметников не только по имеющимся и смежным дисциплинам, но и дополнительным, не связанным напрямую с профилем педагогической деятельности. Обоснование такого подхода лежит в потребности нахождения большего количества точек соприкосновения с обучаемыми, а также повышения качества практико-ориентированных занятий.

Давно ушли те времена, когда человек получал одно образование на всю жизнь. Современная концепция непрерывного образования как системы - это новый взгляд на образовательную практику, рассматривающую учебную и научную деятельность человека как неотъемлемую и естественную составляющую часть его образа жизни в любом возрасте. Она предусматривает необходимость достройки «образовательной лестницы» новыми ступенями, рассчитанными на все периоды взрослой жизни от 25 до 65 лет. Основной целью непрерывного образования является пожизненное обогащение творческого и профессионально значимого потенциала личности.

Педагог XXI века как никто другой должен соответствовать новым стандартам профессионала, поскольку темпы научно-технического развития все более ускоряются и отставание в любой области влечет за собой неизбежное снижение уровня компетентности в целом.

Нам представляется возможным выделить несколько важных принципов проектирования системы непрерывного педагогического образования:

- принцип горизонтальной интеграции* (возможность получения образования как в государственных, так и частных структурах,);
- принцип демократизма* (возможность доступа к различным организационным формам обучения);
- принцип релевантности* (значимость непрерывного образования);
- принцип избирательности* (возможность персонального выбора педагогом учебных программ, вариантов и форм обучения).

Непрерывное образование имеет свои отличительные функции, к которым можно отнести обобщенные функции (самообразование, переподготовка повышение квалификации, прохождение стажировок), акселераторную (соответствие уровня знаний общественной и производственной компетенциям), адаптивную (уменьшение разрыва между поколениями в области ценностных ориентиров, уровня образования),

организационная (способствует организации самостоятельной самообразовательной деятельности педагогов)[2].

Система непрерывного профессионального образования призвана предоставить каждому человеку институциональную возможность формировать индивидуальную образовательную траекторию и получать ту профессиональную подготовку, которая требуется ему для дальнейшего профессионального, карьерного и личностного роста.

Успешное профессиональное развитие невозможно без самообразования, при реализации которого формируется умение управлять собственным образовательным процессом для достижения поставленной образовательной цели. Самообразование становится успешным при условии, что педагог стремится к непрерывному профессиональному развитию, занимается самоанализом, правильно расставляет приоритеты, если он последователен в выборе, обладает необходимыми коммуникативными навыками, не стесняется пользоваться опытом своих коллег, не боится неудач.

В качестве примера подобного «стратегического» развития мы рассмотрели деятельность преподавателей иностранного языка. В отличие от школы, иностранный язык в системе СПО требует от преподавателя-предметника владения базовыми знаниями по специальности, на которой работает педагог. Так, например, для преподавания в группах специальности «Информационная безопасность» преподавателем были пройдены курсы повышения квалификации «Безопасность персональных данных в организации», а также пройдена стажировка в профильной организации, предоставляющей услуги соответствующего направления. Все преподаватели иностранного языка прошли обучение по курсу «Деловая переписка на английском языке», поскольку эта тема является обязательной в рамках дисциплины «Иностранный язык в профессиональной деятельности». Для обеспечения уровня актуальности в цифровой сфере преподаватели прошли обучение по курсу «Использование нейросетей в учебной и научной деятельности», а также «Английский язык для специалистов ИТ».

Но было бы неправильно взваливать всю ответственность за профессиональное развитие только на педагога. Управление процессом профессионального развития педагогических кадров должно рассматриваться как отдельная задача в рамках функции управления кадровым развитием образовательной организации. Уровень профессионализма каждого отдельного работника сегодня формирует общий профессиональный уровень образовательной организации, квалификационные показатели педагогов влияют на рейтинг в системе образования.

Следовательно, педагогической и одновременно управленческой задачей, адаптированной на интересы конкретной личности, является поиск оптимального решения, соглашения, которое охватывает все стороны жизнедеятельности образовательной организации: дидактическую, управленческую, методическую, связанные с принятием решений.

Для управления профессионально-личностным ростом педагога необходимо:

1. Информационно-аналитическое сопровождение со стороны методических служб в вопросах организации планирования и деятельности в соответствии с ФГОС.

2. Формирование новых ценностно-смысловых установок и эффективной мотивации.

3. Направление педагогов на повышение квалификации для получения более высоких квалификационных категорий.

4. Разработка индивидуальных программ самообразования.

В образовательной организации должны быть созданы условия, которые побуждают каждого педагога к самообразованию, приучают к самоанализу и самооценке.

Задача руководства образовательной организации – постоянно мотивировать педагога и создавать благоприятные условия для его творческого, личностно-профессионального роста.

В Волгоградском филиале МГГЭУ в соответствии с профилем учебного учреждения проводится организованное обучение педагогов по направлению «Особенности обучения в условиях инклюзивного образования», «Информационные технологии в образовании», «Сопровождение инклюзивного образования и содействия трудоустройству выпускников с ОВЗ». Повышение квалификации доступно как в очном, так и в дистанционном формате. Методическая служба проводит ежегодный мониторинг наличия необходимого объема курсов повышения квалификации и стажировок у преподавателей профессионального цикла с целью обеспечения должного уровня компетенций у студентов.

Кроме того, выступая на заседания предметно-цикловых комиссий преподаватели имеют возможность обмениваться имеющимися знаниями, каждый преподаватель должен посетить занятия коллег не менее 3 раз за год с целью обмена опытом.

Концепция непрерывного образования является ответом на социально-общественные вызовы современности, обусловленные постоянным реформированием промышленности и науки. Дефицит инновационных знаний и навыков, не успевая в повседневных заботах за цифровой, культурной, нормативно-правовой и пр. модернизацией способствует развитию социального напряжения, поскольку не обладающие нужными компетенциями выпускники не могут успешно трудоустроиться и в должной степени реализовать свой творческий и природный потенциал. Повышение профессионального уровня педагогов призвано снизить риски возникновения разрыва между реальными потребностями общества и промышленности и уровнем выпускников.

Полученные выводы позволили сформулировать ряд закономерностей развития систем непрерывного образования:

- взаимосвязь направленности профессионального обучения и смысложизненных ориентаций субъекта образования;
- детерминация внешнего социального запроса и внутренних факторов образовательного учреждения;
- переход от внешнего управления к самоорганизации и самоуправлению субъектами образования.

Исходя из выявленных закономерностей, детерминантой, в нашем понимании, должны стать принципы интеграции и «образования через всю жизнь». То есть непрерывность должна обеспечить, с одной стороны, возможность жизнедеятельности индивида в состоянии социальной нестабильности и неопределённости, а с другой, обращение и возвращение в систему образования в качестве обучающегося по мере личностной и общественной необходимости.

Библиографический список:

1. Ковалев В.П., Яковлева И.Я. Непрерывное педагогическое образование как условие совершенствования подготовки педагогов к профессиональной деятельности. - Чувашский государственный педагогический университет имени. - г. Чебоксары. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/nepreryvnoe-pedagogicheskoe-obrazovanie-kak-uslovie-sovershenstvovaniya-podgotovki-pedagogov-k-professionalnoy-deyatelnosti> (дата обращения: 29.09.2023).

2. Циулина М.В. Некоторые аспекты проблемы непрерывного педагогического образования // Современные проблемы науки и образования. – 2015. – № 1-1.; <https://elibrary.ru/item.asp?id=25324656> (дата обращения: 29.09.2023).

ОСОБЕННОСТИ ИНКЛЮЗИВНОГО ОБУЧЕНИЯ НА ЗАНЯТИЯХ ПО ИНОСТРАННОМУ ЯЗЫКУ С ОБУЧАЮЩИМИСЯ С НАРУШЕНИЯМИ СЛУХА В СМЕШАННЫХ ГРУППАХ

*Колчина Т.Ф., преподаватель высшей квалификационной категории,
Московский государственный гуманитарно-экономический университет,
Волгоградский филиал,
Борисенко Е.Г., к.п.н., доцент
Волгоградская государственная академия физической культуры
Попова О.И., к.филол.наук, доцент, член Союза переводчиков
Волгоградский государственный университет
Волгоград, Россия*

В статье рассматриваются основные особенности построения учебного процесса на занятиях по иностранному языку с обучающимися с нарушением слуха в смешанных группах. Выявлены сложности, с которыми приходится сталкиваться преподавателю, обучающему в таких группах, обусловлена необходимость помнить об образовательных потребностях и индивидуальных возможностях каждого участника.

Ключевые слова: дети с нарушением слуха, методы обучения, тьюторство

FEATURES OF INCLUSIVE LEARNING IN FOREIGN LANGUAGE CLASSES IN STUDENTS WITH HEARING IMPAIRMENTS IN MIXED GROUPS

*Kolchina T.F., teacher of the highest qualification category,
Moscow State University of Humanities and Economics, Volgograd Branch,
Borisenko E.G., PhD, Associate Professor
Volgograd State Academy of Physical Education
Popova O.I., PhD, associate professor
Volgograd State University
Volgograd, Russia*

The article considers the main features of the construction of the educational process in classes on a foreign language with students with hearing impairment in mixed groups. The difficulties encountered by the teacher teaching in such groups have been identified, and it is necessary to bear in mind the educational needs and individual capacities of each participant.

Keywords: hearing impaired children, teaching methods, tutoring

Современная система отношения к людям с ограничениями здоровья старается обеспечить не только социальную защиту, но и их полноценную интеграцию во все сферы общественной жизни. Важной частью данного процесса является обеспечение доступа к высокооплачиваемым профессиям, что в свою очередь, невозможно без получения качественного профессионального образования. Число людей с инвалидностью и ограниченными возможностями здоровья (далее ОВЗ) с каждым годом растет не только в нашей стране, но и во всем мире.

В связи с этим, в последнее время взор педагогического сообщества устремлен на проблему инклюзивного обучения инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья в систему общего и профессионального образования. Именно в образовательной среде прививается идеология равного отношения ко всем людям. С образовательной инклюзией берет начало инклюзия социальная.

Инклюзивное образование рассматривает всех участников образовательного процесса: детей/подростков, их родителей, педагогов, административного состава. Инклюзивное образование, как и всякое нововведение, имеет под собой как

положительные моменты, так и ряд проблем и особенностей, которые следует решать в процессе работы.

Имея опыт преподавания иностранных языков в инклюзивных группах и имея в них слабослышащих детей мы хотели бы рассмотреть особенности педагогического процесса в подобных группах.

Говоря об инклюзивном обучении иностранному языку учащихся с нарушениями слуха, стоит обратить внимание, что не существует прямых методик, которые применяются при обучении лиц без нарушения слуха. Их причины кроются как в физических, так и в психических особенностях восприятия речи, связанных с потерей слуха. По сравнению с обучающимися, обладающими нормальным слухом. Лица с нарушениями слуха иначе воспринимают речь, имеют другие пути формирования словесной речи, овладения грамматическим строем языка. Вышеперечисленные факторы определяют особенности усвоения учащимися языка и создают необходимость разработки особых методов обучения таких лиц английскому языку с использованием индивидуального и дифференцированного подходов[4].

Для работы в интегрированной группе необходимо, в первую очередь, провести тщательную диагностику уровня владения языком всех учащихся. Следует отметить такие особенности обучающихся с нарушением слуха, как замедленная скорость движений и темп деятельности, а также замедленное овладение коммуникативными навыками. Следует учитывать уровень владения иностранным языком у учащихся без нарушения слуха и выдавать задания с учетом этих особенностей во избежание потери мотивации к изучению предмета.

Учитывая тот факт, что обучение иностранному языку строится на четырех видах речевой деятельности: чтение, аудирование, письмо, говорение, где чтение и аудирование – рецептивные виды деятельности, а говорение и письмо - продуктивные. Для людей с нарушениями слухового аппарата устные виды речевой деятельности как продуктивные, так и рецептивные вызывают затруднения. При частичной потере слуха на занятиях по иностранному языку возможна компенсация слуховыми аппаратами, которые повышают качество усвоения материала.

Для успешной работы с учащимися преподаватель должен соблюдать определенный алгоритм действий:

- детально объяснять план урока;
- не ходить по классу во время объяснения материала, так как учащиеся с нарушением слуха опираются на зрительные символы, считывают информацию с губ; по этой же причине не следует поворачиваться спиной к учащимся, например, к доске, при объяснении материала;
- привлекать сильных учащихся к тьюторству;
- использовать по большей части письменные задания с опорой на образец в общении с учащимися с нарушением слуха;
- постоянно проводить мониторинг работы учащегося на занятии;
- не давать учащимся с нарушением слуха почувствовать себя брошенными;
- стараться включать учащихся с нарушением слуха в общие виды деятельности на уроке;
- адекватно оценивать работу учащихся на занятии. Поощрять вслух, а делать замечания в тетради письменно[2].

Изучение иностранного языка является трудоемким процессом для всех обучающихся, а особенно тяжело это дается слабослышащим. Выше было упомянуто, что при обучении таких детей, для лучшего понимания и запоминания следует использовать больше средств наглядности: схемы, карточки, картинки в качестве раздаточного материала, а также вошедшие в нашу жизнь и ставшие уже привычными средства ИКТ (презентации, картинки, текст).

Задания преподавателя на создание определенной речевой ситуации создают на занятии благоприятные условия для общения слабослышащих студентов с остальными членами коллектива, снять психофизическую нагрузку. Для решения речевой задачи студенты совместно планируют общение, одновременно тренируя память и концентрируя своё внимание. Через понятные инструкции преподаватель должен побуждать детей к говорению, ставить в пару с особенными детьми обучающихся без нарушений слуха для составления диалогов и полилогов, распределяя роли и вовлекая всех в процесс коммуникации, создавая ситуацию успеха.

Учитывая тот факт, что процесс запоминания у детей с нарушением слуха проходит медленнее, то стоит прибегать к многочисленным повторениям слов или речевых моделей за преподавателем или диктором, также можно использовать игру «Snowball». Во избежание рутинности процесса запоминания можно использовать различные методы запоминания, например, самостоятельный поиск значения слова в словаре, объяснение значения слова через синонимы, выявление значения слова через контекст (развитие языковой догадки).

Одной из главных целей развития навыков чтения как у студентов с нарушениями слуха, так и у обычных студентов является понимание прочитанного. Выполнение подобных заданий от обучающихся умений анализировать и грамотно интерпретировать информацию, что особо важно для слабослышащих студентов, для которых чтение является основным рецептивным видом речевой деятельности. Для понимания прочитанного полезными будут упражнения на понимание и запоминание лексики (pre-reading exercises). Для этого полезным будет использовать такие упражнения, как «Fill in the missing word», «Unscramble the words», а также использование семантических карт «Mindmaps» по теме. На этапе post reading возможно использовать упражнения типа «Match the words», «Give the definition to the word», «Give the synonym/antonym», «Multiple choice exercises».

Резюмируя вышесказанное, можно прийти к выводу, что процесс обучения иностранному языку студентов с нарушением слуха в совместных группах имеет характерные особенности и сложности, с которыми приходится сталкиваться преподавателю. В таких группах необходимо помнить об образовательных потребностях и индивидуальных возможностях каждого участника. Для более адекватного восприятия и формирования устной речи слабослышащими студентами необходимо использование слуховых аппаратов и дополнительного акустического оборудования. Чтение и письмо являются для студентов с отклонениями слуха основными средствами обучения и контроля уровня владения коммуникативными компетенциями. Особое значение в работе с такими группами в вузе имеет применение различных видов наглядности и ИКТ, что создает дополнительную мотивацию в процессе усвоения знаний, а также благоприятные условия для самостоятельной работы. Применение методических рекомендаций по организации процесса обучения иностранному языку студентов с отклонениями слуха в смешанных группах не только создаёт эффективные условия для учебного процесса в рамках инклюзивного высшего и среднего специального образования, но и даёт слабослышащим студентам возможность общения со сверстниками, уменьшает чувство отчужденности и изоляции, формирует в них чувство уверенности и признание себя полноправными членами общества, гарантирует право на получение и реализацию и достойного образования[3].

Библиографический список:

1. NwimoDaniel. Effect of inclusive education on the English language performance of children with hearing impairment in Otana integrated school Jos Nigeria . – 2021. - URL:https://www.researchgate.net/publication/363290175_Effect_of_inclusive_education_on_the_english_language_performance_of_children_with_hearing_impairment_in_otana_integrated_school_jos_nigeria (датаобращения: 28.09.2023).

2. Голенкова Н.Ю. Инклюзивное обучение английскому языку студентов с поражением слуховой функции в системе среднего профессионального образования. – 2018. - URL:<https://nsportal.ru/npo-spo/obrazovanie-i-pedagogika/library/2018/10/12/inklyuzivnoe-obuchenie-angliyskomu-yazyku> (дата обращения: 28.09.2023).

3. Думлер Н.П. Особенности обучения иностранному языку студентов с нарушениями слуха в условиях инклюзивного образования ВУЗа.– 2019. – URL:<https://cyberleninka.ru/article/n/osobennosti-obucheniya-inostrannomu-yazyku-studentov-s-narusheniyami-sluha-v-usloviyah-inklyuzivnogo-obrazovaniya-vuza> (дата обращения: 30.09.2023).

4. Левшунова Ж.А., Басалаева Н.В., Казакова Т.В. Инклюзивное образование: учеб. пособие. – Красноярск: Сиб. федер. ун-т, 2017. – 114 с.

УДК 130

ИСТОРИЧЕСКИЙ АСПЕКТ СТАНОВЛЕНИЯ В ОТЕЧЕСТВЕННОЙ ТЕОРИИ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА НАУЧНОГО ПОНИМАНИЯ СУЩНОСТИ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ

*Москвичев Ю.Н., к.ф.н., профессор,
Волгоградская государственная академия физической культуры,
Волгоград, Россия*

В тексте представлены результаты социально-философского и исторического исследования процесса становления в отечественной педагогической теории физической культуры и спорта научного понимания сущности физического воспитания как необходимой стороны физкультурного образования.

Ключевые слова: Представление о физическом воспитании в научной литературе, научно-теоретические основы физического воспитания, научное понятие физического воспитания, физическое воспитание и физкультурное образование как нетождественные понятия педагогической науки.

THE HISTORICAL ASPECT OF THE FORMATION OF THE SCIENTIFIC UNDERSTANDING OF THE ESSENCE OF PHYSICAL EDUCATION IN THE NATIONAL THEORY OF PHYSICAL EDUCATION AND SPORTS

*Moskvichev Yu.N., PhD, Professor, jurnik@mail.ru,
Volgograd State Academy of Physical Education,
Volgograd, Russia*

The text presents the results of a socio-philosophical and historical study of the process of formation in the national pedagogical theory of physical Education and sports of a scientific understanding of the essence of physical education as a necessary aspect of physical education.

Keywords: The idea of physical education in the scientific literature, the scientific and theoretical foundations of physical education, the scientific concept of physical education, physical education and physical education as non-identical concepts of pedagogical science.

Одной из фундаментальных проблем развития системы научных знаний о закономерностях строения, функционирования и развития физической культуры и спорта, как особого вида культуры человечества и необходимой стороны общественной жизни людей и отдельных индивидов, является проблема совершенствования категориального аппарата научной теории физической культуры и спорта.

Любое научное исследование в этой области предполагает решение задачи уточнения содержания существующих на сегодняшний день фундаментальных понятий, их теоретической конкретизации, связанной с разрешением логических и предметно-теоретических противоречий, сохраняющихся среди ученых и мешающих более глубокому, масштабному и согласованному научному пониманию сути процессов и явлений, характерных для сферы физической культуры и спорта.

Одним из таких фундаментальных понятий теории физической культуры и спорта выступает понятие физического воспитания. На сегодняшний день среди ученых и практиков, использующих научные знания о физической культуре и спорте, в том числе и понятие физического воспитания, нет согласованного понимания того, что обозначается словосочетанием «физическое воспитание». Одни при употреблении этих терминов имеют в виду одну мысль, другие другую, третьи третью. Такое расхождение в понимание смысла и значения слов всегда мешало и продолжает мешать согласованному взаимодействию профессионалов и достижению практических успехов. Недостатки теоретического знания зачастую приводят к неудачам в практической работе, нормальному функционированию и развитию ФК и С в целом.

В этом суть проблемы, делающей актуальным представленное научное исследование в этом направлении. Целью работы было обнаружение исторических предпосылок возникновения и становления научного понимания сущности физического воспитания. В процессе исследования были использованы методы теоретико-методологического, исторического, логико-лингвистического и системного анализа предметного материала. Получены следующие результаты исследования по указанной теме.

Понятие физического воспитания вошло в научную лексику и категориальный аппарат системы научных знаний о физической культуре и спорте не сразу. Поэтому оно имеет свою историю, о которой важно знать.

Один из первых ученых, исследующих сферу практического использования людьми физических упражнений для телесного и духовного совершенствования людей, кто стал систематически употреблять эти слова, был английский философ, социолог, культуролог и педагог Герберт Спенсер. В 1861 году он издает книгу «Воспитание: умственное, нравственное и физическое», в которой 4 глава специально посвящена осмыслению того, что в то время относили к физическому воспитанию [1, 6, 143-182].

На английском языке этот труд назывался: «Education: mental, moral and physical». Это создало определенные трудности для становления научного понимания содержания физического воспитания в отечественной теории ФКиС, поскольку английское слово Education на русский язык может быть переведено и как воспитание, и как образование, значения и смыслы которых в русском языке не одинаковы. Понятие образования является более общим понятием, чем воспитание. Образование – родовое понятие в педагогической теории, а воспитание – разновидность, сторона образования наряду с обучением. Поэтому использование понятия физического воспитания в различных смысловых контекстах не могло ни приводить к недоразумениям и противоречиям в процессе установления научного понимания сути физического воспитания, о чем будет сказано ниже.

В 4 главе своей книги Герберт Спенсер описывает то, что считал в то время важнейшими компонентами и проблемами процесса физического воспитания.

В первую очередь он обращает внимание на то, что основополагающим в содержании физического воспитания выступает его цель – «Согласовать порядки детской и школы с установленными истинами современного научного знания» [1, 146], т.е. – рациональная, научная организация этого процесса, недопущение стихии и спорадичности в этом важном деле.

Описывая содержание процесса физического воспитания, Герберт Спенсер обращает внимание в первую очередь на рациональную организацию питания

воспитанников. Указывает на необходимость овладения педагогами научно обоснованных знаний и умений правильно подобрать одежду для прогулок воспитуемых на свежем воздухе, выбрать двигательные действия и физические упражнения, рассчитать для воспитуемых физическую и умственную нагрузку таким образом, чтобы не вызвать у них «отвращения к занятиям» [1, 177].

Герберт Спенсер затрагивает также и проблему выбора из всего многообразия двигательных действий и физических упражнений, как средств физического воспитания, тех, которые наиболее целесообразны для сохранения у детей желания регулярно заниматься физическими упражнениями. В последнем случае он считал более целесообразными использовать игры, состязания и другие «детские забавы», а не искусственно созданную систему гимнастических упражнений [1, 166-167].

Г. Спенсер в своем труде не дает научного определения понятию физического воспитания. Дав описание всего того, что для него было существенным в физическом воспитании, он делает вывод: «Таким образом, физическое воспитание детей грешит во многих отношениях. Оно грешит тем, что дети пользуются недостаточным питанием; одежда их тоже недостаточна; грешит недостатком физических упражнений (по крайней мере, для девочек) и чрезмерным умственным напряжением» [1, 181].

Другим известным в истории ФКиС ученым и организатором занятий гимнастикой, который сделал предметом своего научного анализа процесс физического воспитания, стал основатель особой системы французской гимнастики – Жорж Демени. Он опубликовал во второй половине XIX века свой научный труд под названием «Научные основы физического воспитания», которая была переведена на русский язык и опубликована в Москве в 1905 году русским врачом-гигиенистом и первым ректором Московского института физической культуры в Москве Варнавой Ефимовичем Игнатьевым [2, 2]. Этот исторический факт нам дает основание считать Ж. Демени одним из первых среди ученых, исследующих содержание занятий физическим воспитанием.

Будучи физиологом, Ж. Демени в своей книге истолковывает физическое воспитание как процесс рационального использования физических упражнений с целью укрепления здоровья и развития физических способностей людей. Сами по себе занятия физическими упражнениями могут принести человеку как положительный, так и отрицательный эффект. Чрезмерные физические нагрузки ни к чему хорошему не приведут. Поэтому Ж. Демени основным средством физического воспитания считал гимнастические упражнения, объемы и интенсивность которых хорошо регламентировались и подсчитывались. Поэтому, по Ж. Демени, процесс применения гимнастических упражнений на занятиях необходимо сделать не стихийным процессом, а целенаправленным и планомерно организованным, с четким распределением для каждого занимающегося объема и интенсивности нагрузки, тем самым, сделав этот процесс управляемым.

Заслугой Ж. Демени в области теории физического воспитания является то, что он обосновал понимание того, что только основанное на рациональных, научных основах регулярное и систематическое применение людьми физических упражнений с необходимостью, т.е. обязательно, приведёт к улучшению состояния человеческого организма. Исследуя связь занятий физическими упражнениями с положительными последствиями для человека, именно это он называл физическим воспитанием, Ж. Демени приходит к выводу о том, что эти последствия имеют позитивный характер только тогда, когда процесс физического воспитания разумно организован на научных основах. Именно тогда только повторное применение двигательных действий с определенной интенсивностью и количеством повторений неизбежно приведет к укреплению здоровья и развитию телесных кондиций человека. Для него физическое воспитание – это, по сути, процесс развития телесных способностей человека путем рационально организованных, управляемых, а потому регулярных и систематических

занятий гимнастическими упражнениями. Этими его устремлениями и пониманием объясняется тот исторический факт, что только во Франции существовали параллельно две гимнастики – Франциско Аморога и Жоржа Демени.

В.Е. Игнатъев, будучи последователем этого французского ученого, не только перевел на русский язык его книгу, содействовал ее изданию в России в 1905 году, но и сам стал активно заниматься исследованием физического воспитания и в итоге издал в 1912 году свой научный труд [см.: Игнатъев В.Е. Физическое воспитание: гимнастика, спорт, подвижные игры. - Москва: Книгоиздательство «Польза» В.Антик, 1912. - 207 с.].

В предисловии к своей работе он пишет: «Составление большой сводки того, чем располагает научная сторона физического воспитания ... не входило в нашу задачу и мы ограничились новейшими данными, частично анатомо-физиологическими, частично экспериментальными, наконец, данными опыта и статистики, чтобы показать, как далеко простирается влияние физических упражнений, как осторожны должны быть предложения, чтобы избежать увлечений и не забыть самого главного – разностороннего и гармоничного развития тела и духа» [3, 4].

В этой работе он понимает физическое воспитание как процесс занятий физическими упражнениями, имеющими позитивное влияние на кости, тело и организм занимающихся людей. Поэтому он не случайно перечисляет три вида занятий физическими упражнениями – гимнастика, спорт и подвижные игры. Содержанием физического воспитания, по его мнению, является сам процесс занятий или гимнастикой, или тем или иным видом спорта, или подвижными играми. В тексте его книги мы не нашли научного определения понятия физического воспитания. Он и ставил своей целью это делать. Но в тексте его научного труда имеются неоднократные указания на главные составные части процесса физического воспитания, а также на необходимость рационально организованной на научной основе практической деятельности по использованию разнообразных физических упражнений с целью развития физических и духовных кондиций человека.

Характерное для Ж.Демени и В.Е. Игнатъева единое понимание смысла физического воспитания состояло в том, что они этими словами выражали общую для них мысль о положительном влиянии разумно организованных и регулярных занятий физическими упражнениями для телесного и духовного развития человека. В этом они видели суть физического воспитания. Данная интерпретация сущности физического воспитания была уже в конце XIX - начале XX веков достаточно широко распространенной среди специалистов и ученых. Однако, справедливости ради, следует признать, что – не единственной. Были и другие толкования сути физического воспитания.

Один из основателей отечественной системы научных знаний о физической культуре и спорте – генерал Алексей Дмитриевич Бутовский – после своего участия в работе организованного в 1905 году Международным Олимпийским Комитетом первого международного конгресса в Брюсселе, посвященного физическому воспитанию, сформулировал свое толкование сущности физического воспитания в статье «Вопросы физического воспитания и спорта на международном конгрессе в Брюсселе, летом 1905 г.».

В этой работе он интерпретировал мысль о физическом воспитании или, другими словами, педагогический смысл физического воспитания, как целенаправленный и рационально организованный процесс «распространения среди молодежи охоты к занятиям телесными упражнениями» [4, 292].

В этом же труде А.Д. Бутовский указал на еще один аспект трудностей, связанных с единообразным пониманием того, что скрывается за словосочетанием «физическое воспитание».

В европейских языках это словообразование переводится как Education physique. «Этот термин был в большом ходу на конгрессе, - писал А.Д. Бутовский, - хотя, в сущности, дело шло вовсе не о физическом воспитании во всем его целом, а о

телесных упражнениях, составляющих только одно из многих средств физического воспитания» [4, 286]. Наверно этим обстоятельством объясняется тот факт, что основоположники отечественной теории физической культуры и спорта П.Ф. Лесгафт и А.Д. Бутовский назвали свои системы использования физических упражнений для обучения и воспитания людей системами физического образования, а не воспитания.

Рассуждая о языковых трудностях, возникавших между учеными, представляющих разные страны, по практическим вопросам научной организации физического воспитания, А.Д. Бутовский высказал мысль о том, что физическое воспитание – это не только рациональное применение физических упражнений, но и нечто большее, чем только эта практика. Этот факт свидетельствует о том, что суть физического воспитания А.Д. Бутовский понимал иначе, чем Ж. Демени и В.Е. Игнатъев, что позже привело к расхождению в интерпретации сути физического воспитания в нашей отечественной науке.

Варнава Ефимович Игнетъев использует словосочетание «физическое воспитание», не как научное педагогическое понятие, а в обыденном смысловом значении, т.е. как обозначение словами разумно организованного процесса применения физических упражнений и его положительного воздействия на человека, подобного природному влиянию. Так в заключительных строках своего научного труда он пишет о норвежском народе: «Суровая природа воспитывала людей, указывала путь, по которому должно идти развитие духовных и физических сил, и наиболее разработанная и научно обоснованная система телесных упражнений берет свое начало из этой суровой, но вместе с тем и прекрасной страны» [3, 197]. Получается, что воспитывает сама природа, т.е. внешняя среда, климат и т.п., а не специально обученные этому люди. Здесь воспитание интерпретируется не как особый педагогически организованный процесс, а как улучшающее человека воздействие извне вообще. Естественно, что такое расширительное толкование смыслового значения этого термина нельзя считать строго научным, во всяком случае, в качестве научной педагогической категории.

Такое обыденное понимание физического воспитания, которое сложилось еще у Ж. Демени повторилось в работе В.Е. Игнатъева, а потом воспроизведено в работах других отечественных ученых, включая современных. Например, в учебнике Л.П. Матвеева – научного авторитета отечественной науки, физическое воспитание определяется так: «... Физическое воспитание представляет собой процесс обучения двигательным действиям и воспитания свойственных человеку физических качеств, гарантирующий направленное развитие базирующихся на них способностей» [5, 8].

Позже, в одной из последних своих трудов Л.П. Матвеев корректирует эту формулировку и дает иную интерпретацию смысла физического воспитания: «Подобно любому педагогическому процессу, - пишет он, - физическое воспитание включает систему направленных воздействий на сознание и поведение воспитываемых» [6, 121].

Таким образом, можно констатировать, что в современной теории физического воспитания существует два подхода и два различных толкования сущности физического воспитания, идущие от Г. Спенсера, Ж. Демени, В.Е. Игнатъева, с одной стороны, и от А.Д. Бутовского – с другой.

Первая методологическая позиция и толкование сводит физическое воспитание к рационально организованному процессу целенаправленного применения человеком физических упражнений для развития тела и души, как писал В.Е. Игнатъев. Вторая теоретико-методологическая позиция и интерпретация сущности физического воспитания (идущее от А.Д. Бутовского и его последователей) рассматривает физическое воспитание не просто как процесс применения физических упражнений и двигательных действий, а более широко, как связанный с физкультурным образованием процесс воздействия на личность человека и изменения его ценностных установок, идеалов и убеждений. Существенным моментом этого процесса А.Д. Бутовский считал

распространение среди молодежи «охоты» к регулярным телесным упражнениям. Говоря современным научным языком распространение среди молодежи «охоты к телесным упражнениям» - это не что иное, как распространение у молодежи интереса, потребности и привычки к регулярным и систематическим занятиям физическими упражнениями, активному двигательному режиму жизни.

В современной научной литературе такое понимание формулируется различным образом, но в одном смысле, как планомерный и целенаправленный процесс формирования мотивации людей к регулярным и систематическим занятиям физическими упражнениями и двигательными действиями (см. определения физического воспитания в трудах ученых из Санкт-Петербурга – В.М. Выдрина, Б.В. Евстафева, Н.И. Пономарева, Ю.М. Николаева, Ю.Ф.Курамшина, С.П. Евсеева и др.). Их обобщенное понимание сути физического воспитания содержится в определении понятия физического воспитания, зафиксированного в следующей дефиниции Василия Меркурьевича Выдрина: «Физическое воспитание – процесс формирования потребности в занятиях физическими упражнениями в интересах всестороннего развития личности, формирования положительного отношения к физической культуре, выработка ценностных ориентаций, убеждений, вкусов, привычек, склонностей» [7, 7].

Учитывая вышеприведенное понимание содержания физического воспитания, последователи и ученики Л.П. Матвеева, авторы учебника «Теория и методика физического воспитания и спорта» Ж.К. Холодов и В.С Кузнецов сделали попытку дать синтетическое толкование сущности физического воспитания, объединив указанные два различных подхода к пониманию сути и смысла физического воспитания. В их интерпретации физическое воспитание рассматривается как вид воспитания, «специфическим содержанием которого являются обучение движениям, воспитание физических качеств, овладение специальными физкультурными знаниями и формирование осознанной потребности в физкультурных занятиях» [8, 7].

Приведенные выше цитаты – это не научные определения понятия физического воспитания, не дефиниции, а описание содержания действий, которое совершает педагог с воспитанником. Это – фиксация не того общего и существенного, что всегда присутствует в различных проявлениях физического воспитания, а выражение того, как представляет себе тот или иной автор основное и главное, что есть в содержании физического воспитания. Зачастую, в толкованиях такого рода дается просто описание того, что делается на занятиях с использованием физических упражнений.

В самом деле, обучению движениям занимаются на занятиях с использованием физических упражнений и двигательных действий, здесь же происходит целенаправленное развитие физических и двигательных способностей и качеств человека, а также многое другое.

В логически правильном определении понятия в классической форме, как учил ещё Аристотель, вначале указывается ближайший род, частью, стороной или видом которого выступает определяемое понятие. Стороной или частью какого, более общего понятия является физическое воспитание? На этот вопрос ответа мы не найдем у большинства представленных выше авторов. Так у Ж.К. Холодова и В.С Кузнецова в определении речь сразу идет о процессе обучения движениям.

Но педагогическая теория уже давно доказала, что обучения и воспитание – это две разные, не тождественные друг другу «стороны одной медали» - образования, в нашем случае. Стало быть, физическое воспитание – это сторона физкультурного образования или физической культуры, другой необходимой стороной которых наряду с физическим воспитанием всегда было есть и всегда будет обучение, причем не только двигательным действиям, но и многому другому.

Когда, определяя то или иное понятие, занимаются перечислением или описанием всего того, что можно своими глазами увидеть на занятиях физическим воспитанием, спортивной тренировкой, оздоровительной физической культурой,

военно-прикладной физической культурой или, скажем, туризмом, то это можно назвать толкованием, интерпретацией, пониманием содержания этих занятий, но не научным определением понятия физического воспитания. Да, на всех, перечисленных выше занятиях, мы встретим факты обучения движениям, целенаправленного и педагогически правильно организованного процесса развития и совершенствования силы, ловкости, выносливости, гибкости и быстроты и т.п. Но будут ли зафиксированные факты и явления составлять то общее и существенное, что должно входить в содержание научного понятия, выраженного словосочетанием «физическое воспитание»? Вряд ли или далеко не всё – вот ответ на этот вопрос.

Однако возникает вопрос: «Разве все то, что было перечислено выше, является содержанием занятий только физическим воспитанием; а на спортивно-тренировочных занятиях, на уроках физкультуры, занятиях АФК, профессионально-прикладной ФК, в подготовке туристов и т.п. не этими же действиями заняты участники?» Ведь это внешнее, поверхностное описание, а не отражение скрытых пластов содержания того дела, которое обозначают словами «физическое воспитание» и отличают от похожих занятий физическими упражнениями, но организованных и спланированных иначе, а потому и называемые не физическим воспитанием, а спортивной тренировкой, уроком физической культуры, занятием АФК и т.д.

Понимание некоторыми отечественными учеными выше указанного обстоятельства привело их к попытке приблизить формулировку сущности физического воспитания к требованиям логики и педагогической теории. Эту попытку сделали ученые из Санкт-Петербурга. Так в учебнике «Теория и методика физической культуры», изданном этом городе в 2004 году, профессор Василий Меркурьевич Выдрин определил содержание понятия физического воспитания следующим образом: *«ФИЗИЧЕСКОЕ ВОСПИТАНИЕ – вид физической культуры, процесс формирования потребности в занятиях физическим упражнениями в интересах всестороннего развития личности, положительного отношения к физической культуре, выработке ценностных ориентаций, убеждений, вкусов, привычек, наклонностей»* [9, 7]. Аналогичным образом определяет понятие адаптивного физического воспитания другой видный санкт-петербургский ученый профессор Сергей Петрович Евсеев в своём учебнике «Теория и организация адаптивной физической культуры», изданном в 2016 году. *«Адаптивное физическое воспитание (образование) – вид адаптивной физической культуры, удовлетворяющий потребностям индивида с отклонениями в состоянии здоровья в его подготовке к жизни, бытовой и трудовой деятельности; в формировании положительного и активного отношения к здоровому образу жизни»* [10, 72-73].

В этих формулировках впервые указывается ближайшее родовое понятие, как это требует логика, а в видообразующие признаки не вносится обучение двигательным действиям, как алогичное мыслительная операция, нет включения в состав видообразующих признаков педагогически противоречивых и тавтологических формулировок, типа «воспитания силы», «воспитания ловкости» и т.п.

Можно ли обучение движениям отнести к сущности физического воспитания? Для тех, кто толкует сущность физического воспитания по тому, что они видят своими глазами, т.е. по поверхностной информации, это является как бы само собой разумеющимся. Но для тех, кто знаком с особенностями научно-теоретического знания и целями научного познания, ясно и понятно, что такое утверждение является недопустимым противоречием и алогичным высказыванием. Другое дело – физкультурное образование. Это понятие включает в свое содержание как обучение движениям, так и физическое воспитание, включая также и процессы целенаправленного развития физических качеств и тренировки двигательных способностей.

Основатели педагогической науки (Ян Амос Коменский, Дж. Локк, Ж-Ж Руссо, Генрих Песталоцци, К.Д. Ушинский и др.) понимали, что обучение и воспитание – это

две стороны одного дела – образования или формирования и изменения личности человека. Эти две стороны образования существуют всегда вместе, рядом, но это не одно и то же дело. Поэтому отождествлять обучение с воспитанием, путать одно с другим нельзя. У обучения есть свои продукты – знания, умения и навыки, а у воспитания другие продукты, отличные от знаний, умений и навыков человека. Это изменение интересов, потребностей, желаний, ценностей и привычек людей. Они понимали, что любое воспитание связано с воздействием педагога на душу, внутренний мир человека, его личность. Любое воспитание – это целенаправленное воздействие на психику и сознание человека с помощью слова, диалога и других средств воспитательного воздействия.

Отсюда можно сделать вывод, что истолковывать содержание и сущность физического воспитания можно по-разному. Это понятно любому грамотному человеку. Понятной для большинства исследователей является также мысль о необходимости на первых шагах научного познания накапливать информацию о различных позициях в истолковании сущности познаваемого объекта. Но если мы хотим получить информацию о сущности физического воспитания, а значит выявить скрытые от глаз явления и процессы, зависимости и связи, познать закономерности физического воспитания, то для этого следует полученные разнообразные толкования или интерпретации сущности физического воспитания связывать с исходными постулатами педагогической теории, а также логическими нормами и предписаниями.

К сожалению, приходится констатировать, что в отечественной теории физического воспитания эта проблема остаётся пока ещё не до конца решенной. Большая часть формулировок сущности физического воспитания, содержащихся в учебных пособиях, учебниках, статьях и монографиях, не является образцом логически правильного оформления содержания научного понятия физического воспитания, адекватным раскрытием смысла и значения термина «физическое воспитание».

Библиографический список:

1. Спенсер Г. Воспитание: умственное, нравственное и физическое / Пер. с англ. М.А. Лазаревой. – М.: Изд-во УРАО. 2002. – 288 с.
2. Демени Ж. Научные основы физического воспитания. – Москва, 1905.
3. Игнатъев В.Е. Физическое воспитание: гимнастика, спорт, подвижные игры. - Москва: Книгоиздательство «Польза» В.Антик, 1912. - 207 с.
4. Бутовский А.Д. Вопросы физического воспитания и спорта на международном конгрессе в Брюсселе, летом 1905 г. // Бутовский, А.Д. Собр. сочинений в 4 т. Том 3. – Киев: Олимпийская литература, 2009. – С. 261-295.
5. Матвеев Л.П. Теория и методика физической культуры (общие основы теории и методики физического воспитания; теоретико-методические аспекты спорта и профессионально-прикладных форм физической культуры). – М.: Физкультура и спорт, 1991. – 543 с.
6. Матвеев Л.П. Теория и методика физической культуры. – 3-е изд., перераб. и доп.. – М.: Физкультура и Спорт, СпортАкадемПресс, 2008. – 544 с.
7. Теория и методика физической культуры (курс лекций): Учебное пособие / Под ред.. Ю.Ф. Курамшина, В.И. Попова; СПбГАФК им. П.Ф. Лесгафта. – СПб., 1999. – 324 с.
8. Холодов Ж.К. Теория физического воспитания и спорта: Учеб. пособие для студ. высш. учеб. заведений / Ж.К. Холодов, В.С. Кузнецов. – 3-е изд., стер. – М.: Издательский центр «Академия», 2004. – 480 с.
9. Теория и методика физической культуры: Учебник / Под ред. проф. Ю.Ф. Курамшина. – 2-е изд. испр. – М.: Советский спорт, 2004. – 464.
10. Евсеев С.П. Теория и организация адаптивной физической культуры: учебник / С.П. Евсеев. – М.: Спорт, 2016. – 616 с.

СУБЪЕКТНОСТЬ ЛИЧНОСТИ В ФИЗКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЙ И СПОРТИВНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТЯХ

*Науменко Ю.В., д.п.н., доцент,
Волгоградская государственная академия физической культуры,
Волгоград, Россия*

В статье раскрывается авторский подход доопределения базовых понятий теории физической культуры, спортивной подготовки адаптивной физической культуры понятием «субъектность». Содержание статьи носит теоретико-методологический характер и является комплексным исследованием по развитию терминологии и тезауруса по научным специальностям 5.8.4 «Физическая культура и профессиональная физическая подготовка», 5.8.5 «Теория и методика спорта» и 5.8.6 «Оздоровительная и адаптивная физическая культура». Представленный материал будет интересен и полезен для исследователей, рассматривающих проблемы обретения субъектности занимающихся физкультурно-оздоровительной и спортивной деятельностью. Цель данной публикации обрисовать методологические основания для актуальных исследований по соответствующей проблематике, рекомендованных РАО и утвержденных ВАК России.

Ключевые слова: субъектность в физкультурно-оздоровительной деятельности, субъектность в спортивной деятельности.

SUBJECTIVITY OF PERSONALITY IN PHYSICAL EDUCATION AND RECREATION AND SPORTS ACTIVITIES

*Naumenko Yu.V., Grand PhD, associate professor,
Volgograd State Academy of Physical Education,
Volgograd, Russia*

The article reveals the author's approach to defining the basic concepts of the theory of physical Education, sports training of adaptive physical Education by the concept of "subjectivity". The content of the article is theoretical and methodological in nature and is a comprehensive study on the development of terminology and thesaurus in the scientific specialties 5.8.4 "Physical Education and professional physical training", 5.8.5 "Theory and methodology of sports" and 5.8.6 "Health and adaptive physical Education". The presented material will be interesting and useful for researchers considering the problems of acquiring subjectivity engaged in physical fitness and sports activities. The purpose of this publication is to outline the methodological foundations for relevant research on relevant issues recommended by the RAO and approved by the Higher Attestation Commission of Russia.

Keywords: subjectivity in physical Education and recreational activities, subjectivity in sports activities.

Актуальность. Самое актуальное направление современных педагогических исследований обретение личностью субъектности (способности преобразовывать свою жизнь при соблюдении равновесия-равнозначности индивидуальных потребностей и устремлений и социально-культурных форм и норм взаимодействия и общения).

Проблематика субъектности присутствуют практически по всем педагогическим специальностям в актуальной тематике диссертационных исследований в области образования, рекомендованных Российской академией образования (РАО) и утвержденных Высшей аттестационной комиссией (ВАК).

В том числе и по научным специальностям, связанным с физической культурой и спортом:

- Теоретико-методические основания и условия становления субъектности личности в процессе физкультурно-спортивной деятельности.

- Разработка педагогических технологий и методик воспитания субъектности личности спортсмена на основе ценностного содержания спортивной деятельности.

- Методы и технологии формирования культуры здоровья у субъекта физкультурно-оздоровительной деятельности.

Существует определённый научный задел в рассмотрении различных аспектов обретения субъектности занимающимися физкультурно-оздоровительной и спортивной деятельностью (Л.В. Бянкина, М.Я. Виленский, И.В. Манжелей, О.Ю. Масалова и др.).

Однако необходимо признать, что понятие «субъектность» еще не вошло стопроцентно в терминологический аппарат теории физической культуры, спортивной подготовки и адаптивной физической культуры. Использование субъектности не всегда обоснованно, логически выверено и семантически целесообразно.

Поэтому существует необходимость в сравнительно-интегративном металогическом анализе базовых понятий теории физической культуры и спортивной подготовки и понятия «субъектность».

Проблема исследования – теоретико-методологическое доопределение базовых понятий теории физической культуры и спорта с включением (присоединением) понятия «субъектность».

Объект исследования – развитие терминологии и тезауруса в области физической культуры и спорта, – соответствует направлениям исследований по научным специальностям 5.8.4 «Физическая культура и профессиональная физическая подготовка» (направление 4.2) и 5.8.5 «Теория и методика спорта» (направление 5.4).

Предмет исследования – теоретико-методологическое обоснование корректного (с точки зрения семантики и логики построения терминов) доопределения базовых понятий теории физической культуры и спорта (спортивной деятельности) понятием «субъектность».

Цель исследования – дать корректное (с точки зрения семантики и логики построения терминов) обоснование понятий «субъектность в физкультурно-оздоровительной деятельности» и «субъектность в спорте (спортивной деятельности)».

Основные положения. На сегодняшний день наиболее полное теоретико-методологическое исследование по проблемам субъектности личности в физической культуре и спорте (спортивной деятельности) осуществила Л.В. Бянкина [1].

Поддерживая полностью основные положения и признавая несомненную научную и теоретическую значимость проведенного исследования, отметим, что ей не удалось избежать методологической небрежности при введении в терминологию и тезаурус в области физической культуры термина «субъектность». В частности, в монографии используются как равнозначные два новых понятия: «субъектность физической культуры личности» и «субъектность физической культуры».

Рассмотрим сначала второе понятие («субъектность физической культуры»). Авторы концепции развития субъектной реальности в онтогенезе В.И. Слободчиков и Е.И. Исаев [4] рассматривают феномен «субъектности» как не отменное свойство личности, формирующееся и проявляющееся в определенной деятельности. При этом любая деятельность, являясь потенциальным источником (полем проявления) субъектности личности, сама этим качеством не обладает. Более того потенциальность для проявления субъектности не означает обязательность, т.е. личность овладевая и осуществляя какую-либо деятельность может не проявлять в ней субъектного начала.

Другими словами, не может быть «субъектности физической культуры» - существует только «субъектность личности в физической культуре» (если подразумевать деятельность личности по освоению физической культуры).

Аналогично, не может быть «субъектности физической культуры личности», т.к., как мы отметили выше, «субъектность» есть сущностная характеристика личности, а не физической культуры.

Немаловажным, по нашему мнению, является употребление предлога «в» (не только с позиций орфографической правильности).

Смысловое наполнение феномена «субъектности личности» по В.И. Слободчикову и Е.И. Исаеву предполагает проявление личностью своей «самости» в осуществлении определенной деятельности [4], т.е. семантически наиболее правильным будет выражение «субъектность личности в физической культуре», где под физической культурой понимается процесс овладения ею личностью.

Для снятия различных недомолвок и смысловой не досказанности мы считаем справедливым использование термина «субъектность личности в физкультурно-оздоровительной деятельности», т.к. именно в физкультурно-оздоровительной деятельности личность постигает физическую культуру [3].

Необходимо также отметить, что в своем исследовании Л.В. Бянкина подходит достаточно широко к трактовке понятия «физкультурная деятельность», что, справедливости ради, свойственно не только ей одной.

В ее трактовке «физкультурная деятельность» – это деятельность, «включающая в себя и спортивную деятельность, и процесс физического воспитания, и процессы физической рекреации, и другие виды двигательной деятельности, средством реализации которых служит физическое упражнение как основной атрибут физической культуры» [1, с. 131].

Фактически, выполнение физических упражнений рассматривается как глобальный системообразующий элемент физкультурно-оздоровительной деятельности, обычного (традиционного) спорта и адаптивного спорта без учета ценностно-смысловых аспектов. Тем самым Л.В. Бянкина совершает известную логическую ошибку в определении понятия через обобщение, исключая видовые признаки. В результате ее понятие «субъектность физической культуры личности» включает в себя как проявление субъектности в «чисто» физкультурно-оздоровительной деятельности, так в обычном и адаптивном спорте.

Однако ценности физической культуры и спорта при их некотором совпадении имеют принципиальную разницу в ценностно-смысловом самостановлении человеком (сознательное физическое развитие себя для себя и/или сознательное физическое развитие себя для побед в соревнованиях над другими) [2].

Соответственно, проявление субъектности личности в физкультурно-оздоровительной деятельности и в спортивной деятельности (в спорте) при некоторых общих характеристиках будут отличаться из-за ценностно-смысловой направленности непосредственной деятельности личности. Поэтому с точки зрения логических законов введения терминов и понятий и с учетом сущностно смыслового содержания необходимо рассматривать два отдельных понятия «субъектность личности в физкультурно-оздоровительной деятельности» и «субъектность личности в спортивной деятельности (спорте)» как терминологические характеристики самостоятельных личностных феноменов.

Для более точного определения необходимо уточнить базовые понятия «физкультурно-оздоровительная деятельность» и «спортивная деятельность (спорт)».

В свое время мы посвятили достаточно много внимания определению сущности этих двух социально-культурных феноменов [2, 3].

Поэтому воспользуемся определениями, которыми были предложены нами ранее, и определением субъектности по В.И. Слободчикову и Е.И. Исаеву:

- физкультурно-оздоровительная деятельность является одним из вариантов педагогического процесса воспитания здоровьесформирующего поведения человека, реализуемого в сотрудничестве с группой единомышленников (реальной или условной)

по оптимизации психофизиологической жизнеспособности каждого участника для обретения индивидуального благополучия во всех сферах жизни [3];

- спортивная деятельность (спорт) служит для самовыражения в соперничестве в спортивных соревнованиях на основе использования личностью индивидуальной специфической социально-культурной телесности, осознанно и активно формируемой субъектом спортивной деятельности с помощью специализированных физических упражнений [2];

- субъектность личности (в деятельности) – это способность человека реально (практически) преобразовывать осуществляемую деятельность на основе индивидуальных смыслов (планировать способы действий как отдельно, так и в виде программ; реализовывать действия и/или программы, контролировать их ход и оценивать результаты) [4].

Следовательно:

- субъектность личности в физкультурно-оздоровительной деятельности – это способность человека преобразовать процесс воспитания здоровьесформирующего поведения в процесс самовоспитания с целью обретения индивидуального благополучия на основе конструирования полной и устойчивой личностной системы «внутренняя картина здоровья» для индивидуально оптимальной трансформации своей психофизиологической жизнеспособности;

- субъектность личности в спорте (спортивной деятельности) – это способность преобразовывать процесс спортивной подготовки (процесс трансформации своей природной телесности в специфическую социально-культурную телесность с помощью специализированных физических упражнений) в личностно значимую деятельность для удовлетворения потребности самореализации в преодолении себя в соперничестве в спортивных соревнованиях.

Одним из значимых проявлений субъектности личности в физкультурно-оздоровительной деятельности, по нашему мнению, является обретение человеком индивидуальной физкультурно-оздоровительной компетентности, которая объединяет в единую целостность знания, умения и опыт самостоятельной деятельности по сохранению и разумному совершенствованию своей психофизиологической жизнеспособности по индивидуальному плану.

Научная новизна и теоретическая значимость проведенного исследования заключается в корректном расширении (с точки зрения семантики и логики построения терминов) терминологии и тезауруса теории физической культуры и спорта (спортивной деятельности) понятием «субъектность», что создает прочную теоретико-методологическую для проведения актуальных исследований в соответствии с рекомендациями РАО И ВАК России.

Практическая значимость проведенного исследования заключается:

- в возможности теоретико-методологического осмысления существующего опыта педагогических исследований по обретению субъектности занимающимися физкультурно-оздоровительной деятельностью или спортсменами и в более объективной (с теоретико-методологических позиций) оценке предлагаемых методов, методик и технологий;

- в возможности проектирования процессов освоения физической культуры и спортивной подготовки с воспитанием субъектности у участников на основе прочного теоретико-методологического знания, а не на основе субъективистских представлений о том как должна выглядеть субъектность личности в физкультурно-оздоровительной и в спортивной деятельности.

Перспективы дальнейшего исследования:

- уточнение характеристик проявления субъектности личности в физкультурно-оздоровительной деятельности (субъектности личности в спорте) для разработки принципиально новых методов диагностики;

- установление структуры и покомпонентного состава субъектности личности в физкультурно-оздоровительной деятельности (субъектности личности в спорте) для определения эффективных методов и методик осуществления физкультурно-оздоровительной деятельности (спортивной деятельности) с субъектной направленностью;
- определение субъектности личности в адаптивной физкультурно-оздоровительной деятельности и субъектности личности в адаптивном спорте.

Библиографический список:

1. Бянкина, Л.В. Физическая культура как пространство развития субъектности личности [Текст]: монография / Л.В. Бянкина; Министерство спорта Российской Федерации, Дальневосточная государственная академия физической культуры. – Хабаровск: ДВГАФК, 2017. – 116 с.
2. Науменко, Ю.В. Социально-культурный подход к обоснованию спортивной деятельности [Текст] / Олимпийский спорт и подготовка кадров: системный, культурологический, гендерный подходы: монография / Под общ. ред. А.А. Сучилина и Ю.А. Зубарева; Олимпийский комитет России, Поволжская олимпийская академия, Министерство спорта Российской Федерации, ФГБОУ ВО «Волгоградская государственная академия физической культуры». – Волгоград: ООО «Принт», 2018. – С. 101-116.
3. Науменко, Ю.В. Концепция физкультурно-оздоровительной деятельности общеобразовательной организации, ориентированной на комплексное формирование социально-культурных феноменов «здоровье» и «здоровый образ жизни» [Текст] / Инновационные процессы маркетинговой деятельности в сфере физкультурно-оздоровительных услуг: теория и практика: монография / Под общ. ред. Ю.А. Зубарева. – Саратов: Амирит, 2023. – С. 268-344.
4. Слободчиков, В.И., Исаев, Е.И. Основы психологической антропологии. Психология развития человека: Развитие субъективной реальности в онтогенезе: учебное пособие для вузов [Текст] / В.И. Слободчиков, Е.И. Исаев. М.: Школьная Пресса, 2000. – 416 с.

УДК 378.2

ИСХОДНОЕ СОСТОЯНИЕ ПРОБЛЕМЫ ПОДГОТОВКИ СТУДЕНТОВ-БАКАЛАВРОВ НАПРАВЛЕНИЯ «ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА» К РЕАЛИЗАЦИИ МЕТОДИКИ СПОРТИВНОГО ОТБОРА

*Николаев Г.М., старший преподаватель,
Марийский государственный университет,
Йошкар-Ола, Россия*

В статье представлено описание хода и результатов эмпирического исследования исходного состояния проблемы подготовки студентов-бакалавров направления «физическая культура» к реализации методики спортивного отбора. Была поставлена цель – изучить современное состояние готовности студентов факультета физической культуры к реализации методики спортивного отбора и связанные с ним организационно-методические проблемы. На основе использования методов анализа документации, анкетирования, тестирования, экспертных оценок, были получены данные о недостаточной готовности студентов к реализации методики спортивного отбора и выявлены проблемы, касающиеся недостаточной методической разработанности преподавания методики спортивного отбора в вузе и недостаточным отражением способности к реализации методики спортивного отбора в компетентностной модели выпускника-бакалавра направления «Физическая культура». Сделаны выводы о необходимости разработки дополнительных педагогических

мероприятий для оптимизации подготовки студентов-бакалавров направления «Физическая культура» к реализации методики спортивного отбора.

Ключевые слова: развитие физкультуры и спорта, подготовка студентов, спортивный отбор, готовность к реализации методики спортивного отбора.

THE INITIAL STATE OF THE PROBLEM OF PREPARING BACHELOR STUDENTS IN THE DIRECTION OF «PHYSICAL EDUCATION» TO IMPLEMENT THE METHODOLOGY OF SPORTS SELECTION

*Nikolaev G.M., senior lecturer, nikolaevv12@mail.ru
Mari State University,
Yoshkar-Ola, Russia*

The article describes the progress and results of an empirical study of the initial state of the problem of preparing bachelor students in the direction of "physical Education" to implement the methods of sports selection. The goal was to study the current state of readiness of students of the Faculty of Physical Education to implement the methods of sports selection and related organizational and methodological problems. Based on the use of methods of analysis of documentation, questionnaires, testing, expert assessments, data were obtained on the insufficient readiness of students to implement the methods of sports selection and identified problems concerning the insufficient methodological development of teaching methods of sports selection at the university and insufficient reflection of the ability to implement the methods of sports selection in the competence model of a bachelor graduate of the direction "Physical Education". Conclusions are drawn about the need to develop additional pedagogical measures to optimize the preparation of bachelor students in the direction of "Physical Education" to implement the methods of sports selection.

Keywords: development of physical education and sports, training of students, sports selection, readiness to implement the methods of sports selection.

В последние десятилетия в нашей стране вопросы развития физической культуры и спорта имеют особую актуальность: реализация социальных стратегий государства в области здравоохранения, образования и демографии тесно связана с развитием физкультуры и спорта [3]. Занятия спортом обеспечивают человеку здоровый образ жизни, высокую работоспособность, поступательное физическое и личностное развитие с одной стороны, а с другой стороны – достижение российскими спортсменами высоких результатов на мировой спортивной арене, способствуют формированию престижа и высокого мирового статуса государства. Но, как показывает практика, первооснову успешных занятий спортом (будь то массовый спорт, или спорт высших достижений), составляет грамотно проведенный спортивный отбор [2]. Проведенный на ранних этапах занятий спортом спортивный отбор, позволяет не только определить перспективность занятий данным конкретным видом спорта для ребенка, но и направить его в правильное спортивное русло, порекомендовать тот вид спорта, занятия которым будут наиболее продуктивны и безопасны [5, 6]. Проведение спортивного отбора на более поздних этапах многолетней тренировки, позволяет сформировать спортивный резерв, конкретизировать спортивное амплуа, сделать прогноз спортивной успешности, отобрать в сборную наиболее перспективных спортсменов [8]. Все это однозначно указывает на большую практическую значимость спортивного отбора как неотъемлемого компонента спортивной практики. Поэтому, особую актуальность приобретают вопросы подготовки специалистов в области спортивного отбора. Данные вопросы должны решаться в рамках профессиональной подготовки специалистов в области физического воспитания и спорта, в соответствии с концепцией практико-ориентированного подхода к образованию в высшей школе [1].

Система профессиональной подготовки специалистов в вузе (в том числе – бакалавров направления «Физическая культура»), в последнее время, переживает постоянное реформирование. Важнейшим маркером реформ высшего образования, в настоящее время является переход к компетентно-ориентированным моделям подготовки выпускников вузов [4, 7]. Данный подход предполагает не просто обогащение студентов большим количеством знаний и умений в той или иной области, но и формирование у них комплекса компетенций. При этом, в соответствии с действующим Федеральным государственным образовательным стандартом (ФГОС 3++), вузы вправе сами определять набор профессиональных компетенций, формируемых у выпускников. Но, как показывает анализ информации, представленной на официальных сайтах российских вузов, в большинстве вузов, ведущих подготовку бакалавров по направлению «Физическая культура», в списке компетенций отсутствует необходимость формирования готовности студентов к реализации методики спортивного отбора. На этом фоне возникает противоречие между потребностью спортивной практики в профессионально подготовленных специалистах в области спортивного отбора, и недостаточным вниманием вузов к развитию у студентов физкультурных специальностей необходимых для реализации методики спортивного отбора компетенций.

В связи с обоснованной актуальностью и выявленным противоречием, была поставлена **цель исследования** - изучить современное состояние готовности студентов факультета физической культуры к реализации методики спортивного отбора и связанные с ним организационно-методические проблемы.

Для достижения поставленной цели были применены **методы** исследования:

- анализ документации;
- анкетирование;
- тестирование;
- экспертные оценки.

Методика исследования, проведенного на базе Марийского государственного университета в период с 2017 по 2022 г., с участием выборки из 200 студентов факультета физической культуры, спорта и туризма, предполагала следующую последовательность действий:

- анализ существующей документации, касающейся подготовки студентов-бакалавров направления «Физическая культура» к реализации методики спортивного отбора;
- определение основных компонентов готовности студентов к реализации методики спортивного отбора и конкретизация средств их оценки;
- оценка отдельных компонентов готовности студентов к реализации методики спортивного отбора при помощи анкетирования, тестирования, экспертных оценок;
- определение проблем в области подготовки студентов-бакалавров направления «Физическая культура» к реализации методики спортивного отбора.

В рамках проводимого исследования учитывался уровень сформированности у студентов различных компонентов готовности к реализации спортивного отбора: мотивационного, когнитивного, деятельностного и рефлексивного.

Результаты исследования показали, что анализ документации, имеющейся на факультете физической культуры, спорта и туризма, продемонстрировал отсутствие отдельных учебных дисциплин, посвященных изучению методики спортивного отбора, среди формируемых у выпускников профессиональных компетенций отсутствует упоминание необходимости формирования готовности студентов к реализации методики спортивного отбора.

Изучение мотивационного компонента готовности студентов к реализации методики спортивного отбора проводилось при помощи анкетирования, которое показало, что 68% испытуемых планируют в рамках своей будущей профессиональной деятельности применять методику спортивного отбора. При этом обязательным

компонентом своей профессиональной деятельности применение методики спортивного отбора считают, 54% (108 человек) респондентов. Оценка когнитивного компонента готовности к реализации методики спортивного отбора проводилась при помощи специально разработанного теста. По результатам этого теста наличие достаточного количества знаний, умений и навыков в области методики спортивного отбора зафиксировано у порядка 4% (8 человек) респондентов. Экспертные оценки показали несформированность у респондентов деятельностного и рефлексивного компонентов готовности студентов-бакалавров направления «Физическая культура» к реализации методики спортивного отбора. В обобщенном виде эти результаты проиллюстрированы на рисунке 1.

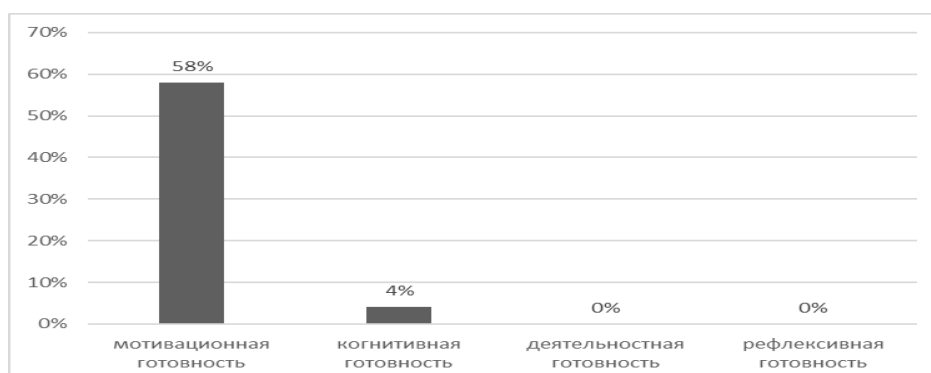


Рисунок 1 – Исходный уровень развития отдельных компонентов готовности студентов к реализации методики спортивного отбора

Полученные в исследовании результаты стали основой для дальнейшей разработки мероприятий по оптимизации процесса подготовки студентов-бакалавров направления подготовки «Физическая культура» к реализации методики спортивного отбора в Марийском государственном университете.

Выводы:

- выявлено недостаточное внимание со стороны вуза к обучению студентов-бакалавров направления подготовки «Физическая культура» основам методики спортивного отбора;
- определен изначально низкий уровень готовности студентов-бакалавров направления подготовки «Физическая культура» к реализации методики спортивного отбора;
- актуализирована необходимость разработки дополнительных педагогических мероприятий для оптимизации подготовки студентов-бакалавров направления «Физическая культура» к реализации методики спортивного отбора.

Библиографический список:

1. Андреева И.Г., Брыкова Л.В. Концепция практико-ориентированного подхода к образованию в высшей школе // Изв. Волгогр. гос. пед. унта. 2020. № 5. С. 4–9.
2. Быков Н.Н., Шляпников А.В. Организационные основы современной системы спортивного отбора и ориентации // В сб.: Физическое воспитание и спорт: актуальные вопросы теории и практики. Сборник статей Всероссийской научно-практической конференции. 2019. С. 188-192.
3. Енченко И.В. Анализ показателей развития физической культуры и спорта в регионах России // Физическая культура. Спорт. Туризм. Двигательная рекреация. 2019. Т.4. №3. С. 63-71.
4. Макаров А.В. Компетентностно-ориентированные модели подготовки выпускников вузов // Социально-гуманитарные знания. 2018. № 3. С. 91– 105.
5. Николаев Г.М. Федорова С.Н. Методики спортивного отбора на основе комплексной оценки перспективности юных спортсменов // Вестник Марийского государственного университета. 2020. Т. 14. № 3. С. 306–311.

6. Совертков Е.И. Спортивная ориентация и отбор на отделения ДЮСШ в системе образовательных учреждений // В сб.: Зауралье спортивное. Сборник трудов Региональной научно-практической конференции. 2012. С. 58-59.

7. Шехмирзова А.М., Пшизова А.Р. Компетентностная модель выпускника вуза в контексте модернизации российской системы высшего образования // *Paradigmata poznání*. - 2015. - № 4. - С. 154– 160.

8. Уголькова Е.Р. Спортивный отбор и его теоретические аспекты, спортивный отбор на этапе углубленной специализации // Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгафта. 2020. №2 (180). С. 426-430.

УДК 811.93

ФОРМАЛИЗАЦИЯ ДИРЕКЦИОНАЛЬНОГО ПРЕДИКАТИВНОГО АРГУМЕНТА В НЕКОМПОЗИЦИОНАЛЬНЫХ КОНСТРУКЦИЯХ

*Садовникова И.А., к.ф.н., доцент,
Волгоградская государственная академия физической культуры,
Волгоград, Россия*

В данной статье предпринята попытка формализации некомпозиционных конструкций немецких партиклированных глаголов с локально-дирекциональной семантикой. Сложные конструкции в языке в большинстве случаев мотивированы, поэтому они могут рассматриваться как результат композиции составных частей. Для того чтобы понять, какие алгоритмы лежат в основе некомпозиционных конструкций необходимо в качестве дирекционального аргумента изучить локальные препозиционные фразы и рассмотреть их в тандеме с партиклированными глаголами, то есть с глаголами с отделяемыми приставками, демонстрирующими локально-дирекциональную семантику. Исходя из полученных результатов исследования, некомпозиционные конструкции появились произвольно и независимо от локальной семантики, свойственной партиклям. Примером некомпозиционных конструкций являются глаголы, которые обозначают ситуацию, в которой субъект-референт или объект-референт являются «участниками» события или процесса, при котором изменяются свойства, формы соответствующего денотата. Зачастую речь идет о разрушении референта. Это касается как непереходных, так и переходных глаголов.

Ключевые слова: формальная семантика, принцип композициональности, дирекциональный предикативный аргумент, партиклированный глагол, некомпозиционные конструкции.

FORMALIZATION OF THE DIRECTIVE PREDICATIVE ARGUMENT IN NONCOMPOSITIONAL CONSTRUCTIONS

*Sadovnikova I.A., Ph.D., associate professor,
Volgograd State Physical Education Academy,
Volgograd, Russia*

This article attempts to formalize non-compositional constructions of German particle verbs with locative-directive semantics. Complex constructions in the language are mostly motivated, so they can be seen as the result of the composition of constituent parts. In order to understand what algorithms underlie non-compositional constructions, it is necessary to study local prepositional phrases as a directive argument and consider them in tandem with particle verbs, i.e. verbs with detachable prefixes demonstrating local-directive semantics. Based on the results of the study, non-compositional constructions emerged involuntarily and

independently of the local semantics peculiar to particles. An example of non-compositional constructions are verbs that denote a situation in which the subject-referent or object-referent are "participants" in an event or process in which the properties and forms of the corresponding denotation are changed. Often it is the destruction of the referent. This applies to both non-transitive and transitive verbs.

Key words: formal semantics, principle of compositionality, directive predicative argument, verbs with particles, non-compositional constructions.

Актуальность избранной темы определяется возросшим исследовательским интересом к формализации естественного языка. Обращение к данной проблематике представляется тем более актуальным на фоне интенсивного развития компьютерной лингвистики, корпусной лингвистики, на фоне исследований по созданию искусственного интеллекта.

Целью данной работы является характеристика некомпозиционных конструкций немецких партиклированных глаголов, демонстрирующих локально-дирекциональную семантику и выявление алгоритмов, лежащих в их основе.

Методы исследования. В данном исследовании используется метод моделирования и контекстуальный анализ как метод наблюдения за отношениями между единицами языка.

Формальная семантика – это направление в семантике, основанное логиками (D.Lewis, M. Cresswell). Большую роль в формировании этого направления сыграл Ричард Монтегю (Richard Montague). Грамматика Монтегю - первое название этого направления. Другие названия – композиционная семантика, семантика синтаксиса; но основное название теперь – формальная семантика.

Основная идея Монтегю выражена в названии одной из его работ – "English as a formal language" (Montague 1970: 195). Формальная семантика рассматривает естественный язык как формальный логический язык, который является гораздо более сложным, чем "обычные" логические языки. Таким образом, при его описании необходимо использовать понятия и конструкции, применяемые при описании "обычных" логических языков.

В рамках формальной семантики каждое предложение рассматривается как формула логического языка и вычисляется его истинностное значение. Но речь идет не об истинности или ложности вообще, а об истинности и ложности относительно той или иной модели.

Понятие модели является наряду с теоретико-модельной семантикой и принципом композиционности, или композициональности (Principle of Compositionality) важными чертами формального языка. Для иллюстрации которых, мы используем подобно В.Н. Парте (Парте 1996: 26) и В.Б. Борщеву (Борщев 1996: 214), самый известный и, в некотором смысле, «прототипический» логический язык – исчисление предикатов (ИП). Бесконечное множество формул ИП строится из переменных, констант и предикатных символов.

Центральный принцип формальной семантики состоит в том, что отношение между синтаксисом и семантикой композиционно. Принцип композиционности, или композициональности: Значение выражения есть функция значений его частей и способа их синтаксической комбинации.

В немецком языке система глаголов с партиклями демонстрирует огромное количество композиционных конструкций. Композиционные конструкции представлены определенными классами глаголов, прежде всего каузативных глаголов положения (местоположения), а также непереходных и переходных глаголов движения, которые в качестве общего признака закрепляют в своей семантике признак локального направления, дирекциональности. Партикль, ввиду своей семантики - выражать

конкретную пространственную направленность предиката, в состоянии реализовать место дирекционального аргумента.

Термин партикль используется для обозначения отделяемого первого компонента глагола и восходит к школе Сьюзен Ольсен, занимающейся проблемами формальной семантики.

Композиционные конструкции, которые представляют фундамент системы и предположительно исторический генезис глагольных конструкций, распространяются на более широкий круг регулярных конструкций. В регулярных конструкциях, в которых глаголы, исходя из собственной семантики, изначально не демонстрируют дирекциональный аргумент, способствующий комбинированию с партиклем, могут приобретать это свойство вторично через определенные, концептуально управляемые адаптационные механизмы. Исходя из такого «обогащенного» значения корень глагола, рассматриваемый как производный, вступает в тематическую связь с партиклями, например с партиклем *ein-*: (Futter in das Kleid) *einnähen*, (Mandeln in den Kuchen) *einbacken*.

Такие адаптационные механизмы, которые создают на основе базовых единиц лексической системы виртуальные лексические корни со значением движения, способствуют дальнейшему развитию системы языка. Так, система глаголов с партиклем *ein-* представляет комбинирование определенных значений глаголов и партикля *ein-* с локально-дирекциональной семантикой. Глаголы *einsteigen* = *in etwas steigen*, *einsetzen* = *etwas in etwas setzen*, *einsalzen* = *etwas in Salz legen* являются подтверждением этого факта.

Конструкции базовых глаголов с партиклем *ein-*, продемонстрированные ниже, не содержат информации о том, происходит ли изменение места у одного из представленных объектов, которое должно устанавливаться дирекциональным элементом *ein-*. Обозначение изменения локации одного из аргументов не конституирует значение исходного глагола, так как все глаголы, представленные в примерах ниже, без проблем могут использоваться без дирекциональных данных.

Глаголы деятельности с партиклем *ein-*:

(1) а. Johannes hat Mandeln in den Kuchen *eingebacken*.

б. Julia hat sich ein Band in die Zöpfe *eingeflochten*.

в. Sie hat das Futter in den Rock *eingenäht*.

г. Teile wurden in die Konstruktion *ingeschweißt*.

С небольшими ограничениями можно то же самое утверждать для небольшой группы непереходных глаголов с партиклем *ein-*:

(2) а. Diebe sind in die Werkstatt *eingebrochen*.

б. Das Kind ist auf dem Eis *eingekracht*.

в. Der Tumor ist ins Gewebe *eingewachsen*.

г. Die übertragende Haut ist *eingheilt*.

В приведенных выше предложениях (1 а-г) и (2 а-г) денотат (грамматический объект (дополнение) у переходных глаголов, грамматический субъект (подлежащее) у непереходных) меняет место. Интерпретация изменения места поддерживается дирекциональными препозиционными фразами, в случае их наличия. У непереходных глаголов в предложениях (2) значение базового глагола в большинстве случаев сохраняется в производной конструкции, только глагол *brechen* (2 а) представляет в данном отношении вероятное исключение. У переходных глаголов (1) значение базовых глаголов в конструкциях с партиклем *ein-* остается инвариантным, это означает, что глагол *einnähen* (1в) означает то же самое, что и глагол *nähen* в ситуации «шитья», а глагол *einbacken* (1а) означает то же самое, что и глагол *backen* в ситуации «печки, стряпанья».

Если при отсутствии информации о локализации комбинировать базовый глагол с номинальными фразами, которые функционируют в качестве прямых дополнений, то можно получить не интерпретируемые, неправильные конструкции, например:

- (3) а. ?? Johannes hat Mandeln gebacken.
- б. ? Julia hat ein Band geflochten.
- в. ? Sie hat das Futter genäht.
- г. ? Teile wurden geschweißt.

Большинство дополнений плеонастических, т.е. избыточных препозициональных фраз, приведенных в (1), напротив, являются более подходящими прямыми дополнениями базовых глаголов:

- (4) а. Johannes hat einen Kuchen gebacken.
- б. Jilia hat Zöpfe geflochten.
- в. Sie hat den Rock genäht.
- г. Konstruktionen wurden geschweißt.

Чтобы в формальном плане представить композицию частицы с (переходным и непереходным) нелокальным глаголом, можно использовать, разработанный Майенборном, анализ структур, которые состоят из нелокальных глаголов и дирекциональных препозициональных фраз:

- (5) а. Ein Motorrad knattert über die Landstraße.
- б. Der Hochgeschwindigkeitszug dröhnt durch den Tunnel.
- в. Gunda hampelt in die Küche.
- (6) а. Ein Motorrad fährt über die Landstraße.
- б. Der Hochgeschwindigkeitszug rast durch den Tunnel.
- в. Gunda geht in die Küche.
- (7) а. knattern-: $\lambda x [s \text{ INST } [\text{KNATTER } (x)]]$
- б. схема движения : $\lambda P \lambda x \lambda s \underset{[+dir]}{[s \text{ INST } [\text{MOD } (x) \ \& \ \text{MOVE } (x) \ \& \ \text{P}(x)]]}$

Майенборн придерживается мнения, что у локальных выражений в (6) речь идет о естественных, «врожденных» локальных аргументах в отличие от (5). Поэтому дирекциональная препозициональная фраза в комбинации с глаголом, таким как knattern, структура которого ни на семантической, ни на концептуальной плоскости не соответствует схеме движения, активизирует эту схему движения. Таким образом, локальные препозициональные фразы получают статус «временного» дирекционального аргумента.

В репрезентации глаголов движения содержится константа (MOD), посредством различного обозначения которой, глаголы движения отличаются друг от друга. Она является единственной позицией в схеме, которая допускает варьирование в использовании различных предикатов. При включении глагола knattern в схему движения, KNATTER занимает позицию предиката и интерпретируется как временный глагол движения. Тем самым создается «глагол движения во времени», аргументная структура которого схожа с аргументной структурой подлинного глагола движения. Производный глагол движения имеет следующую репрезентацию:

- (8) knattern_{temp}: $\lambda P \lambda x \lambda s \underset{[+dir]}{[s \text{ INST } [\text{KNATTER } (x) \ \& \ \text{MOVE } (x) \ \& \ \text{P}(x)]]}$

Майенборн оставляет открытым вопрос, должен ли процесс адаптации, выдвинутый в качестве гипотезы, самостоятельно моделироваться в языковой системе, например в форме модели, которая увеличивается на один дирекциональный предикативный аргумент.

Таким образом, в комбинации «нелокальный глагол+локальный частица» выдвинута гипотеза: при переводе нелокального глагола в концептуально закрепленную схему движения частица ein- присоединяется в качестве временного аргумента. Аффигированный объект (Kuchen, Zöpfe, Rock) при появлении частицы в модели получает преимущество по отношению к аффигированному объекту, который появляется с базовым глаголом при несостоявшейся аффиксации.

Если иметь концептуально мотивированный формальный механизм, который способствует включению локального партикля в конструкцию с нелокальным глаголом, тогда значение некомпозиционных конструкций можно рассматривать как сумму значений частей при использовании комбинационной операции, таким образом, и эти глаголы должны классифицироваться как композиционные.

Но не все конструкции с партиклями можно объяснить путем простого добавления партикля к подходящему корню глагола. Не менее важным, наряду с изучением композиционных конструкций, является исследование некомпозиционных конструкций.

Некомпозиционные конструкции – это конструкции, значение которых не выводится непосредственно из комбинации значения глагола и дирекционального партикля. В этой связи рассматриваются такие примеры, как (das Tor) einrammen, (den Motor) einfahren, (die Tapete) einkleistern. Некомпозиционные конструкции возникли произвольно и независимо от локальной семантики, свойственной партиклям. Примером некомпозиционных конструкций являются глаголы со значением «вниз, внутрь, внутрь себя», они обозначают ситуацию, в которой субъект-референт или объект-референт являются «участниками» события или процесса, при котором изменяются свойства, формы соответствующего денотата. Зачастую речь идет о разрушении референта. Это касается как непереходных, так и переходных глаголов:

(1)а. Das Haus drohte einzufallen.

б. Das alte Theater ist eingestürzt.

в. Vor Erschöpfung knickten ihr die Knie ein.

г. Das Dach ist eingebrochen.

д. Der Stoff läuft beim Waschen ein.

(2)а. Eine stürzende Mauer hat ihm den Brustkorb eingedrückt.

б. Traude hat das Tor mit einem Balken eingerammt.

в. Silke hat die Tür eingesprenzt und den Nachtwächter überwältigt.

Непереходные глаголы с партиклем *ein-* этой группы описывают ситуацию, в которой субъект-референт движется внутрь или внутрь самого себя. Большое количество непереходных глаголов обнаруживают «движение» по направлению вниз – семантический элемент, который может эксплицитно кодироваться в семантической форме базовых глаголов *stürzen* и *fallen*.

Базовые глаголы в (1) образуют более гетерогенную группу по сравнению с базовыми глаголами из группы (2). Рассматривая первую группу, можно выделить некоторые непереходные глаголы движения (1а, б). Глаголы *fallen* и *stürzen* в соответствующей конструкции с партиклем *ein-* имеют значение движения, которое только немного (если вообще) отличается от значения базового глагола. Напротив глагол *einlaufen* в (1д) лишен значения движения в отличие от базового глагола *laufen*, которому оно присуще. Глаголы *knicken* и *brechen* в (1в, г) не относятся к классу глаголов движения, а при использовании в качестве непереходных глаголов кодируют изменение формы субъекта-референта.

В когнитивной лингвистике существует общеизвестная гипотеза, что знания о мире организованы в концептуальных иерархиях. Пример такой иерархии образуют партономии, которые членят предмет на его компоненты и систематизируют знания относительно функции этих компонентов.

Симмонс, Хабель и Прибеноу выстраивают гипотезу о том, что когнитивные системы, включая языковую систему, имеют доступ к основным типам пространственного и функционального вида, которые касаются частей объекта вышестоящего объекта партономии.

Примеры, такие как, *das Haus drohte einzufallen* (1а), *eine stürzende Mauer hat ihm den Brustkorb eingedrückt* (2б), с одной стороны, и *Traude hat das Tor mit einem Balken eingerammt* (2г), с другой стороны, имеют точки соприкосновения в плане того, что во всех примерах

речь идет о силовом воздействии, направленном внутрь, результатом которого является изменение состояния субъекта-референта и объекта-референта. Они отличаются тем, что необходимая пространственная информация для покрытия релятума (P) в первых двух случаях подготавливается самостоятельно посредством локализуемого предмета. В последнем случае происходит накладывание параметра (P) посредством использования свойств предмета, вышестоящего в партономии. Они демонстрируют необходимые пространственные свойства, относительно которых находится названное событие.

В основу глаголов в (1) и (2) положена результитивная производная, при которой значение глагола увеличивается на один предикативный аргумент. Значение частицы может впоследствии инкорпорироваться посредством функциональной аппликации. В (3) и (4) представлены полученные после композиции выражения для (2а) и (2в):

(3) а. eindruck-:

$\lambda y \lambda x \lambda s [s \text{ INST } [DRÜCK (x, y) \& BECOME (LOC(y, INT (v)))]]$

б. Mauer den Brustkorb eindruck-:

$[s \text{ INST } [DRÜCK (m, bk) \& BECOME (LOC (bk, INT (bk)))]]$

(4) а. einspreng-:

$\lambda y \lambda x \lambda s [s \text{ INST } [SPRENG (x, y) \& BECOME (LOC(y, INT (v)))]]$

б. Silke die Tür einspreng-:

$[s \text{ INST } [SPRENG (sil, tür) \& BECOME (LOC(tür, INT (gebäude(tür)))]]$

Выделенные жирным шрифтом выражения в (3б) и (4б) должны рассматриваться не как составная часть семантической формы, а указывать на то, с каким объектом внутри семантической формы идентифицируется релятум (P). Сама идентификация происходит на концептуальной структуре (CS). В (4б) благодаря позиции Tür внутри выше представленной партономии и имплицированным тем самым пространственным отношениям продемонстрировано, каким образом может быть найден предмет внутри концептуальной структуры, который соответствует свойствам частицы ein-.

Выводы. В некомпозиционных конструкциях необходимым является привлечение знаний о концептуальных свойствах объекта, чтобы мотивировать наличие аффиксации с частицей ein-. У глаголов, которые подчеркивают изменение состояния референта, нужно пользоваться концептуальным знанием объекта(ов). Только если объект-денотат у этих глаголов демонстрирует совместимую с частицей ein- форму благодаря партономии, тогда эти конструкции правомерны.

Библиографический список

1. Борщев В.Б. Формальный язык как часть естественного. НТИ, Серия 2, № 9, 1996.
2. Bach, Emmon. Informal Lectures on Formal Semantics. State University of New York Press, Albany 1989.
3. Dowty, David. Word Meaning and Montague Grammar, Dordrecht:Reidel 1979.
4. Lewis, David. "General semantics" Synthese 22, Dordrecht: Reidel 1972.
5. Montague, Richard. "English as a Formal Language", 1970.
6. Montague, Richard. Formal Philosophy: Selected Papers of Richard Montague 1974.
7. Partee, Barbara H. "Compositionality", in F. Landman and F. Veltman, Dordrecht, 1984.
8. Partee, Barbara H. "The development of formal semantics in linguistic theory", in Shalom Lappin, ed., The Handbook of Contemporary Semantic Theory, Blackwell Handbooks in Linguistics Series, Oxford: Blackwell, 1996.

СФОРМИРОВАННОСТЬ ПРОЕКТНОЙ КУЛЬТУРЫ У СТУДЕНТОВ ФИЗКУЛЬТУРНОГО ВУЗА КАК ФАКТОР УСПЕШНОЙ РЕАЛИЗАЦИИ ПЕДАГОГИЧЕСКОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

*Сергеева Е.А., студент,
Научный руководитель: Дьякова М.Ф., преподаватель,
Волгоградская государственная академия физической культуры
Россия, Волгоград*

Уровень сформированности проектной культуры и готовность к будущей педагогической деятельности у студентов физкультурного вуза подразумевает систему теоретической и практической подготовки. Целостная подготовка студентов физкультурного вуза позволит формировать навыки решения аналитико-рефлексивных, конструктивно-прогностических, организационно-деятельностных, оценочно-информационных и коррекционно-регулирующих педагогических задач. Успешность реализации будущей педагогической деятельности студентами физкультурного вуза зависит от способности организовывать и реализовывать проектную деятельность, от умения интерпретировать полученные результаты. Указанные обстоятельства свидетельствуют о необходимости формирования проектной культуры у студентов физкультурного вуза.

В статье рассматриваются результаты диагностического обследования студентов физкультурного вуза с помощью опросной методики для определения уровня сформированности проектной культуры.

Ключевые слова: проектная культура, проектно-исследовательская деятельность, будущая педагогическая деятельность, студенты физкультурного вуза.

FORMATION OF PROJECT EDUCATION AMONG STUDENTS OF A PHYSICAL EDUCATION UNIVERSITY FOR THE SUCCESSFUL IMPLEMENTATION OF FUTURE PEDAGOGICAL ACTIVITIES

*Sergeeva E.A., student,
Scientific supervisor: Dyakova M.F., lecturer,
Volgograd State Academy of Physical Education
Russia, Volgograd*

The level of formation of project Education and readiness for future pedagogical activity among students of a physical education university implies a system of theoretical and practical training. Holistic training of students of a physical education university will allow them to form skills for solving analytical-reflexive, constructive-prognostic, organizational-activity, evaluative-informational and correctional-regulatory pedagogical tasks. The success of the implementation of future pedagogical activity by students of a physical education university depends on the ability to organize and implement project activities, on the ability to interpret the results obtained. These circumstances indicate the need for the formation of a project Education among students of a physical education university.

The article discusses the results of a diagnostic examination of students of a physical education university using a survey technique to determine the level of formation of project Education.

Keywords: project Education, project research activity, future pedagogical activity, students of a physical education university.

Введение. Несформированность проектной культуры у студентов физкультурного вуза - актуальная проблема системы современного образования.

Последствия обсуждаемой проблемы выражаются в непродуктивности субъектов образовательной деятельности, что в свою очередь препятствует достижению ими высоких профессиональных результатов.

На сегодняшний день одним из критериев успешности студента в будущей профессиональной деятельности является навык к осуществлению проектной деятельности.

Под проектированием мы понимаем вслед за И.А. Колесниковой «практико-ориентированную деятельность, целью которой является... процесс создания и реализации педагогического проекта» [3]. Базируясь на данных трудов ученых Н.К. Сергеева и В.В. Серикова, мы понимаем, что **готовность студентов физкультурного вуза к реализации будущей педагогической деятельности** определяется «как своеобразное целостное пространство непрерывного педагогического образования», «где на смену мотивации профессионально-исполнительского поведения приходит стремление к творчеству и самореализации через педагогическую деятельность, через авторскую педагогическую систему» [4]. Указанные обстоятельства влияют на потребность поиска дополнительных ресурсов и построения системы организационно-педагогических условий, способствующих развитию проектных качеств будущих специалистов.

Уровень сформированности проектной культуры и готовность к будущей педагогической деятельности у студентов физкультурного вуза подразумевает систему теоретической и практической подготовки. Целостная подготовка студентов физкультурного вуза позволит формировать навыки решения аналитико-рефлексивных, конструктивно-прогностических, организационно-деятельностных, оценочно-информационных и коррекционно-регулирующих педагогических задач [2].

Успешность реализации будущей педагогической деятельности студентами физкультурного вуза зависит от способности организовывать и реализовывать проектную деятельность, от умения интерпретировать полученные результаты.

Проектная культура – неотъемлемая часть профессиональной культуры специалиста в современном образовании, которая заключается в умении влиять на педагогическую действительность (прогнозировать, планировать, программировать, реализовывать, оценивать достижения).

Важным условием успешной реализации будущей педагогической деятельности является необходимость грамотного определения уровня сформированности проектной культуры студентов физкультурного вуза. Один из способов определения уровня сформированности проектной культуры - использование опросных методик.

Необходимость формирования проектной культуры у студентов физкультурного вуза определяется противоречием между уровнем сформированности проектной культуры и готовностью студентов физкультурного вуза к реализации будущей педагогической деятельности.

Цель исследования – теоретически обосновать необходимость формирования проектной культуры у студентов физкультурного вуза для успешной реализации педагогической деятельности.

В свою очередь, цель нашего исследования обусловила выбор следующих методов исследования: анализ и синтез научно-методической литературы, обобщение данных экспериментальных исследований по заявленной проблематике.

Изучение научно-методической литературы позволило выявить показатели уровня сформированности проектной культуры (Рис. 1), которые будут способствовать успешной реализации будущей педагогической деятельности: зрелость педагогической рефлексии, благожелательное отношение к традиционному педагогическому сознанию, проблемно-поисковый характер деятельности, гибкость и вариативность мышления, независимость в принятии решений [1].



Рисунок 1. Показатели уровня сформированности проектной культуры

Повышение проектной культуры у студентов физкультурного вуза обусловлено требованиями современного образования к подготовке субъектов образовательного процесса, сменой образовательных парадигм. Таким образом, имеющиеся в отечественной педагогической науке разработки о педагогической и проектной культуре, в том числе труды И.Ф. Исаева представили для нас особый интерес. В педагогических исследованиях культурологический подход представляет собой «совокупность теоретико-методологических положений и организационно-педагогических мер, направленных на создание условий по освоению и трансляции педагогических ценностей и технологий, обеспечивающих творческую самореализацию личности учителя в профессиональной деятельности» [5].

Повышение уровня проектной культуры развивается из следующих признаков: установка на профессионально-педагогическое совершенствование, наличие личной педагогической системы, заинтересованное отношение к опыту коллег, познание техник самосовершенствования.

Анализ научных трудов, монографий, учебных и методических пособий по исследуемой проблеме позволил выделить четыре уровня сформированности проектной культуры у студентов физкультурного вуза (Рис.2): адаптивный, репродуктивный, эвристический и творческий:

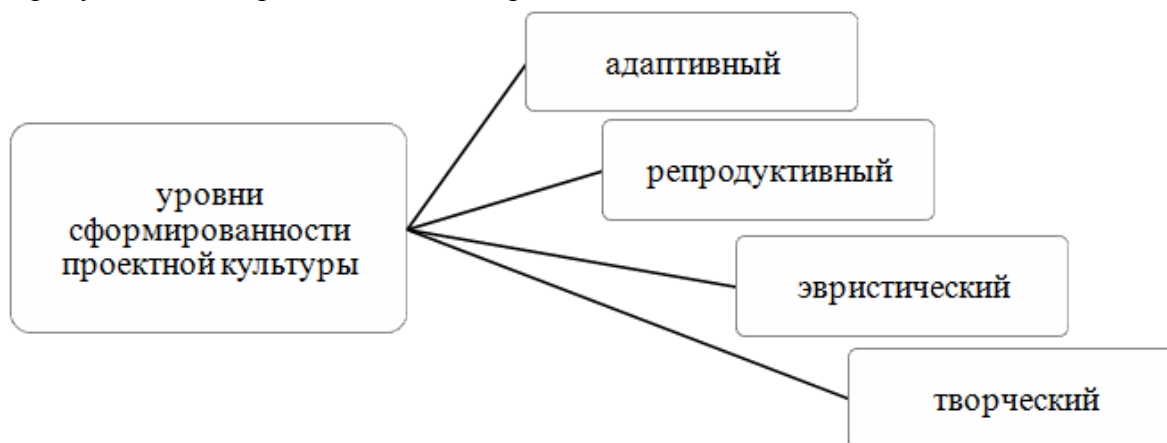


Рисунок 2. Уровни сформированности проектной культуры

1. Адаптивный уровень сформированности проектной культуры характеризуется работой по заранее подготовленной шаблонной схеме. Отношение

студентов к педагогической деятельности неустойчиво, цели и задачи не являются показателями деятельности.

2. Репродуктивный уровень сформированности проектной культуры характеризуется как устойчивое ценностное отношение к педагогической действительности, студентами отмечается польза повышения знаний.

3. Эвристический уровень сформированности проектной культуры отличается от предыдущих уровней постоянным эвристическим поиском. В деятельности отмечается наибольшая целенаправленность.

4. Творческий уровень сформированности проектной культуры характеризуется импровизацией, интуицией, воображением. Деятельность имеет позитивную эмоциональную направленность, высокую степень результативности.

Результаты исследования. В нашем исследовании для определения уровня сформированности проектной культуры у студентов физкультурного вуза использована анкета-опросник «Определение уровня сформированности профессионально-педагогической культуры», автором которой является крупный ученый в области педагогики высшей школы, теории и методики профессионального образования И.Ф. Исаев (Таблица 1).

По результатам опроса в блоке № 1 выявлено, что каждый из студентов, участвующих в исследовании, занимались какими-либо видами проектной деятельности в своей жизни. 40% респондентов имеют высокий уровень начального опыта проектной деятельности, 50% имеют средний уровень начального опыта проектной деятельности и только 10% опрошенных имеют низкий уровень начального опыта проектной деятельности.

Результаты опроса в блоке № 2 свидетельствуют о том, что 40% опрошенных студентов имеют четкое, ясное представление о структуре проектной культуры. У 50% студентов сформировано нечеткое представление о структуре проектной культуры. И 10% участников диагностического обследования имеют неправильное представление о проектной культуре.

Таблица 1

Диагностика уровней сформированности проектной культуры у студентов физкультурного вуза

Название блока	Высокий уровень, %	Средний уровень, %	Низкий уровень, %
Блок №1. Уровень сформированности начального опыта проектной деятельности студента.	40	50	10
Блок №2. Уровень сформированности представления у студентов о структуре проектной культуры.	40	50	10
Блок №3. Опыт качественного оформления результатов проектной деятельности.	30	40	30
Блок №4. Уровень сформированности навыка прогнозирования и оценки собственных достижений.	30	50	20
Блок №5. Оценка готовности к определению объекта и предмета проектной деятельности.	40	60	-
Блок №6. Уровень осознанности пользы навыков проектной деятельности для будущей жизнедеятельности.	30	50	20

По результатам опроса в *блоке № 3* выявлено, что 30% студентов имеют высокий уровень в опыте качественного оформления результатов проектной деятельности, 40% - средний уровень и 30% опрошенных студентов имеют низкий уровень опыта оформления результатов проектной деятельности.

Результаты опроса в *блоке № 4* позволяют определить, что 30% студентов, принявших участие в диагностическом обследовании имеют высокий уровень сформированности навыка прогнозирования и оценки собственных достижений, 50% - средний уровень, 20% низкий уровень.

По результатам исследования в *блоке № 5* определено, что у 40% студентов высокий уровень готовности к определению объекта и предмета проектной деятельности, у 60% средний уровень.

По результатам исследования ответов респондентов на *блок № 6* выявлено, что у 30% студентов высокий уровень осознанности пользы навыков проектной деятельности для будущей жизнедеятельности, у 50% средний уровень, у 20% опрошенных низкий уровень.

Таким образом, данная методика позволила определить, что уровень сформированности проектной культуры у студентов физкультурного недостаточно высок для успешной реализации проектной деятельности.

Выводы. Подводя итоги проведённого исследования, можно сделать вывод, что успешная будущая педагогическая деятельность студентов физкультурного вуза напрямую зависит от уровня сформированности у них проектной культуры.

Создание условий для формирования проектной культуры является одной из задач современного образования, подразумевающей формирование у субъекта образовательной деятельности навыков проектной деятельности: прогнозировать, планировать, программировать, реализовывать, оценивать достижения.

Указанные обстоятельства свидетельствуют о необходимости формирования проектной культуры у студентов физкультурного вуза, которая обеспечивает возможность успешной реализации педагогической деятельности.

Таким образом, можно убедиться в актуальности использования опросной методики определения уровня сформированности проектной культуры у студентов физкультурного вуза для успешной реализации будущей педагогической деятельности.

Библиографический список:

1. Коптева М.В., Веденева Г.И. Аксиологический процесс аспекта формирования проектной культуры обучающихся среднего профессионального образования // *Общество: социология, психология, педагогика*, 2023, №1 (105). С. 100-104.
2. Луков, В. А. Социальное проектирование: учеб. пособие. – 7-е изд./ В. А. Луков // – М.: Изд-во Моск. гум. ун-та: ФЛИНТА, 2017. – 240 с.
3. Мельникова М.Ф. Содержание профессиональной готовности будущих учителей физической культуры к проектированию программ воспитания // *Известия Волгоградского государственного педагогического университета*, 2020, №6 (149). С. 18-21.
4. Сергеев Н.К., Сериков В.В. Педагогическая деятельность и педагогическое образование в инновационном обществе: моногр. М.: Логос, 2013.
5. Яковлева, Н. Ф. Проектная деятельность в образовательном учреждении: учеб. пособие. – 2-е изд., стер. / Н.Ф. Яковлева // – М.: ФЛИНТА, 2016. – 144 с.

**СЕКЦИЯ 4.
МЕДИКО-БИОЛОГИЧЕСКИЕ И ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ
АСПЕКТЫ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА**

УДК 37.0371.1

**ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКАЯ ПОДДЕРЖКА ПОЗИТИВНОГО
ПРЕДСТАРТОВОГО НАСТРОЯ У НАЧИНАЮЩИХ СПОРТСМЕНОВ-
ВОЛЬТИЖИРОВЩИКОВ**

*Агафонова Н.С., студент,
Научный руководитель: Науменко Ю.В., д.п.н., доцент,
Волгоградская государственная академия физической культуры,
Волгоград, Россия*

Аннотация. В статье анализируются результаты практико-ориентированного исследования по оптимизации предстартового состояния юных спортсменов-вольтижировщиков. Авторская методика психолого-педагогической поддержки позитивного предстартового настроения, основанная на использовании системно-дифференцированного подхода к снятию стресса у начинающих спортсменов-вольтижировщиков с учетом их индивидуально-типологических особенностей (ситуативная или личностная тревожность), показала свою эффективность. Исследование выполнено в соответствии с актуальной тематикой, рекомендованной Российской академией образования и утвержденной Высшей аттестационной комиссией Минобрнауки России.

Ключевые слова: личностная и ситуативная тревожность спортсменов-вольтижировщиков.

**PSYCHOLOGICAL AND PEDAGOGICAL SUPPORT POSITIVE PRE-LAUNCH
MOOD FOR NOVICE VAULTING ATHLETES**

*Agafonova N.S., student,
Naumenko Yu.V., sci. head, PhD, associate professor,
Volgograd State Academy of Physical Culture,
Volgograd, Russia*

Annotation. The article analyzes the results of a practice-oriented study on optimizing the pre-start state of young vaulting athletes. The author's methodology of psychological and pedagogical support of a positive pre-start mood, based on the use of a systemically differentiated approach to stress relief in novice vaulting athletes, taking into account their individual typological characteristics (situational or personal anxiety), has shown its effectiveness. The study was carried out in accordance with the relevant topics recommended by the Russian Academy of Education and approved by the Higher Attestation Commission of the Ministry of Education and Science of Russia.

Keywords: personal and situational anxiety of vaulting athletes.

Актуальность. Тема исследования коррелирует с примерной актуальной тематикой педагогических исследований, рекомендованных Российской академией образования и утвержденных Высшей аттестационной комиссией при Минобрнауки России («Коррекция психоэмоционального состояния высококвалифицированных спортсменов в процессе соревновательной деятельности»). Содержание исследования соответствует направлению «Содержание и направленность психологической подготовки спортсменов» по научной специальности 5.8.5 «Теория и методика спорта».

В последние десять лет получило широкое распространение новое направление конного вида спорта – вольтижировка, – основанное на традициях военного искусства

казачества, когда спортсмен выполняет под музыку гимнастические или акробатические упражнения на лошади, идущей по кругу шагом или галопом. В настоящее время на территории Волгоградской области действует семь клубов по подготовке спортсменов-вольтижировщиков. Все они функционируют на основе самокупаемости. Три раза в год проводятся соревнования по вольтижировке на Кубок Губернатора Волгоградской области и ассоциации Донского казачества.

Психологическая предстартовая готовность спортсмена является актуальной проблемой для всех видов спорта. В случае с вольтижировкой она приобретает особое звучание. Спортсмен с высоким уровнем тревожности, как правило, передает свое эмоциональное состояние «партнёру» (лошади). Поэтому лошадь может проявить упрямство или даже норовистость, т.к. чувствует неуверенность «хозяина». В результате чего будет сорвано не только выступление, но и возможно возникновение опасной ситуации для получения травм обоими выступающими. Дополнительным фактором, усиливающим состояние тревоги, является атмосфера соревнований с присутствием многочисленных зрителей, бурно реагирующих на каждое выступление.

Поэтому проблема психолого-педагогической поддержки позитивного предстартового настроения начинающих спортсменов-вольтижировщиков является актуальной как в плане достижения результатов, так и для личного самоопределения юного спортсмена (стоит ли продолжать тренироваться или сменить вид спортивной подготовки).

Проблема исследования – системная организация психолого-педагогической поддержки позитивного предстартового настроения начинающих спортсменов-вольтижировщиков с учетом индивидуально-типологических особенностей и ограничением времени для оказания воздействия на эмоционально-волевую сферу спортсмена.

Объект исследования – психологическая подготовка спортсменов.

Предмет исследования – оптимизация самочувствия начинающих спортсменов-вольтижировщиков в предсоревновательный период и непосредственно перед стартами.

Цель исследования – оценить влияние подобранных методик по снятию стресса у начинающих спортсменов-вольтижировщиков в предсоревновательный период и непосредственно перед выступлением с учетом индивидуально-типологических особенностей (ситуативная или личностная тревожность) во временной перспективе.

Анализ существующей психолого-педагогической практика оптимизации психоэмоционального состояния спортсменов в процессе соревновательной деятельности показал существенную корреляционную зависимость используемых методик восстановления эмоционального благополучия от ситуативной или личностной тревожности спортсмена [3, 4].

Мы предположили, что для начинающих спортсменов-вольтижировщиков с ситуативной тревожностью достаточно будет предстартовой коррекции их эмоционального состояния, а для начинающих спортсменов-вольтижировщиков с личностной тревожностью необходимы более системные психологические занятия.

Поэтому нами был разработан углубленный курс занятий по оптимизации эмоционального состояния для применения в предсоревновательный период и кратковременные релаксационные мини-занятия для использования перед выступлением.

В исследовании участвовало несколько групп спортсменов, объединенных в две большие группы с ситуативной тревожностью (СТ) и личностной тревожностью (ЛТ):

- 1) СТ1 – спортсмены-вольтижировщиков, прошедшие углублённый курс;
- 2) СТ2 – спортсмены-вольтижировщиков, прошедшие углублённый курс и участвующие в релаксационных мини-занятиях перед выступлением;
- 3) СТ3 – спортсмены-вольтижировщиков, не участвовавшие в психологических занятиях и занимающиеся самонастроением под руководством тренера;
- 4) ЛТ1 – спортсмены-вольтижировщиков, прошедшие углублённый курс;
- 5) ЛТ2 – спортсмены-вольтижировщиков, прошедшие углублённый курс и участвующие в релаксационных мини-занятиях перед выступлением;

б) ЛТЗ – спортсмены-вольтижировщиков, не участвовавшие в психологических занятиях и занимавшиеся самонастроением под руководством тренера;

В исследовании участвовало 30 спортсменов (по 5 спортсменов в каждой группе).

Организация психолого-педагогической поддержки позитивного предстартового настроя начинающих спортсменов-вольтижировщиков. Углубленный курс (4 полноценных занятия по часу) проводился в предсоревновательный период за две недели до соревнований по два занятия каждую неделю, непосредственно перед стартом проводились релаксационные мини-занятия по 15 минут.

Исследование осуществлялось с августа по ноябрь и включало одно соревнование.

База исследования – конно-спортивный клуб «Гермес» в г. Краснослободске Волгоградской области.

Личный вклад в исследование – тренируюсь и работаю тренером с начинающими спортсменами. Была инициатором проведения исследования, подбирала информационный и диагностический материал, проводила психокоррекционные занятия.

Диагностические методики. Для оценки эмоционального состояния спортсменов перед стартами и после выступления использовалась методика «САН» (самочувствие, активность, настроение) В.А. Доскина и др. в адаптации А. Гончарова [6] с целью определения интегративного показателя эмоционального состояния юных спортсменов-вольтижировщиков.

Результаты исследования.

Результаты тестирования с использованием методики «САН» (чел. / %)

№	показатель	За 2 недели до соревнований						Перед выступлением						После выступления					
		СТ1	СТ2	СТ3	ЛТ1	ЛТ2	ЛТ3	СТ1	СТ2	СТ3	ЛТ1	ЛТ2	ЛТ3	СТ1	СТ2	СТ3	ЛТ1	ЛТ2	ЛТ3
1. Самочувствие																			
1.	Н			$\frac{1}{20}$	$\frac{1}{20}$	$\frac{1}{20}$	$\frac{2}{40}$	$\frac{1}{20}$		$\frac{2}{40}$	$\frac{2}{40}$	$\frac{1}{20}$	$\frac{3}{60}$			$\frac{1}{20}$	$\frac{1}{20}$		$\frac{2}{40}$
2.	Д	$\frac{2}{40}$	$\frac{2}{40}$	$\frac{2}{40}$	$\frac{2}{40}$	$\frac{2}{40}$	$\frac{2}{40}$	$\frac{2}{40}$	$\frac{3}{60}$	$\frac{2}{40}$	$\frac{2}{40}$	$\frac{2}{40}$	$\frac{2}{40}$	$\frac{3}{60}$	$\frac{2}{40}$	$\frac{2}{40}$	$\frac{2}{40}$	$\frac{3}{60}$	$\frac{2}{40}$
3.	О	$\frac{2}{40}$	$\frac{2}{40}$	$\frac{1}{20}$	$\frac{2}{40}$	$\frac{2}{40}$	$\frac{1}{20}$	$\frac{2}{40}$	$\frac{2}{40}$	$\frac{1}{20}$	$\frac{1}{20}$	$\frac{2}{40}$		$\frac{2}{40}$	$\frac{3}{60}$	$\frac{2}{40}$	$\frac{2}{40}$	$\frac{2}{40}$	$\frac{1}{20}$
4.	В	$\frac{1}{20}$	$\frac{1}{20}$	$\frac{1}{20}$															
2. Активность																			
1.	Н			$\frac{1}{20}$	$\frac{1}{20}$	$\frac{1}{20}$	$\frac{2}{40}$	$\frac{1}{20}$		$\frac{3}{60}$	$\frac{2}{40}$		$\frac{3}{60}$				$\frac{1}{20}$		$\frac{3}{60}$
2.	Д	$\frac{2}{40}$	$\frac{2}{40}$	$\frac{2}{40}$	$\frac{2}{40}$	$\frac{2}{40}$	$\frac{2}{40}$	$\frac{2}{40}$	$\frac{2}{40}$	$\frac{2}{40}$	$\frac{2}{40}$	$\frac{2}{40}$	$\frac{2}{40}$	$\frac{3}{60}$		$\frac{5}{100}$	$\frac{2}{40}$	$\frac{3}{60}$	$\frac{2}{40}$
3.	О	$\frac{2}{40}$	$\frac{2}{40}$	$\frac{1}{20}$	$\frac{2}{40}$	$\frac{2}{40}$	$\frac{1}{20}$	$\frac{2}{40}$	$\frac{2}{40}$		$\frac{1}{20}$	$\frac{2}{40}$		$\frac{2}{40}$	$\frac{3}{60}$		$\frac{2}{40}$	$\frac{2}{40}$	
4.	В	$\frac{1}{20}$	$\frac{1}{20}$	$\frac{1}{20}$					$\frac{1}{20}$			$\frac{1}{20}$			$\frac{2}{40}$				
3. Настроение																			
1.	Н			$\frac{1}{20}$	$\frac{1}{20}$	$\frac{1}{20}$	$\frac{2}{40}$	$\frac{1}{20}$		$\frac{3}{60}$	$\frac{2}{40}$		$\frac{3}{60}$				$\frac{1}{20}$		$\frac{3}{60}$
2.	Д	$\frac{2}{40}$	$\frac{2}{40}$	$\frac{2}{40}$	$\frac{2}{40}$	$\frac{2}{40}$	$\frac{2}{40}$	$\frac{2}{40}$	$\frac{2}{40}$	$\frac{2}{40}$	$\frac{2}{40}$	$\frac{2}{40}$	$\frac{2}{40}$	$\frac{3}{60}$		$\frac{5}{100}$	$\frac{2}{40}$	$\frac{3}{60}$	$\frac{2}{40}$
3.	О	$\frac{2}{40}$	$\frac{2}{40}$	$\frac{1}{20}$	$\frac{2}{40}$	$\frac{2}{40}$	$\frac{1}{20}$	$\frac{2}{40}$	$\frac{2}{40}$		$\frac{1}{20}$	$\frac{2}{40}$		$\frac{2}{40}$	$\frac{3}{60}$		$\frac{2}{40}$	$\frac{2}{40}$	
4.	В	$\frac{1}{20}$	$\frac{1}{20}$	$\frac{1}{20}$					$\frac{1}{20}$			$\frac{1}{20}$			$\frac{2}{40}$				

Примечание. Н – низкий уровень; Д – минимально допустимый уровень; О – оптимальный уровень; В – высокий уровень.

Обсуждение результатов исследования.

В группах начинающих спортсменов-вольтижировщиков с ситуативной тревожностью (СТ):

- по параметру «Самочувствие»:

а) за 2 недели до соревнований только оптимальный и допустимый уровень был зафиксирован в группах, в которых осуществлялась психолого-педагогическая поддержка. В группе, где спортсмены-вольтижировщиков не участвовали в психологических занятиях и занимались самонастроением под руководством тренера, представлены все четыре уровня с преобладанием низкого и минимально допустимого;

б) перед выступлением показатели стали хуже во всех трех группах, но самое минимальное снижение произошло в группе спортсменов-вольтижировщиков, которые прошли углублённый курс и участвовали в релаксационных мини-занятиях перед выступлением. Самое существенное снижение показателей произошло в группе, где спортсмены-вольтижировщиков не участвовали в психологических занятиях и занимались самонастроением под руководством тренера;

в) после выступления в группах спортсменов-вольтижировщиков, участвовавших в психолого-педагогической поддержке, показатели не только восстановились до 2-х недельной давности, но и улучшились (в группе, которая прошла углублённый курс и участвовала в релаксационных мини-занятиях перед выступлением, показатели существенно улучшились). В группе, не участвовавшей в психологических занятиях и занимавшейся самонастроением под руководством тренера, показатели не восстановились.

- по параметрам «Активность» и «Настроение» ситуация аналогична параметру «Самочувствие».

В группах начинающих спортсменов-вольтижировщиков с личностной тревожностью (ЛТ) динамика показателей по всем трем параметрам «Самочувствие», «Активность», «Настроение» в общих чертах повторяет динамику параметров для групп с ситуативной тревожностью (СТ): за 2 недели до соревнования показатели лучше в группах спортсменов-вольтижировщиков, участвовавших в психолого-педагогической поддержке. Перед соревнованиями показатели стали хуже во всех трех группах, но самое существенное снижение показателей произошло в группе, где спортсмены-вольтижировщиков не участвовали в психологических занятиях и занимались самонастроением под руководством тренера. После выступления в группах спортсменов-вольтижировщиков, участвовавших в психолого-педагогической поддержке, показатели восстановились до 2-х недельной давности (в группе, которая прошла углублённый курс и участвовала в релаксационных мини-занятиях перед выступлением, показатели даже улучшились). В группе, не участвовавшей в психологических занятиях и занимавшейся самонастроением под руководством тренера, показатели не восстановились.

Вместе с тем для личностно тревожных спортсменов можно отметить следующую тенденцию – различия в показателях у группы, прошедшей только углублённый курс, и группы, прошедшей углублённый курс и участвовавшей в мини-занятиях перед соревнованиями, более существенны, чем в аналогичных группах для ситуативно тревожных спортсменов.

Выводы:

1) без организованной психолого-педагогической поддержки эмоционального благополучия в предсоревновательный период и непосредственно перед стартами начинающим спортсменам-вольтижировкам трудно регулировать свое эмоциональное состояние и справляться с тревожностью;

2) в короткой временной перспективе начинающим спортсменам-вольтижировкам с ситуативной тревожностью достаточно углублённого курса психологических занятий за 2 недели до соревнований;

3) начинающим спортсменам-вольтижировкам с личностной тревожностью кроме углубленного курса психологических занятий за 2 недели до соревнований обязательно нужны релаксационные мини-занятия перед соревнованиями.

Научная новизна проведенного исследования состоит в том, что была убедительно доказана не только необходимость организации психолого-педагогической поддержки позитивного предстартового настроения начинающих спортсменов-вольтижировщиков, но и выявлена ее специфика с учетом индивидуально-типологических особенностей (ситуативная и личностная тревожность).

Практическая значимость проведенного исследования заключается в разработке организационной структуры и содержания психолого-педагогической поддержки позитивного предстартового настроения начинающих спортсменов-вольтижировщиков.

Перспективы дальнейшего исследования – оформить индивидуальный опыт психолого-педагогической поддержки позитивного предстартового настроения начинающих спортсменов-вольтижировщиков в соответствующую методику, готовую для массового распространения среди тренеров, и проектирование вариант для спортсменов с высоким уровнем профессионального мастерства.

Библиографический список:

1. Галавтеева, А.Н. Способы регуляции психоэмоционального состояния спортсмена / А.Н. Галавтеева, Л.В. Золотова / Материалы VI межрегиональной научно-практической конференции «Современные спортивные технологии (актуальные вопросы подготовки спортивного резерва)» (Йошкар-Ола, 27 апреля 2018 г.). – Йошкар-Ола: Изд-во ГБПОУ Республики Марий Эл «Училище олимпийского резерва». – 2018. – С. 120-124.

2. Головинова, К.А. Оптимизация психоэмоционального состояния спортсменов в условиях соревновательной деятельности / К.А. Головинова, Т.В. Журавлева // Интернаука. – № 23 (245). – 2022. – С. 42-45.

3. Иванова, М.К. Психоэмоциональное состояние у спортсменов в предсоревновательный период / М.К. Иванова / Материалы Всероссийской научно-практической конференции преподавателей и студентов «Традиции и инновации в профессиональной подготовке и деятельности педагога» (Тверь, 29-30 марта 2012 г.). – Тверь: Изд-во ТГУ, 2012. – С. 114-117.

4. Кузнецова, В.А. Успешность спортивной деятельности и проблемы саморегуляции психоэмоциональных состояний спортсменов / В.А. Кузнецова, И.М. Слободчиков // Актуальные проблемы психологического знания. – № 1 (58). – 2022. – С. 78-84.

5. Окунева, Д.М. Способы регуляции психоэмоционального состояния спортсмена / Д.М. Окунева, Т.В. Цыганок, А.В. Сунгурова / Материалы Всероссийской научно-практической конференции с международным участием «Физическая культура и спорт в системе образования России: инновации и перспективы развития» (Санкт-Петербург, 6-7 ноября 2013 г.). – СПб.: ООО «Золотое сечение», 2013. – С. 320-326.

6. Рогов, Е.И. Настольная книга практического психолога: Учеб. пособие: В 2 кн. / Е.И. Рогов. – 2-е изд., перераб. и доп. – М.: Гуманит. ВЛАДОС, 2021 – Кн. 2: Работа психолога со взрослыми. Коррекционные приемы и упражнения. – 480 с.

7. Серебrenникова, Н.А. Методика психолого-педагогического регулирования психоэмоционального состояния спортсменов в игровых видах спорта / Н.А. Серебrenникова // Вестник Казанского государственного университета культуры и искусств. – № 1. – 2019. – С. 160-164.

8. Шерыхалин, С.А. Коррекция неблагоприятных психоэмоциональных состояний спортсмена в период подготовки к старту / С.А. Шерыхалин, Ю.Б. Шерыхалина, О.И. Вершкова / Сборник трудов XIX Международной научно-методической конференции «Университетское образование (МКУО-2015)», посвященной 70-летию В Великой Отечественной войне (Пенза, 9-10 апреля 2015 г.). – Том 2. – Пенза: Изд-во ПГУ, 2015. – С. 2019-2022.

ПРОБЛЕМА ЧУВСТВА ОДИНОЧЕСТВА В ХУДОЖЕСТВЕННОЙ И ЭСТЕТИЧЕСКОЙ ГИМНАСТИКЕ

*Барыкина М.А., ст. преподаватель,
Запольская А.А., студент,
Волгоградская государственная академия физической культуры,
Волгоград, Россия*

В статье рассматривается проблема возникновения чувства одиночества в командном и одиночном виде спорта. Как проявляется данное чувство и что способствует его возникновению. Были проанализированы взаимоотношения в двух видах спорта и выявлены критерии чувства одиночества.

Ключевые слова: Чувство одиночества, психологический распад команды, самооценка.

THE PROBLEM OF THE FEELING OF LONELINESS IN RHYTHMIC AND AESTHETIC GYMNASTICS

*Barykina M.A., senior lecturer,
Zapolskaya A.A., student,
Volgograd State Academy of Physical Education,
Volgograd, Russia*

The article discusses the problem of the emergence of feelings of loneliness in team and individual sports. How does this feeling manifest itself and what contributes to its occurrence. The relationships in two sports were analyzed and criteria for feelings of loneliness were identified.

Keywords: Feeling of loneliness, psychological breakdown of the team, self-esteem.

Актуальность исследования. Чувство одиночества является глобальной проблемой в спорте, ведь спортсмену может казаться, что он один, и никто не сможет ему помочь справиться с трудностями. Это касается как одиночного вида спорта, так и командного. Рассмотрим каждую версию.

В одиночном виде спорта, как например, в художественной гимнастике, все участники соревнований являются соперниками, и даже если в обычной жизни гимнастки могут общаться, перед выходом на площадку каждый думает только о себе. Это социальное давление может негативно повлиять на психику спортсменок и вызвать чувство одиночества. «В художественной гимнастике присутствует жёсткая конкуренция между спортсменками и командами...» [1]

Командный вид спорта не является исключением. При формировании команды очень важно создать дружескую атмосферу для слаженной работы, ведь если вначале упустить этот момент, в дальнейшем могут возникнуть проблемы во взаимоотношении внутри спортивного коллектива. И самое распространенное это вытеснение «слабого звена». Рассматривая эстетическую гимнастику, как пример командного вида спорта, можно сказать о том, что чувство соперничества также будет присутствовать, как и в художественной гимнастике, но выражаться это будет немного в другой форме. В эстетической гимнастике важна синхронная работа, чувство ритма и такта. Зачастую в ходе тренировки тренер делает много замечаний каждой гимнастки, благодаря чему они понимают свои ошибки и стремятся их исправить. В этот момент у каждой девочки возникает различная реакция. Кто-то стремится как можно быстрее и качественнее исправить замечание и снова стать «хорошей» в глазах тренера. А кто-то будет испытывать чувство агрессии и может вымещать ее на других. Все это негативное влияние в команде может вызвать глубокое чувство одиночества.

Чувство одиночества характеризуется как ощущение того, что нет никого, с кем можно было бы поговорить, или провести время. Одиночество может проявляться

физически, к примеру, как тревожное давление в груди, проблемы со сном, а также с психологической точки зрения человек может чувствовать опустошенность или отверженность – «я не принадлежу ни к какой группе».

Рассматривая взаимоотношения гимнасток в 2х видах спорта, были выявлены критерии, по которым мы можем оценить чувство одиночества:

Возраст. Важно понимать в каком возрасте спортсмен испытывает данное чувство. Если оно возникает в подростковый период, то возможно предположить о том, что чувство одиночества будет являться временным феноменом, связанным с принятием себя как личности. В другом случае, мы можем говорить о чувстве одиночества, как об отклоняющемся от нормы проявлением себя в обществе.

Темперамент. Немало важную роль играет характер человека. Рассматривая различные типы темперамента можно говорить о склонности человека к чувству одиночества и депрессии.

Длительность проявления чувства одиночества. Каждый человек хотя бы раз в жизни сталкивался с чувством отстраненности от коллектива. У большинства людей данное чувство будет длиться недолго, это будет являться временной проблемой. Но мы можем также говорить о случаях, когда данное чувство у человека затягивается и превращается в условную привычку, что не является нормой. Находясь в постоянно подавленном состоянии, у человека могут проявляться психосоматические нарушения.

Как проявляется чувство одиночества при формировании команды?

Если человека отвергли в коллективе, он будет чувствовать себя незащищенным, покинутым и не привлекательным для членов своей команды. При формировании коллектива тренеру важно отследить за тем как происходит процесс взаимодействия друг с другом и складывается ли благоприятный климат в команде.

Восприятие коллективом нового члена команды. Буллинг и агрессия.

Зачастую, в сложившемся коллективе существуют свои правила, уже по определенному принципу выстроены отношения между собой. Появление нового человека в команде может разрушить эту структуру и конечно, не все готовы смириться с изменениями. В таком случае могут возникать конфликты, которые будут негативно влиять как на нового члена команды, так и на коллектив в целом. Для того чтобы не возникало такой ситуации, тренеру важно перед появлением нового человека провести беседу в команде и правильно настроить их на изменения. Если же тренер не придает значения данной ситуации, это может привести к психологическому распаду команды. Также важно отметить, что агрессивность и буллинг по отношению к новому человеку в коллективе, может сказаться на его самооценке и таким образом понизить эффективность тренировок и качество выступлений. Все это происходит по той причине, что гимнастке, к которой адресуются все негативные эмоции, кажется, что она не соответствует ожидаемым требованиям в коллективе. Это неприятие для нового человека вызывает сильнейший стресс, который приводит к фрустрации и как следствие может вызвать чувство одиночества.

«Уровень самооценки оказывает непосредственное влияние на эмоциональное состояние спортсмена, что предопределяет его профессиональные результаты. Сформированная на основе чувства уверенности в себе адекватная самооценка создает эмоциональный комфорт, гармонизирует личность спортсмена, уравнивает его психическое состояние и приводит к стабильным и успешным результатам». [3] Данная цитата подтверждает тот факт, что психологическое благополучие в коллективе является важной составляющей, которая напрямую влияет на эффективность спортсмена. Тренер, как главный наставник должен быть как второй родитель. Его главной задачей будет являться воспитание и поддержка, которая также будет влиять на спортивные достижения.

Подводя итог, можно сказать, что успешное преодоление чувства одиночества одного или нескольких человек из коллектива зависит от грамотной работы тренера. «Он должен не только учить своих воспитанников новым умениям, показывать наилучшую тактику, но так же тренер должен воспитывать моральный дух спортсмена. Тренер должен

вкладывать все свои умения, все свои навыки, всю свою душу и любовь в своих воспитанников, тем самым не только обучая их чему-то новому, но и делая их лучше». [2]

Библиографический список:

1. Абрамова, Э. В. Психологическая подготовка в художественной гимнастике / Э. В. Абрамова // Академическая публицистика. – 2023. – № 6-1. – С. 502-504.
2. Дегтярев В.И., Егорычева Е.В., Чернышёва И.В., Шлемова М.В. РОЛЬ ТРЕНЕРА В ЖИЗНИ СПОРТСМЕНА // Международный студенческий научный вестник. – 2015. – № 5-3.; URL: <https://eduherald.ru/ru/article/view?id=13806>.
3. Черных, А. В. Самооценка как основа стабильности спортивных результатов / А. В. Черных, С. С. Артемьева, С. С. Бочарова // Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгафта. – 2022. – № 11(213). – С. 691-695. – DOI 10.34835/issn.2308-1961.2022.11.p691-695.

ИСПОЛЬЗОВАНИЕ СТРАНОВЕДЧЕСКОГО МАТЕРИАЛА ПРИ ОБУЧЕНИИ АУДИРОВАНИЮ НА ЗАНЯТИЯХ ИНОСТРАННОГО ЯЗЫКА

*Боженова Н.А, к.п.н., доцент,
Волгоградская Государственная Академия Физической Культуры,
Волгоград, Россия*

Основная задача при обучении иностранному языку – сформировать коммуникативную компетенцию. В связи с этим, в ходе овладения коммуникацией на иностранном языке на занятиях применяются разные подходы. В статье предлагаются различные приемы работы в плане подготовки студентов к ведению иноязычной коммуникации. В данной работе показано, каким образом может использоваться материал по страноведению при обучении аудированию. Также рассматривается материал, который применяется в ходе подготовки студентов к прослушиванию того или иного текста. Автором предложены наиболее подходящие упражнения, которые применяются после прослушивания текста для выявления общего его понимания и конкретных отдельных деталей. Такие наработки будут интересны специалистам в области преподавания иностранного языка.

Ключевые слова: аудирование, иностранные языки, коммуникативная компетенция, страноведение.

USE OF COUNTRY-SPECIFIC MATERIAL IN FOREIGN LANGUAGE LISTENING TRAINING

*Bozhenova N.A., PhD, associate Professor,
Volgograd State Physical Education Academy,
Volgograd, Russia*

The main task in teaching a foreign language is to form a communicative competence. In this regard, in the course of mastering communication in a foreign language, different approaches are used in classes. The article offers various methods of work in terms of preparing students for conducting foreign-language communication. This paper shows how country specific material can be used in listening training. The material that is used in the preparation of students for listening to a particular text is also considered. The author proposed the most suitable exercises that are used after listening to the text to identify its general understanding and specific individual details. Such developments will be of interest to specialists in the field of teaching a foreign language.

Key words: listening, foreign languages, communicative competence, country studies.

Овладение иностранным языком подразумевает не только изучение грамматических, лексических, стилистических и других особенностей того или иного языка, но и

ознакомление с культурой и историей страны изучаемого языка, т.е. с соответствующим страноведческим материалом. Необходимость этого обусловлена неоспоримым фактом «диалектического единства языка и культуры, языка и общества» [2].

Без определенного минимума страноведческих знаний невозможен полноценный акт коммуникации. «Страноведческие сведения входят в коммуникативную компетенцию как ее неотъемлемый элемент» [3]. Возрастает необходимость параллельного изучения языка и культуры народов изучаемого языка. Становится очевидным, что «языковая компетенция должна быть дополнена коммуникативной компетенцией» [3]. Этой цели служит введение страноведческого материала на занятиях. При необходимости преподаватель, отрабатывающий навыки перевода в студенческой аудитории, должен уметь находить лингвострановедческие явления, объяснить их значение, рассказать от каких явлений истории, культуры, современной социальной жизни они образованы и указать пути их адекватного перевода. Такие лингвострановедческие знания активизируют процесс обучения, пробуждают интерес в овладении иностранным языком. На занятиях грамматический и лексический материал может закрепляться страноведческой информацией.

Следовательно, использование на занятиях страноведческого материала рассматривается нами, прежде всего как средство для достижения главной цели обучения иностранному языку, т.е. развить умения и навыки устной речи и чтения на изучаемом языке и одновременно с этим расширить кругозор обучаемых, их представление о стране изучаемого языка.

Как показывает практика, научить говорить на иностранном языке, ограничиваясь только материалами учебника, невозможно. Владение устной речью также включает понимание на слух и умение говорить. Как для понимания на слух, так и для умения говорить, необходима длительная разнообразная систематическая тренировка. Нужны специальные упражнения на аудирование, чтобы привыкнуть воспринимать иноязычную речь на слух. На занятиях для развития речи обучаемых мы используем страноведческий материал. Более того, тематика учебной программы включает страноведческие темы: «Великобритания», «Спорт в Великобритании» (бакалавриат); «Высшее образование в Великобритании» (магистратура).

Страноведческий материал, с одной стороны, может служить хорошей основой для тренировки понимания иноязычной речи на слух и в говорении. С другой же стороны, использование такого материала расширяет кругозор обучаемых, повышает их интерес к стране изучаемого языка. Такая тематика позволяет привлечь большой иллюстративный материал, что в свою очередь повышает эффективность работы над языком в целом.

При изучении темы «Великобритания» мы подобрали темы о стране, на базе которых можно было бы проводить занятия по развитию устной речи в форме беседы и аудирования. При подборе тем учитывалась их логическая связь друг с другом, соответствующее содержание для тренировки навыков аудирования и понимания иноязычной речи, а также для развития у обучаемых умения говорить на иностранном языке. Для этого помимо учебного текста используются материалы Интернет сайтов.

Прежде чем приступить к чтению текста учебника, мы проводим проработку материала темы устно. С этой целью были подготовлены тексты о Великобритании и вопросы для беседы по материалу темы. Студенты магистратуры сами готовят презентации о вузах Великобритании.

Цель предварительной работы – подготовить обучаемых к чтению соответствующего текста в учебнике и развить навыки понимания иноязычной речи на слух. Помимо этого студенты получают возможность развивать навык устной речи во время беседы по материалу услышанного и узнают новые для них сведения о стране изучаемого языка.

После аудирования текста, мы даем несколько вопросов, чтобы проверить, как они поняли услышанное. Приведем в качестве примера некоторые вопросы:

1. Where is Great Britain situated?

2. What parts does the UK include?
3. What is the total area of the United Kingdom?
4. What oceans and seas is Great Britain washed by?
5. What is the population of Great Britain?
6. What rivers are there in Great Britain?
7. What is the climate of Great Britain?
8. What is the highest mountain in the UK?
9. What mineral resources is Great Britain rich in?
10. What country is Great Britain?
11. How many chambers does the British Parliament consist of?
12. Who heads the Government in Great Britain?
13. What Political parties are there in Great Britain?

После первого прослушивания мы стремились проверить насколько полно поняли студенты данный текст без предварительного объяснения. С этой целью были подобраны соответствующие вопросы. Как показывает практика, обучаемые обычно отвечают на эти вопросы.

Тем не менее, в тексте были определенные места сложные для понимания. Студенты не смогли их понять или поняли частично. К ним относятся предложения, содержащие новые слова, обороты речи, страноведческий материал.

Чтобы донести материал до полного понимания следует прослушать его второй раз. После повторного прослушивания мы выясняли, звучание каких слов они запомнили, а значение их не знают. Эти слова и обороты речи записывались на доске с пояснениями. После объяснения новых слов мы еще раз прослушиваем текст, делая паузы, в тех местах, где непонятно, и просим студентов пересказать на русском языке, что было сказано в тексте.

Вместо третьего прослушивания можно предложить обучаемым вопросы, в ответах на которые они должны использовать новые слова и обороты речи. А также можно дать им предложения на соответствие, где студенты могут выразить свое мнение и исправить те предложения, которые не соответствуют прослушанному тексту. Например: *Decide whether the following statements are true or false, using the phrases:*

1. The official name of Great Britain is Union Jack.
2. The UK includes England, Wales, Scotland and Northern Ireland.
3. The territory of the UK is rather large.
4. Great Britain is one of the most densely populated countries in the world.
5. There are 2 official languages in the UK.
6. Great Britain is a country with new traditions and customs.
7. The UK is one of the most highly developed industrial countries in the world.
8. This country is the world largest producer of different machinery and electronics.
9. The capital of the country, London, is one of the world largest ports.

В дальнейшем устные виды работы по этой теме чередуются с чтением текста учебника.

Как показывает практика, тексты для аудирования не должны быть большими. Общее время их звучания не должно превышать 5 минут.

Как видно из вышеизложенного, тренировать навыки аудирования можно, опираясь на знакомый материал и побуждая их понять что-то новое, ранее неизвестное. После такой предварительной работы во время беседы на иностранном языке выясняется, как студенты поняли прочитанное дома и услышанное на занятии.

Таким образом, при таких комбинированных видах работы, когда один и тот же лексический материал изучается в процессе различных видов деятельности студента, в нашем случае это – чтение, аудирование, беседа, зрительное восприятие, результаты получаются хорошими, знания обучаемых более прочными, активизируется познавательная деятельность студентов, занятие проходит живо и интересно.

Библиографический список:

1. Бганцева И.В., Боженова Н.А. Технология мониторинга уровня развития коммуникативной компетенции у студентов неязыковых вузов - Волгоград: ФГБОУ ВО «ВГАФК», 2017.
2. Бганцева И.В., Боженова Н.А., Литвинова Е.А. Факторы, определяющие специфические особенности формирования иноязычной коммуникативной компетенции у студентов вузов физической культуры // Современные наукоемкие технологии. – 2020. - № 6 (ч.2). – С. 310-316.
3. Голомидова Е.И., Зимовская М.А. Активизация и оптимизация процесса обучения иностранному языку за счёт использования современных технологий и методов. //Сборник научных трудов международной научно-практической конференции. - Москва, 2013.
4. Женовачев И.А. Интенсивные методики обучения иностранным языкам // Символ науки. - 2015. - № 6. - С. 267-268.
5. Нефёдов О.В. Методологические основы рационального подхода к обучению иностранным языкам студентов-нелингвистов // В мире научных открытий. - 2013. - № 11.7 (47). - С. 125-134.
6. Grovit H. Foreign language teaching methodology: new perspectives // New trends in applied linguistics. - 2010. - №5 (12). - P. 80-89.

УДК 796.9

ВЛИЯНИЕ ИНТЕРВАЛЬНОЙ ГИПОКСИЧЕСКОЙ ТРЕНИРОВКИ И ТРАНСКРАНИАЛЬНОЙ ИМПУЛЬСНОЙ ЭЛЕКТРОСТИМУЛЯЦИИ НА РАБОТОСПОСОБНОСТЬ СПОРТСМЕНОВ ЦИКЛИЧЕСКИХ ВИДОВ СПОРТА

*Большова Е.В., старший преподаватель,
Национальный государственный университет физической культуры, спорта и
здоровья имени П.Ф. Лесгафта,
Санкт-Петербург, Россия*

В статье рассматриваются вопросы: не допинговые способы повышения физической работоспособности спортсменов, интервальная гипоксическая тренировка, транскраниальная импульсная электростимуляция, методы функционального тестирования, спортсмены циклических видов спорта, пловцы.

Ключевые слова: транскраниальная импульсная электростимуляция, интервальная гипоксическая тренировка, работоспособность, пловцы.

INFLUENCE OF INTERVAL HYPOXIC TRAINING AND TRANSCRANIAL ELECTRICAL STIMULATION ON THE WORKABILITY OF ATHLETES IN CYCLIC SPORTS

*Bolshova E.V., senior lecturer, bolshovaev@mail.ru
National State University of Physical Education, Sports and Health named after P.F.
Lesgafta, St. Petersburg, Russia*

The article deals with the following issues: non-doping ways to improve the physical performance of athletes, interval hypoxic training, transcranial impulse electrical stimulation, methods of functional testing, athletes of cyclic sports.

Keywords: transcranial pulsed electrical stimulation, interval hypoxic training, working capacity, swimmers.

В настоящее время, кроме интенсивных классических тренировок, существуют дополнительные не допинговые способы повышения физической работоспособности спортсменов, а именно интервальная гипоксическая тренировка и транскраниальная импульсная стимуляция [2]. Применение этих способов требует выбора соответствующих этапов годового и многолетнего цикла спортивной подготовки, оптимальной дозировки, а также качественного информативного контроля за функциональным состоянием организма спортсменов. В основе благоприятного действия пониженного давления воздуха лежат физиологические механизмы адаптации к дефициту кислорода, приспособительные изменения в организме, направленные на обеспечение доставки тканям необходимого количества кислорода и адаптацию их к функционированию в условиях кислородной недостаточности. Воздействие импульсного электрического тока приводит к значительному выбросу эндорфинов, энкефалинов, концентрация которых в спинномозговой жидкости и крови существенно повышается. Эти пептиды являются регуляторным, влияющим практически на все функции организма. [3].

Исследованиям по применению интервальной гипоксической тренировки в сочетании с транскраниальной импульсной стимуляцией для повышения физической работоспособности спортсменов циклических видов спорта (на примере пловцов) при систематических физических нагрузках до настоящего времени практически не проводилось.

В нашем исследовании принимали участие 40 спортсменов циклической направленности – пловцы, уровень спортивного мастерства от 1 разряда до мастеров спорта, возраст от 18 до 24 лет, мужского пола. Исследуемые были разделены на группы: контрольные и экспериментальные. На основании ранее проведенных тестов была установлена сравнимость групп по идентичности базовых показателей. В состоянии покоя у спортсменов определялись показатели КЧССМ гц., ЛП ССМР мс., гидродинамометрия с., проба Генча с.. Спортсменам экспериментальных групп проводились 10 сеансов гипоксической тренировки с транскраниальной электрической стимуляцией, после чего изучались те же показатели вегетативных и психофизиологических функций и оценивался уровень физической работоспособности. Контрольные группы отличались только тем, что в их тренировочный процесс не включались сеансы гипоксической подготовки с транскраниальной стимуляцией. В данной работе была использована модель экзогенной гипоксической нормобарической гипоксии. Гипоксия вызывалась газовой смесью с 10-процентным содержанием кислорода. Гипоксическая газовая смесь создавалась гипоксикатором 09-ВП. Контроль за 10-процентным содержанием кислорода в газовой смеси осуществлялся с помощью газоанализатора кислорода ПКГ-4-К (ЗАО «Экسيس»). Интервальная гипоксическая тренировка (ИГТ) состояла из 5 минут гипоксии, чередующейся с 5 минутами нормоксии, 6 раз в час (6 циклов по 5 минут). Транскраниальная импульсная стимуляция проводилась в течение 60 минут [1].

В результате проведенных исследований было выявлено, что при фоновом обследовании пловцов по психофизиологическим показателям (КЧССМ, ЛП ССМР, гидродинамометрия, проба Генча) в контрольной и исследовательской группах существенных различий не отмечалось. Группы были практически равны по исследуемым показателям.

В результате проведения интервальной гипоксической тренировки, в сочетании с транскраниальной импульсной стимуляцией, было установлено, что, функциональное состояния коры головного мозга пловцов, оставалось на высоком уровне. Практически не изменились исследуемые величины ЛП ССМР. Вместе с тем, достоверно увеличился критерий статической выносливости (более чем на 6 с) (рис.1), улучшилось состояние коркового отдела зрительного анализатора (рис.2), практически на 10 с увеличилась устойчивость к гипоксии (проба Генча) (рис. 4). В контрольной группе достоверных отличий от фоновых значений исследуемых показателей не выявлено. Отмечалась

тенденция к улучшению показателей в связи с тренировочным процессом. Данные по проведенным исследованиям представлены в таблице 1.

Таблица 1 - Сравнительное влияние интервальной гипоксической тренировки в сочетании с транскраниальной импульсной стимуляцией на изменение КЧССМ, ЛП ССМР, статическую выносливость и пробу Генча у пловцов $\bar{x} \pm S_{\bar{x}}$, n=20.

	Фоновое обследование Контрольная группа	Контрольная группа без воздействия	Фоновое исследование экспериментальная группа	Экспериментальная группа при комбинированном воздействии
КЧССМ кр. Гц	30,1 \square 0,48	31,3 \pm 0,85	30,1 \pm 0,44	32,6 \pm 0,5*
ЛП ССМР мс	327 \square 17,0	330,3 \pm 10,2	327 \pm 16,0	322,1 \pm 14,9
Статическая выносливость (гидродинамометрия), с	31,2 \square 5,30	32,3 \pm 3,59	31,1 \pm 4,31	37,8 \pm 3,90
Проба Генча, с	38,5 \square 6,98	42,8 \pm 3,75	38,4 \pm 6,47	47,9 \pm 7,19

Примечание: * – различие достоверности при p < 0,05.

В результате проведенного исследования установлено, что у пловцов значительно улучшилось функциональное состояние различных отделов коры головного мозга: в частности, в корковом отделе зрительного анализатора, о чем свидетельствует достоверное увеличение показателей КЧССМ (рис.1).

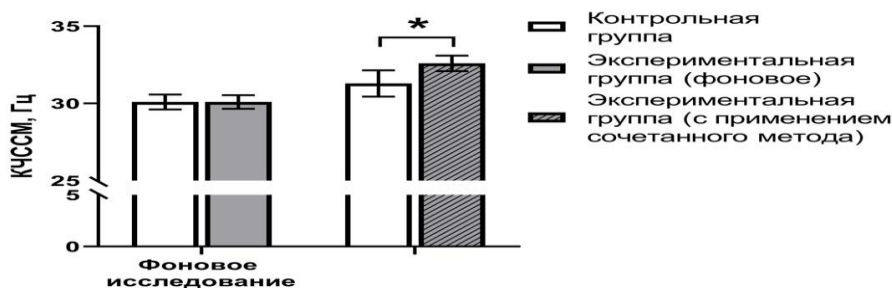


Рисунок 1. Динамика показателя КЧССМ пловцов в ходе исследования. Данные представлены как среднее \pm стандартное отклонение; n = 20; * – p < 0,05

После воздействия гипоксической тренировки и транскраниальной импульсной стимуляции зарегистрировано усиление процессов в корковом отделе двигательного анализаторов (рис. 2), усилилась мышечная сила (рис. 3).

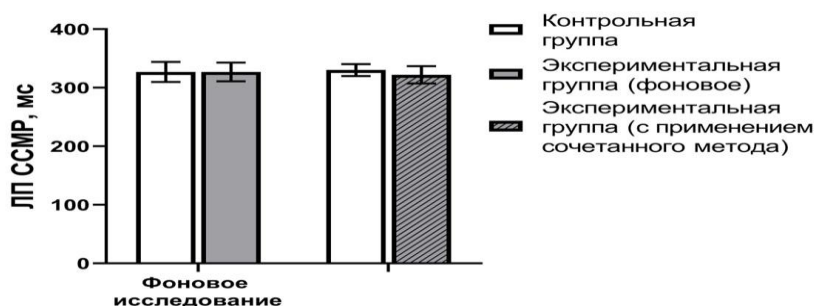


Рисунок 2. ЛП ССМР пловцов в ходе исследования. Данные представлены как среднее \pm стандартное отклонение; n = 20

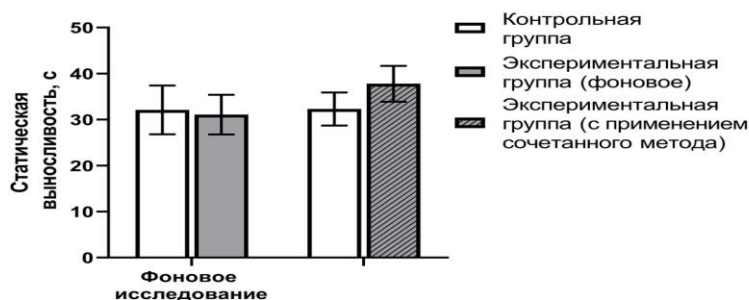


Рисунок 3. Динамика показателя статической выносливости пловцов по данным гидродинамометрии в ходе исследования. Данные представлены как среднее \pm стандартное отклонение; $n = 20$

В ходе исследования у пловцов отмечалось усиление резистентности к состоянию гипоксии, о чем свидетельствует значительное увеличение показателя пробы Генча (рис.4). При проведении пробы Генча установлено, что в контрольной группе показатель был меньше, $42,8 \pm 3,75$, тогда как в экспериментальной группе больше $47,9 \pm 7,19$.

Изменение значений показателей пробы Генча в экспериментальной группе указывают на усиление резистентности при сочетанном воздействии гипоксической тренировки и транскраниальной импульсной стимуляции.

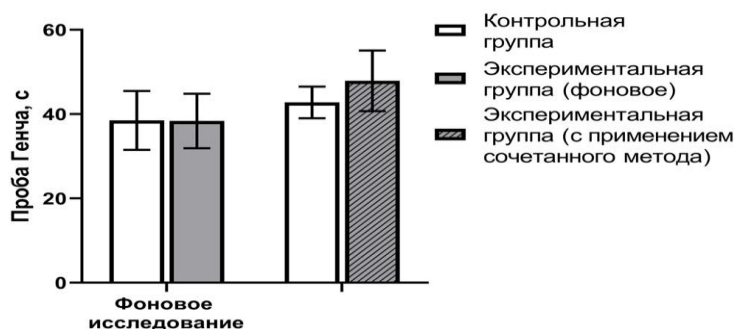


Рисунок 4. Изменение пробы Генча у пловцов в контрольной и исследовательской группе. Данные представлены как среднее \pm стандартное отклонение; $n = 20$

Гипоксическая тренировка усиливает устойчивость нервных центров к фактору гипоксии, активизирует защитную систему организма и тем самым устраняет неблагоприятное влияние. Использование высокочастотного электрического тока оказывает воздействие не только на кору головного мозга, но и на лимбическую систему. Кумулятивный эффект от воздействия двух компонентов высокочастотного импульсного тока и интервальной гипоксической тренировки оказывает влияние на регуляторное звено центральной нервной системы, с чем и связан процесс ускорения адаптации и повышение работоспособности спортсменов. Экспериментально подтверждено, что при курсовом применении комплекса гипоксической тренировки и транскраниальной импульсной стимуляцией у пловцов увеличивалась скорость восстановления после интенсивных тренировок, активизировалось функциональное состояние коры головного мозга, его отделов и усиливались адаптационные реакции организма.

Библиографический список:

1. Бухарин, В.А. Применение интервальной гипоксической тренировки в сочетании с физиотерапевтическим воздействием для коррекции работоспособности

борцов / В.А. Бухарин, Г.С. Торшин, Ю.Н. Королев // Актуальные проблемы физической и специальной подготовки силовых структур – 2015. - №3. – С. 9-12.

2. Белогорцев, Д.О. Функциональное состояние и физические качества у спортсменов в тренировочно-соревновательном периоде / Д.О. Белогорцев, А.Н. Поликарпочкин, И.В. Левшин // Проблемы функциональных состояний и адаптации в спорте: матер. Всеросс. науч.-практ. конф. с междунар. уч. и российско-китайского симпозиума, посвященных 120-летию НГУ им. П.Ф. Лесгафта (Санкт-Петербург, 27-28 мая 2016 г.). – СПб., 2016. – С.19-20.

3. Шигина, Е.А. Повышение физической работоспособности у спортсменов разных видов спорта при использовании транскраниальной электростимуляции / Е.А. Шигина, О.Н. Кудря // Проблемы совершенствования физической культуры, спорта и олимпизма. – 2019. -№1. – С. 150-158.

ИППОТЕРАПИЯ И ПОДРОСТКОВЫЙ СКОЛИОЗ: ВОЗМОЖНОСТИ И РЕШЕНИЯ

*Бондаренко В.А.,
Научный руководитель Заровнятных Е.Н.,
МОУ Гимназия №14,
Волгоград, Россия*

Тезисно отражены результаты первого этапа исследования в рамках научного проекта школьников. Цель исследования: оценить, как иппотерапия в сочетании с упражнениями Шрота влияет на динамический баланс и постуральную асимметрию у подростков с идиопатическим сколиозом по сравнению со стандартной физиотерапией (упражнениями Шрота) в отдельности. Так же нам бы хотелось, что бы все участники по завершении нашего исследования нашли в своей жизни место для спорта – ведь спорт всегда занимает весомое место в жизни людей [5,6,7]. Произведен отбор участников для педагогического эксперимента (экспериментальная группа n=12, контрольная группа n=12), определены методы исследования: аналитический, статистический (критерий Стьюдента), анкетирование, опрос, измерительные методы (оксигенация), оценка баланса с помощью стабиллоплатформы; необходимое оборудование: измерение кислорода и пульса с помощью пульсо оксиметра, применение стабиллоплатформы для измерения постуральной асимметрии и баланса (тест Ромберга, тест на постуральную стабильность (PST), индекс общей стабильности (OSI), индекс передне-задней стабильности (APSI), индекс медиолатеральной стабильности (MLSI) и риска падения (FRT)). Представлен анализ характеристик участников. Результаты расчетов, с помощью критерия Стьюдента, подтверждают высокую достоверность проводимого исследования.

Ключевые слова: иппотерапия, тренировки, сколиоз, упражнения, оценка баланса.

HIPPOTHERAPY AND ADOLESCENT SCOLIOSIS: OPPORTUNITIES AND SOLUTIONS

*Bondarenko V.A.,
Scientific supervisor: Zarovnyatnykh E.N.,
Gymnasium No. 14, Volgograd.*

The abstract reflects the results of the first stage of the research within the framework of the scientific project of schoolchildren. The aim of the study was to evaluate how hippotherapy in combination with Meal exercises affects dynamic balance and postural asymmetry in adolescents with idiopathic scoliosis compared with standard physiotherapy

(Meal exercises) separately. We would also like all participants to find a place for sports in their lives after completing our study, because sports always occupy a significant place in people's lives [5,6,7]. The participants were selected for the pedagogical experiment (experimental group n=12, control group n=12), research methods were determined: analytical, statistical (Student's criterion), questionnaire, survey, measuring methods (oxygenation), balance assessment using a stable platform; Necessary equipment: measurement of oxygen and pulse using a pulse oximeter, application of a stability platform for measuring postural asymmetry and balance (Romberg test, postural stability test (PST), General stability index (OSI), anterior-posterior stability index (APSI), mediolateral stability index (MLSI) and fall risk (FRT)). An analysis of the characteristics of the participants is presented. The results of calculations using the Student's criterion confirm the high reliability of the conducted research.

Keywords: hippotherapy, training, scoliosis, exercises, balance assessment.

Подростковый идиопатический сколиоз (ПИС) — заболевание, характеризующееся трехмерным пороком развития позвоночника, характеризующимся деформацией в сагитальной (грудной лордоз), фронтальной (боковое искривление) и поперечной плоскостях (ротация позвонков). Это классическая ортопедическая проблема, которая вызывает тяжелые расстройства, поражающие ранее здоровых детей раннего возраста, и ее лечение может быть затруднено. Вероятность усугубления деформации позвоночника тем выше, чем младше ребенок. Кроме того, пубертатное развитие повышает вероятность прогрессирования пороков развития позвоночника. Более того, это вызывает неравномерное распределение нагрузки в теле позвонка, что способствует прогрессированию заболевания. На определенном этапе возникновение и прогрессирование идиопатического сколиоза является многогранным заболеванием, ключевую роль в котором играют генетика и механика вертикального положения позвоночника. Как всем известно – именно спрос рождает предложение [8, с. 196]. Плавание и физиотерапия не всегда привлекают подростков и тогда на помощь приходит лошадь.

Иппотерапия — это особая форма физиотерапевтической техники, это вмешательство, при котором используются движения лошади для улучшения неврологических функций наездника. Наездник занимается контролируемой, приятной и сложной деятельностью во время езды на лошади. Индивидуальный подход к тренировочному процессу обеспечивает достижение планируемого результата [2, 3]. Наездник является пассивной частью иппотерапии, и движения его тела реагируют на движения лошади. Для подростков с нарушениями равновесия или походки и даже с психомоторными нарушениями иппотерапия является возможным и альтернативным вмешательством для восстановления здоровья. Во многих исследованиях отражено, что иппотерапия восстанавливает способность ходить у пациентов с рассеянным склерозом, равновесие у пожилых людей, особенно помогает детям с ДЦП. Езда на лошади может вызвать паттерны движений в области таза человека, очень похожие на те, которые наблюдаются при обычной ходьбе. В современном мире с развитием технологий постоянно растет число пользователей сети интернет [4, С. 33], различных социальных сетей, сайтов, блогов и др. контента. Благодаря доступности информации несложно найти школу по верховой езде и выбрать программу по иппотерапии для ребенка [1, с. 67]..

Однако в литературе имеются ограниченные данные о влиянии иппотерапии на баланс и постуральную симметрию у людей, страдающих идиопатическим сколиозом. Поэтому **целью данной исследовательской работы:** оценить, как иппотерапия в сочетании с упражнениями Шрота влияет на динамический баланс и постуральную асимметрию у подростков с идиопатическим сколиозом по сравнению со стандартной физиотерапией (упражнениями Шрота) в отдельности.

Задачи исследования:

- провести анализ источников по рассматриваемым вопросам,
- провести отбор участников для исследования,
- выполнить исследование, зафиксировав все полученные данные,
- с помощью статистических методов анализа подвести итоги,
- сделать выводы, оформить результаты исследования.

Предмет исследования: процесс коррекции и развития базовых составляющих двигательной деятельности детей подростков с идиопатическим сколиозом в процессе занятия иппотерапией, а так же отношения, возникающие в процессе занятий верховой ездой между основными участниками – лошадью и всадником, формирование взаимопонимания, оценка влияния иппотерапии на здоровье занимающегося.

Объект исследования: учебно-тренировочный процесс с применением иппотерапии и упражнений Шрота, учитывающий индивидуальные особенности ребенка.

Методы исследования: аналитический, статистический (критерий Стьюдента), анкетирование, опрос, измерительные методы (оксигенация), оценка баланса с помощью стабиллоплатформы.

Место проведения исследования: ВООО "Центр военно-спортивной и конной подготовки "ЩИТ", Волгоградская область, хутор Закутский.

Организация выполнения исследования включает три этапа.

Первый этап - Сентябрь 2023 г. Отбор участников для исследования, формирование графика проведения занятий, проведение и фиксация измерительных данных по оксигенации, применение стабиллоплатформы для измерения постуральной асимметрии и баланса.

Второй этап. Непосредственно исследование – октябрь- декабрь 2023 г. планируется проведение встреч два раза в неделю, с интервалом не менее 2-х дней между тренировками. В конце декабря после не менее 8 недель занятий – проведение измерений постуральной асимметрии и баланса после тренировочного процесса и выполнения упражнений.

Третий этап. Январь-март 2024 г. Подведение итогов, формирование выводов и рекомендаций по полученным результатам.

Первый этап исследования - сентябрь 2023 г. В исследовании приняли участие 42 подростка в возрасте от 14 до 16 лет. Все участник прошли исследование: рентгенографию грудного отдела позвоночника (стоя и лежа) на сколиоз. У всех участников педиатрами выявлен ПИС (имеется в анамнезе искривления позвоночника всех типов, с углами Кобба от 10 до 25 градусов). Итого было отобрано 24 участника.

Таблица 1

Характеристика участников

№	Группа / показатель	Экспериментальная группа, $n = 12$	Контрольная группа, $n = 12$	p - значение
1	Возраст, лет	$14,74 \pm 1,79$	$15,04 \pm 1,81$	0,118
2	Рост (см)	$157,22 \pm 6,88$	$158,00 \pm 7,27$	0,078
3	Вес (кг)	$48,99 \pm 5,15$	$50,54 \pm 5,28$	0,210
4	Индекс массы тела, $\text{кг}/\text{м}^2$	$19,38 \pm 1,02$	$20,361 \pm 1,05$	0,669
5	Угол Кобба, градус	$18,41 \pm 2,66$	$19,83 \pm 2,69$	0,193
6	Пол: Мужской/ Женский	50/50	50/50	

Значение $p > 0,05$ указывает на незначимую разницу, что говорит об отсутствии существенных различий между группами и подтверждает высокое качество исследования.

Далее участники случайно были разделены на две группы; экспериментальная группа (12 человек) будет получать иппотерапию в сочетании с упражнениями Шрота, тогда как контрольная группа (12 человек) будет выполнять только упражнения Шрота. Для чистоты исследования участники не были осведомлены, в какой группе они находятся. Перед началом исследования все участники (в нашем случае и их представители - родители) подписали добровольное информированное согласие на участие и обязались выполнять все полученные задания.

Перед началом исследования все участники заполнили анкету, были произведены необходимые параметрические измерения, систематизированы данные медицинских заключений по сколиозу. Результаты измерений представлены в таблицах.

Так же, перед началом исследования мы проведем со всеми участниками оценку баланса: тест Ромберга, тест на постуральную стабильность (PST). Его можно использовать для расчета индекса общей стабильности (OSI), индекса передне-задней стабильности (APSI), индекса медиолатеральной стабильности (MLSI) и риска падения (FRT). Эти индексы оценивали с использованием системы баланса стабиллоплатформы.

Каждому участнику будет объяснена суть испытаний, и важность соблюдения регулярности выполнения полученных заданий и инструкций. В ходе нашего исследования мы будем оценивать исследования состояние участников три раза. Каждое исследование на стабильно платформе длится не более 2 минут и будет проведено с интервалом не менее 2 минут. Регистрироваться в таблицу будет средний балл по трем тестам. Перед тестом участникам будет предоставлено 3-минутное обучение BBS для ознакомления с оборудованием.

Библиографический список.

1. Иппотерапия как метод увеличения двигательной активности у детей с ДЦП / Бондаренко Д.В., Ильченко А.А., Мирошникова С.С., Бондаренко М.П. // Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгафта. 2023. № 1 (215). С. 67-70.
2. Моделирование тренировочного процесса пауэрлифтеров с учетом преодоления сбивающихся факторов/ Бондаренко М.П., Ильченко А.А., Яковлев А.С., Константинов А.Б. // Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгафта. 2022. № 1 (203). С. 34-37.
3. Реабилитационная программа тренировок для продолжения спортивной карьеры пауэрлифтеров-профессионалов / Константинов А.Б., Бондаренко Д.В., Бондаренко М.П., Ильченко А.А. // Современные проблемы науки и образования. 2022. № 2. С. 26.
4. Роль социальных сетей в повышении конкурентоспособности физкультурного вуза /Бондаренко М.П., Балыева В.А., Сычев П.А.// Теория и практика физической культуры. 2020. № 4. С. 33-35
5. Рынок спортивных услуг: специфика и особенности/ Бондаренко Д.В., Бондаренко М.П., Безнебеева А.М., Ильченко А.А. // Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгафта. 2021. № 10 (200). С. 37-41.
6. Спортивные клубы фигурного катания на коньках: проблемы и перспективы развития / Тарасова Д.А., Бондаренко М.П., Бекирова М.Г., Мартюшев А.С. // Физическое воспитание и спортивная тренировка. 2020. № 2 (32). С. 159-170.
7. Социальное партнерство в российских корпорациях / Колесникова М.П. // монография - Волгоград, 2006.- 132 с.
8. Трипартизм в развитии спортивной индустрии: мотивы, желания и результаты / Колесникова Д.В., Бондаренко М.П., Безнебеева А.М., Люсова О.В., Яковлев А.С. // Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгафта. 2021. № 4 (194). С. 196-200.

MODERN SPORTS IN THE CONTEXT OF THE CONCEPT "FAIR-PLAY"

*Perepelitsina S.A., student
Borisenko E.G., PhD, Associate Professor
Volgograd State Academy of Physical Education,
Volgograd, Russia*

In the modern world, sport is becoming increasingly popular: competitions of various levels are being held, sports complexes are being built, sports grounds are being opened, and new sports are being introduced. However, athletics is a "queen of sports". And this is true, because athletics is the most massive and widespread sport around the world, including technical sports, running for various races, sports walking, all-around, and marathons. Also in athletics includes the largest number of Olympic disciplines, compared to other sports and the corresponding number of sets of awards both at the Olympic Games and at the World Championships. Modern sports require high results from athletes, so they often resort to the use of various groups of reparats that increase the body's endurance and accelerate the process of adaptation to the difficult training conditions.

The use of prohibited drugs by athletes is a major problem in both Russian and world sports. The problem of doping in sports in the modern world is becoming more and more urgent, in this regard, we asked ourselves whether the future of sports is possible without doping.

The purpose of the study is to consider the main problems of doping in modern sports.

Research methods - analysis of data obtained during the anonymous questionnaire from athletes of different qualifications and age.

Results of the study. The following results have been obtained. When asked about doping, 74% of athletes answered no. This suggests that any results can be achieved without using doping. Of 26% of athletes, 14% use doping on the recommendation or guidance of a coach, sports doctor. When asked about the systematic use of doping - "yes" answered 21%.

We also asked if it was possible to have a sport without doping and 86% of respondents considered it impossible. In this regard, highlight a number of reasons for the use of doping in modern sports.

The first and second reasons complement each other - improving the performance of the athlete and accelerating the processes of adaptation to high physical activity, as mentioned earlier. In modern sports, prohibited substances are used by athletes not only of the highest qualification, but also in youth sports. Answers to the question of why at such a young age athletes begin to dope, maybe two. Firstly, the coaches strive as quickly as possible to prepare the athlete for high results, and do not spend more time on training. Observations show that the doping path of athletes pushes the desire to win, as well as the desire for rapid career growth.

Second, high-skilled athletes using doping "show an example" to the younger generation.

The third reason is innovative technology, the development of modern medicine. In our opinion, in the future it is possible to create prohibited drugs, the presence of which in the athlete's body will be impossible to determine. Based on the above, we have come to the conclusion that sports victories are not currently won by athletes, but by modern medicine, which has made professional sport a profitable business.

We believe that professional sport has long become a "business", because winning or for records in the competition pay a win. With athletes conclude promotional contracts this is an incentive for doping. Because without permanent records, entertainment will lose spectators and fans. In athletics, incredible results have been achieved in all kinds, and it is impossible to beat them, to set a new record without doping.

The fourth is politics.

Summing up, say that the concept of "Fair-play" (fair game), laid by Pierre De Coubertin in modern realities is not respected. Unfortunately, «Faster, higher, stronger» - from the motto turns into such an acute competition that for victory some percentage of athletes are knowingly ready to take banned drugs. For the sake of ghostly victories they aim to give up the principle of "Fair-play". Unfortunately, in the future athletics can turn into a "queen of doping". After all, invented for the sake of justice, endlessly brought to the absolute, the system of doping control is not able to eradicate the problem permanently. Perhaps, until the very perception of humanity that doping is used as an equal evil - until now this fight will resemble «hide-and-seek» pharmacists, controllers and athletes. Proper and fair organization of processes to identify and punish those who use doping is essential.

Unfortunately, doping control is increasingly being politicized-used to solve political problems. Sport is too big, global, all-encompassing a concept to be used as an expression of politicization or bias towards a particular country.

Библиографический список:

1. Андриянова, Е. Ю. Профилактика допинга в спорте: учебное пособие для вузов / Е. Ю. Андриянова. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва: Издательство Юрайт, 2020.— 134 с. — (Высшее образование) — ISBN 978-5-534-12572-6. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/447819> (дата обращения: 05.08.2022).
2. Безуглова Э.Н., Ачкасов Е.Е. Основы антидопингового обеспечения спорта: учебное пособие / Коллектив авторов. – М.: Человек, 2019. – 288 с.
3. Гусов, К. Н. Спортивное право. Правовой статус спортсменов, тренеров, спортивных судей и иных специалистов в области физической культуры и спорта: учебное пособие / К. Н. Гусов, О. А. Шевченко. – М.: Проспект, 2012. – 152 с.
4. Никулина О.А. Это модное слово «допинг» (основы профилактики потребления допинга юными спортсменами): учебно-методическое пособие / Под ред. О.М. Шелкова. – Издан. 2-е, перераб.– СПб: ФГБУ СПбНИИФК, 2013. – 95 с.

ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ОСОБЕННОСТИ СПОРТИВНОГО СУДЕЙСТВА

*Яблочная М.И., инструктор по спорту
Самара, Россия*

Северная ходьба – это особый вид двигательной активности, который смог объединить в себе сразу несколько технических элементов из разных видов спорта. Благодаря государственной поддержке и активной работе инструкторов и тренеров различных клубов и школ северной ходьбы на улицах городов России с каждым днем можно увидеть все больше занимающихся.

С 17 апреля 2019 года официальное название спортивной дисциплины в приказе Минспорта №54417 от 17.04.2019 значится как «северная ходьба». Так же северной ходьбе присвоен свой номер: 0840291811Л. Именно с этого дня северная ходьба официально объявлена спортом и присоединена как отдельная дисциплина к спортивному туризму. В 2021 году утверждены разрядные требования. А это значит, что появилась возможность проводить официальные спортивные соревнования. В связи с этим выявлена потребность не только в подготовке спортсменов, но и спортивных судей. А затем и их дальнейшем отборе и направлении на соревнования.

Как и в других официальных видах спорта, в спортивном туризме существует организованное и профессиональное судейство, деятельность которого регламентируется соответствующими нормативными документами. Сейчас в крупных городах России существуют федерации спортивного туризма,

которые проводят соревнования и обучающие семинары для спортивных судей и формируют судейские коллегии для участия в спортивных мероприятиях.

Зоны деятельности спортивных судей при проведении соревнований по спортивному туризму в дисциплине «северная ходьба».

В дисциплине «северная ходьба» можно выделить несколько зон работы спортивных судей:

1. Общие управленческие и информационные вопросы. Этим направлением занимаются:

- 1) Главный судья;
- 2) Заместитель главного судьи;
- 3) Заместитель главного судьи по судейству;
- 4) Заместитель главного судьи по информации.

Вышеуказанные судьи отвечают за общее руководство соревнованиями, составление отчетности, комплектацию, взаимодействие и контроль работы всех служб соревнований, материально-техническое и информационное обеспечение.

2. Постановка дистанции. Данное направление сопровождают:

- 1) Заместитель главного судьи по безопасности;
- 2) Начальник дистанции;
- 3) Судья-постановщик.

Работа этих судей связана с подготовкой дистанции в соответствии с Правилами, Положением и Условиями при проведении соревнований, обеспечением безопасности проведения соревнований и информационным обеспечением на дистанции, контролем исправности судейского оборудования.

3. Секретариат. Судьи, отвечающие за это направление:

- 1) Главный секретарь;
- 2) Заместитель главного секретаря;
- 3) Судья-секретарь.

Работа секретариата связана с организацией документооборота соревнований, в том числе и размещением информации, связанной с их проведением, подготовкой предварительных и официальных результатов, проверке правильности и комплектности представленных заявочных документов, награждением победителей и призёров.

4. Обеспечение работы старта и финиша. Хронометраж. Это направление обеспечивается следующими судьями:

- 1) Старший судья старта;
- 2) Старший судья финиша;
- 3) Судья-стартер;
- 4) Судья при участниках;
- 5) Судья-хронометрист.

Их деятельность связана с работой в стартово-финишной зоне, материально-техническим обеспечением стартово-финишного городка, организацией предстартовой проверки и выпуском участников на дистанцию согласно стартовому протоколу, фиксацией времени старта и финиша, контролем за действиями участников, утверждением протоколов старта и финиша, хронометражем.

5. Контроль за владением техникой прохождения дистанции участниками осуществляют:

- 1) Старший судья-контролер;
- 2) Судья-контролер.

Эти судьи во время соревнований находятся на дистанции, оценивают правильность и технику прохождения дистанции, фиксируют нарушения в протоколах

и оповещают о них. Помимо этого, их деятельность связана с участием в разборах заявлений и протестов.[1]

Типы темпераментов.

Под влиянием личностных факторов происходит перераспределение функций руководства, прав, обязанностей и ответственности. Отсюда необходимо в управлении учитывать индивидуальные особенности работника. С точки зрения психологии управления в качестве управляемой системы (объекта управления) - выступает человек, индивид, личность. Но человек, как известно, самоуправляет своим поведением в соответствии со своими потребностями, мыслями, мировоззрением и т.д.[2]

Человек всегда взаимодействует с внешним миром. И то, как проявляются чувствительность человека к внешним воздействиям, эмоциональность его поведения, импульсивность или сдержанность, общительность или замкнутость, лёгкость или затруднённая социальная адаптация и общение, обусловлены его темпераментом - совокупностью индивидуальных психических и физиологических особенностей индивида. С физиологической точки зрения темперамент обусловлен типом высшей нервной деятельности человека. Чаще всего у человека сочетаются черты разных типов темпераментов, однако преобладает какой-то один тип.

В современной литературе выделяют четыре типа темперамента:

1. Холерический тип темперамента (холерик). Представляет собой сильный, неуравновешенный, подвижный тип темперамента, отличающийся большой жизненной энергией, активностью, работоспособностью, лидерскими качествами, быстротой действий. Люди этого типа темперамента «с головой» уходят в работу, преодолевая любые затруднения, но им трудно дается деятельность, требующая плавных движений, спокойного и медленного темпа, так как холерики порывисты и резки.

2. Сангвинический тип темперамента (сангвиник). Это сильный, уравновешенный, активный тип темперамента. Такие люди оптимистичны и уверены в себе, жизнерадостны, общительны, в работе продуктивны (при условии множества интересных дел), энергичны, способны выполнять ответственные поручения и склонны к решению тактических задач. Однако сангвиники часто переоценивают себя и свои возможности. При работе с этим типом темперамента необходимы требовательность и контроль за выполнением порученного дела. Лучше всего у сангвиника получается работа, требующая применения активности, организаторских и коммуникативных способностей и связанная с разнообразными впечатлениями.

3. Меланхолический тип темперамента (меланхолик). Это люди со слабым типом нервной деятельности. Для них характерно быстрое падение работоспособности и потребность в длительном отдыхе, отсутствие энергии, необщительность, застенчивость, тревожность, мягкость, тактичность, чуткость и отзывчивость. В привычной обстановке они работают продуктивно и уверенно, однако если соблюдают при этом все существующие инструкции. По отношению к меланхоликам нельзя допускать резкость, рекомендуется поручать однообразную работу и поддерживать их авторитет в коллективе.

4. Флегматический тип темперамента (флегматик). Это сильные, уравновешенные и пассивные люди, отличающиеся работоспособностью, вдумчивостью, настойчивостью, невозмутимостью. Они не склонны к частой смене деятельности и привычек, не любят мелких поручений.[3]

Психологические особенности спортивного судейства.

В спортивное судейство приходят в основном спортсмены, не добившиеся высоких спортивных результатов. Очевидно, из-за несложившейся спортивной карьеры они таким путем стремятся завоевать высокий статус в иной сфере спортивной деятельности. С другой стороны, эти данные свидетельствуют о том, что для квалифицированного судейства нужен достаточный опыт занятий данным видом спорта. Наряду с этим играет роль и нежелание уходить из той среды, в которой люди

пребывали долгие годы. Ведь судьи высокого уровня, как и спортсмены, имеют возможность ездить в разные города.

Считается, что судьи должны быть не только беспристрастными регистраторами хода соревнований и нарушения правил, но и воспитателями игроков. На них лежит колоссальная ответственность в определении победителя не смотря на постоянные претензии и давление со стороны участников. Судей часто обвиняют в предвзятости судейства, в нечестности. Подобное мнение участников является для них психологическим прессом, которое усугубляет их психическое состояние. Обвиняя судей в ошибках, мало задумываются над тем, что может видеть и помнить судья, который находится в таких же стрессовых условиях, как и игроки и тренеры. [4]

Ранее было выделено пять зон работы спортивных судей и особенности деятельности в рамках этих направлений. Для достижения наибольшей эффективности работы судей по направлениям, а также снижения уровня стресса при судействе соревнований, необходимо сопоставлять особенности выполняемой работы и темпераменты тех людей, которых организатор привлекает к судейству.

Для выполнения управленческих и информационных работ требуется активность, лидерство и энергичность, острый и быстрый ум. При подборе на должности главного судьи, его заместителя, заместителей главного судьи по судейству и по информации стоит рассматривать людей с холерическим типом темперамента. Именно такие люди смогут вести за собой команду.

Постановка дистанции требует внимательности, повышенного уровня ответственности, организаторских способностей, соблюдения правил, но при этом физической выносливости. Люди с сангвиническим и флегматическим типами темперамента могут стать успешными заместителями главного судьи по безопасности, начальниками дистанции и судьями-постановщиками. Их уверенность и спокойствие помогут сделать дистанцию максимально безопасной и комфортной для участников.

Секретариат – одно из самых важных направлений в проведении соревнований. Работа секретарей требует длительного повышенного внимания, максимального соблюдения всех норм и правил, ответственности и точности. На должности главных секретарей, заместителей главного секретаря и судей-секретарей можно выбрать людей с меланхолическим типом темперамента, так как секретариат мало взаимодействует с участниками. И таким людям комфортнее выполнять «бумажную» работу.

Обеспечением работы старта и финиша, а также хронометражем можно предложить сангвиникам. Это направление требует выполнения большого количества различных действий, непосредственного взаимодействия с участниками соревнований и постоянного общения с ними, внимательности, активности и работоспособности.

Контроль за владением техникой прохождения дистанции участниками лучше всего доверить флегматикам. Работа судей-контролеров требует внимательности и строгого соблюдения правил соревнований, выносливости и настойчивости, а также уверенности в своей правоте.

Соревнования проводятся для того, чтобы выявить сильнейших спортсменов. Однако для того, чтобы это мероприятие стало спортивным праздником, необходимо учитывать психологические особенности всех его участников: и спортсменов и судей.

При распределении судейских должностей следует ориентироваться не только на судейские категории, но и на типы темпераментов тех людей, которые будут на соревнованиях обеспечивать судейство. Что в свою очередь повлечет за собой снижение уровня стресса, улучшит качество работы спортивных судей, повысит уровень проведения спортивного мероприятия, позволит обеспечить стабильную психо-эмоциональную обстановку в целом.

Библиографический список:

1. Правила вида спорта «спортивный туризм» приказом Министерства спорта

Российской Федерации от 22 апреля 2021 г. № 255

2. Иванова В.С., Психология управления: учебное пособие, - Томский политехнический университет, 2011 – 88 с.

4. Ильин Е.П., Психология индивидуальных различий: учебное пособие для студентов высших учебных заведений. — Санкт-Петербург и др.: Питер, 2011. — 700 с.

3. Ильин Е.П., Психология спорта. - Издательский дом «Питер», 2016 - 352 с.

УДК 378.796.011

ЗДОРОВЫЙ ОБРАЗ ЖИЗНИ И СПОРТ КАК СРЕДСТВО ПРОФИЛАКТИКИ ДЕПРЕССИИ

*Гаврилина А.О., старший преподаватель,
Митюхина В.Р., студент,
Санкт-Петербургский Политехнический университет Петра Великого,
Санкт-Петербург, Россия*

В данной статье рассматривается вопрос профилактики и лечения депрессии у молодежи с использованием средств физической культуры и спорта. Определены причины данного заболевания у современной молодежи и способы борьбы с данной проблемой.

Ключевые слова: физическая культура, спорт, депрессия, профилактика, молодежь.

PHYSICAL EDUCATION AND SPORT AS A MEAN OF PREVENTION OF DEPRESSION

*Gavrilina A.O., senior lecturer,
Mityukhina V.R., student,
Peter the Great St. Petersburg Polytechnic University*

The issue of prevention and treatment of depression in young people using the means of physical education and sports is discussed in this article. The causes of this disease in modern youth and ways to deal with this problem are determined.

Key words: physical education, sport, depression, prevention, youth.

Ежегодно 24 марта во всём мире отмечается Международный день борьбы с депрессией. Депрессия — это психическое расстройство, основными признаками которого являются сниженное, угнетённое, тоскливое настроение, снижение или утрата способности получать удовольствие. Обычно также присутствуют некоторые из следующих симптомов: сниженная самооценка, потеря интереса к жизни и к привычной деятельности, нарушение концентрации внимания, усталость, расстройства сна и суицидальные тенденции. Каждый год около 800 000 человек погибают в результате самоубийства — второй по значимости причины смерти людей в возрасте 15—29 лет. Согласно данным ВОЗ (Всемирной организации здравоохранения) депрессию испытывает 3,8% населения планеты, то есть, порядка 280 миллионов человек. На январь 2023 года 54% россиян 18—24 лет отмечали у себя депрессивные признаки, а 38% — тревогу. [2]

В России люди в возрасте от 14 до 35 — это молодёжь, самая трудоспособная и активная часть населения, на самом деле, наиболее подверженная депрессии. Причины возникновения данного заболевания у молодых людей могут быть самыми разными:

1. В период обучения в старших классах, в ВУЗе повышается умственная и психоэмоциональная нагрузка. Мозг находится в условиях постоянного стресса от

подготовки к экзаменам, страха не поступить в ВУЗ или быть отчисленным, от самостоятельного ведения быта и от резкого увеличения объёма информации;

2. Нарушение режима дня. В связи с большой загруженностью на учёбе или работе молодые люди часто жертвуют здоровым режимом отдыха и работы. Сон — циркадный биоритм пониженной активности мозга, обеспечивающей отдых организма. Длительное лишение сна у человека в исследованиях сопровождалось нарушением поведения, повышением раздражительности, психическими расстройствами. При дефиците парадоксального сна человек угнетён, отмечается психическая депрессия. Парадоксальный сон восстанавливает пластические свойства нейронов головного мозга, усиливает процессы в клетках нейроглии, которые обеспечивают нейроны питательными веществами и кислородом;

3. Гиподинамия, вызванная также высокой загруженностью по учёбе. В условиях современного мира почти невозможно учиться, особенно в высших учебных заведениях, без использования компьютеров. Это значит, что учащиеся школ и студенты проводят большую часть времени сидя за рабочим столом, что негативно сказывается на уровне физической активности, иногда снижая её до нуля;

4. Межличностные отношения оказывают большое влияние на развитие депрессии, например непонимание в учебном заведении или отсутствие друзей могут негативно сказываться на общем состоянии.

5. Нерациональное питание. Обилие быстрых углеводов, злоупотребление кофе, не говоря уже о злоупотреблении алкоголем, высокое потребление продуктов промышленной обработки, отсутствие баланса макро и микронутриентов в рационе может приводить к тому, что организм не получает необходимые витамины и минералы, которые в свою очередь влияют на гормональный фон молодого организма, что в свою очередь может привести к появлению тревожности.[1]

В совокупности все эти причины могут вызвать состояние уныния и снизить интерес к жизни, а, следовательно, ухудшить её качество.

При депрессии нарушается баланс трех нейромедиаторов: серотонина, норадреналина и дофамина. Они участвуют в регулировании настроения и поведения, а их функцию можно восстановить с помощью антидепрессантов. Существует несколько классов антидепрессантов. Большинство из них целенаправленно воздействуют на нервные клетки, которые выделяют серотонин, норадреналин или дофамин. Их действие реализуется с помощью различных механизмов, посредством которых повышается концентрация нейромедиаторов или восстанавливаются нервные цепи, поврежденные вследствие депрессии. Однако некоторые препараты стимулируют не только 5-НТ₁ рецепторы, проявляя антидепрессивный эффект, но также 5-НТ₂ рецепторы, которые, наоборот, зачастую вызывают тревожность, бессонницу. Однако в молодом возрасте организм еще способен справиться с расстройством самостоятельно.[2]

Одним из самых действенных способов повышения концентрации гормонов-нейромедиаторов в крови, а, следовательно, улучшения общего самочувствия и настроения, является занятие спортом. Когда организм получает физическую нагрузку, в работу включаются не только мышцы, но и активно выделяются гормоны, которые положительно влияют на эмоциональное состояние. Во время выполнения физических упражнений вырабатываются дофамин, эндорфины, адреналин и окситоцин.

Дофамин – гормон вознаграждения, который вызывает чувство удовольствия и служит своеобразной психологической наградой. Выработку дофамина провоцирует любая активность: какой-либо вид спорта или обычная пробежка.

Эндорфины – это природные опиаты, которые вырабатываются в железах нервной секреции. Они помогают человеку справляться со стрессом и болью.

Адреналин – это гормон, который вызывает чувство эйфории и внутреннего подъёма. В дозированных количествах он безопасен, но избыток может вызывать «адреналиновую зависимость», поэтому важно чувство меры.

Окситоцин – «гормон любви», который противодействует стрессу, обеспечивает скорейшее восстановление мышц, а также снижение страхов и тревоги. [1]

Во время тренировки организм воспринимает физическую нагрузку как стресс, поэтому головной мозг начинает выделять эндорфин, чтобы его компенсировать. В это же время происходит выработка гормонов дофамина и серотонина, которые ускоряют процесс возникновения состояния эйфории. Именно благодаря этим химическим реакциям, у человека во время занятия спортом поднимается настроение и снижается моральное напряжение. Эндорфин вырабатывается в организме спустя 30-40 минут после начала тренировки, и в течение часа его концентрация в крови увеличивается в 10 раз. Кроме того, во время физических нагрузок увеличивается частота и сила сердечных сокращений, необходимых для обеспечения возрастающих потребностей организма в доставке кислорода и питательных веществ к усиленно работающим мышцам, организм обогащается кислородом и питательными элементами, благодаря чему повышается энергия. Именно поэтому зарядке было дано такое название: когда человек делает физические упражнения, он заряжается. Немало важной также является формирующаяся структура и систематизация. Постоянное расписание и график тренировок дают человеку ощущение контроля и постоянства, что психологически очень позитивно. [3]

Однако, недостаточно лишь регулярно заниматься спортом и соблюдать здоровый режим сна, чтобы поддерживать своё эмоциональное здоровье. Пищевое поведение и культура питания также имеют колоссальное влияние на выработку тех же гормонов. 60—90% серотонина в организме человека продуцируется в ЖКТ. Так, чтобы увеличить выработку серотонина необходимо употреблять продукты, богатые триптофаном (твёрдые сорта сыров, орехи, рыба), дофамина – продукты, содержащие тирозин (мясо и печень, говядина, яйца).

Важно помнить о том, что помимо неоспоримых плюсов, у спорта есть и минусы для психики. Особенно ответственно к выбору физической активности нужно подходить людям с серьёзными психологическими проблемами, ограничивающимися не только депрессией. Например, доказано, что занятия единоборствами повышают агрессивность. Неправильная дозировка нагрузок может привести к следующим проблемам:

- Стресс. Перебор с физическими нагрузками, может перерасти не только в физическую усталость, которая повлечет за собой недееспособность, которая, в свою очередь, может вызвать огромный стресс;

- Существуют генетические факторы, которые ставят цель, во что бы то ни стало получить дозу эндорфинов. Если не обращать на них внимание и вовремя не предпринять меры, то у человека будут развиты нейронные связи, настроенные на получение эндорфинов только от спорта. В таком случае личность не сможет разносторонне развиваться и будет сильно ограниченной.

Различные виды спорта по-разному влияют на наше здоровье. Совместное исследование европейских и австралийских учёных, которое длилось с 1994 по 2008 годы показало, что у людей, которые занимались конкретными видами спорта, уменьшилась вероятность развития различных заболеваний. Они выделили 4 вида спорта, наиболее полезные для человека:

1. Теннис – постоянное движение заставляет сердце, лёгкие и мышцы всё время работать. Следовательно, повышается скорость кровообращения и, вместе с ней, энергия в организме.

2. Аэробика – это всё, что связано с низкой интенсивностью и постоянными физическими нагрузками. К ней относятся танцы, гимнастика и лёгкий бег.

3. Плавание – подходит для полной тренировки всего тела, когда работают только мышцы, а суставы отдыхают. Риск получить какое-либо повреждение очень низок.

4. Велоспорт – катание на велосипеде заставляет работать мышцы живота, рук и плеч, улучшает чувство баланса. Более того, постоянное кручение педалей вызывает выработку эндорфинов.

Студенческая жизнь богата на вне учебные занятия и мероприятия. Так, положительное влияние на ментальное состояние учащихся и студентов оказывают: показательные выступления спортсменов, физкультурные праздники, спортивные мероприятия и спортивные игры. На таких мероприятиях ребята могут не только заняться физической активностью, но и провести время с друзьями, что также положительно скажется на психическом здоровье. Также, благодаря системе скидков для студентов, у молодых людей есть возможность посещать крупные соревнования и, вдохновившись выступлением своей любимой команды, укрепить желание поддерживать физическую активность в течение всей жизни.

Таким образом, депрессия является ведущим психическим расстройством, от которого страдают миллионы людей по всему миру. Особенно депрессии подвержены молодые люди – студенты. Это болезнь, требующая медикаментозного лечения. Однако, как и ко всем серьезным заболеваниям, к её профилактике требуется комплексный подход, основным методом которого является спорт и физические нагрузки. В процессе занятия спортом выделяются важнейшие гормоны, которые отвечают за возникновение депрессии. Поэтому поддержание режима отдыха, правильного питания и регулярные физические нагрузки – действенный способ профилактики студентов.

Библиографический список:

1. Агаджанян, Н.А. Нормальная физиология: учебник для студентов медицинских вузов / Н.А. Агаджанян. – Москва : ООО «Медицинское информационное агентство», 2009. – 520 с.

2. Воюцкая, Н. Депрессивный эпизод: что происходит с ментальным здоровьем россиян / Н. Воюцкая // Тинькофф журнал : электронный журнал. – URL: <https://journal.tinkoff.ru/russia-in-depression/>. – Дата публикации: 30.03.2023.

3. Мугаттарова, Э. Р. Физическая культура и спорт как средство профилактики депрессии / Э. Р. Мугаттарова, В. Д. Уханов, Л. Р. Абдрашитова // Инновационная наука. – 2017. – Т. 2, № 4. – С. 114-116.

УДК 37.017.4

ПАТРИОТИЧЕСКОЕ ВОСПИТАНИЕ СТУДЕНТОВ НА ЗАНЯТИЯХ ПО РУССКОМУ ЯЗЫКУ И КУЛЬТУРЕ РЕЧИ

*Геращенко Н.В., к.п.н., доцент,
Куликова А.Д., студент,
Волгоградская государственная академия физической культуры,
Волгоград, Россия*

Статья посвящена актуальным вопросам патриотического воспитания студентов физкультурных вузов при изучении русского языка и культуры речи. Авторы анализируют содержание, методы и средства патриотического воспитания. Отмечается, что содержание учебной дисциплины способствует приобщению обучающихся к традиционным культурно-историческим ценностям русского народа, своей страны, развитию у них осознанного, ответственного отношения к изучению русского языка,

использованию его богатств для формирования высоконравственной личности. В основу исследования были положены гуманитарный и культурологический подходы. Цель исследования – раскрыть возможности учебной дисциплины «Русский язык и культура речи» в формировании у студентов патриотического сознания и патриотических чувств. В ходе исследования применялись методы теоретического анализа, обобщения и систематизации.

Выводы. Патриотическое воспитание в вузе носит комплексный характер и является составной частью целостного воспитательного процесса. Решение задач патриотического воспитания при изучении учебной дисциплины «Русский язык и культура речи» подчинено такой важной цели, как утверждение ценностей патриотизма в сознании обучающихся, формирование у них языковой идентичности, развитие стремления к духовному и нравственному совершенствованию во благо Отечества.

Ключевые слова: учебная дисциплина «Русский язык и культура речи», патриотическое воспитание, студенты физкультурных вузов.

PATRIOTIC EDUCATION OF STUDENTS IN RUSSIAN LANGUAGE AND SPEECH EDUCATION CLASSES

*Gerashchenko N.V., PhD, Associate Professor,
Kulikova A.D., student
Volgograd State Academy of Physical Education,
Volgograd, Russia*

The article is devoted to the topical issues of patriotic education of students of physical education universities in the study of the Russian language and the Education of speech. The authors analyze the content, methods and means of patriotic education. Russian Russian is noted that the content of the discipline contributes to the familiarization of students with the traditional cultural and historical values of the Russian people, their country, the development of their conscious, responsible attitude to the study of the Russian language, the use of its riches for the formation of a highly moral personality. The research was based on humanitarian and cultural approaches. The purpose of the study is to reveal the possibilities of the academic discipline "Russian language and Education of speech" in the formation of students' patriotic consciousness and patriotic feelings. In the course of the study, methods of theoretical analysis, generalization and systematization were used.

Conclusions. Patriotic education at the university is of a complex nature and is an integral part of the holistic educational process. The solution of the tasks of patriotic education in the study of the discipline "Russian language and Education of speech" is subordinated to such an important goal as the affirmation of the values of patriotism in the minds of students, the formation of their linguistic identity, the development of the desire for spiritual and moral improvement for the good of the Fatherland.

Keywords: academic discipline "Russian language and Education of speech", patriotic education, students of physical education universities.

Актуальность. Проблема патриотического воспитания всегда была актуальной для нашей отечественной системы образования, но в современных условиях она приобретает особую значимость, так как ценности патриотизма, реализующиеся через систему патриотического воспитания молодежи, играют важную роль в обеспечении социальной и политической стабильности и становятся фактором национальной безопасности. На государственном уровне об этом говорится в основных нормативных документах – Федеральный закон № 273 «Об образовании в Российской Федерации», «Основы государственной молодежной политики Российской Федерации на период до 2025 года», «Стратегия развития воспитания в Российской Федерации до 2025 года».

Так, в Стратегии отмечается, что эффективность решения задач патриотического воспитания напрямую зависит от качества преподавания гуманитарных дисциплин, обеспечивающих ориентацию обучающихся в современных общественно-политических процессах, а также осознанную выработку собственной позиции по отношению к ним на основе знания и осмысления истории, духовных ценностей и достижений нашей страны [6]. В данном контексте ведущая роль в системе высшего образования принадлежит базовой гуманитарной дисциплине «Русский язык и культура речи».

Цель исследования – раскрыть возможности учебной дисциплины «Русский язык и культура речи» в формировании у студентов патриотического сознания и патриотических чувств.

Методы исследования: теоретический анализ, обобщение и систематизация

Результаты исследования. Современная трактовка патриотизма включает в себя систему мировоззренческих взглядов, установок, убеждений и чувств человека, связанных с любовью к Родине, народу, гордостью за прошлое и настоящее своей страны, с гражданской ответственностью, беззаветной преданностью Отечеству. Одна из главных ценностей патриотизма – родной язык. Русский язык является государственным языком в Российской Федерации. Его значимость трудно переоценить, так как сегодня русский язык выступает главным средством объединения общества, обеспечивает государственную целостность России. Воспитание патриотизма начинается с изучения родного языка, так как в языке отражается история и культура народа, его духовно-практический опыт. В статье «О языке устном и письменном, старом и новом» академик Д.С. Лихачев писал, что «самая большая ценность народа – это его язык..., на котором он пишет, говорит, думает ... вся сознательная жизнь человека проходит через родной ему язык» [4]. Поэтому владение русским языком, бережное к нему отношение – это знак уважения к культуре русского народа и его традициям, залог преемственности этих традиций и сохранение своей национальной идентичности.

Содержание учебной дисциплины «Русский язык и культура речи» обладает огромным мировоззренческим потенциалом и позволяет приобщать обучающихся к культурно-историческим ценностям, развивать сознательное, ответственное отношение к изучению русского языка. В процессе овладения знаниями о русском языке формируется патриотическое сознание обучающихся – система взглядов, идей, представлений, традиций, чувств и настроений, которые в дальнейшем определяют мотивы патриотического поведения личности. Для этого на семинарских занятиях применяются разнообразные активные методы обучения – дискуссии, диспуты, беседы, метод проблемной подачи информации [2]. Для обсуждения предлагаются наиболее актуальные темы: «Русский язык: прошлое, настоящее, будущее», «О развитии письменности на Руси», «Реформы русской орфографии», «Пословицы и поговорки русского народа», «В.И. Даль – создатель живого великорусского языка», «Влияние Интернета на развитие живой разговорной речи», «Нужно ли соблюдать нормы русского языка?», «Речевой этикет: история и современность» и др. В активном диалоге у обучающихся развиваются способности к аргументации, рождаются творческие идеи, усваиваются традиции, вырабатывается потребность к поиску смыслов, формируется убежденность [1].

На занятиях по совершенствованию устной и письменной речи до сознания обучающихся доносится мысль о том, что грамотная речь человека – это показатель его духовной культуры, нравственности, интеллектуального развития, успешности в профессиональной и социальной сферах. Быть грамотным – это значит быть высокообразованным, способствовать сохранению посредством языка культуры русского народа.

Воспитание патриотизма проявляется через любовь к своей малой родине (где родился и вырос человек), отцу и матери, преданное служение Отечеству, желание

встать на его защиту по примеру своих предков. Патриотизм – это интуитивное чувство, которое нельзя навязать извне. Уму можно только помочь родиться в душе человека. При этом важно отметить, что воспитание патриотизма должно носить не абстрактный, а деятельностный характер. С целью активизации у обучающихся познавательного интереса к гражданско-патриотической тематике осуществляется подбор дидактических материалов (для проведения диктантов, смыслового анализа текстов), отражающих героические поступки воинов, спортсменов, сражавшихся и погибших во Второй мировой войне; посвященных труженикам тыла, приближавшим победу своим самоотверженным трудом; отрывки из художественных произведений русских классиков (Л.Н. Толстого, И.С. Тургенева, А.П. Чехова) и современных писателей (Д. Глуховского, Г. Яхиной, Е. Водолазкина, Д. Быкова), возвеличивающих красоту русской природы и человека труда, его высокие духовно-нравственные качества – самоотверженность, простоту и благородство, подвижничество и милосердие. В процессе осмысления текстов патриотической направленности у обучающихся развиваются чувства гордости за свою Родину и ее народных героев, чувства сопричастности к своей семье, Отечеству, культурно-историческому наследию, готовность в любой момент встать на защиту Родины.

В изучение каждой темы учебной дисциплины можно внести патриотическую направленность. Интересным представляется новаторский опыт преподавания темы «Деловая документация и правила ее оформления» в Донском техническом университете с привлечением внимания обучающихся к работе с текстами документов Великой Отечественной войны. На занятиях анализируются языковые особенности военных документов и их содержательный аспект, при этом создается фоновое восприятие тех событий, которые происходили более семидесяти лет назад. Тексты обладают огромной силой воздействия, студенты как бы погружаются в историю и становятся свидетелями военных событий. По мнению авторов методики, такой подход вызывает живой интерес и способствует развитию патриотических чувств у обучающихся[5].

Также задачи патриотического воспитания на занятиях по русскому языку и культуре речи решаются посредством проведения исследовательских лингвокраеведческих проектов, объектами которых становятся диалектная лексика, ономастика, топонимика, памятники местной деловой и исторической письменности. Такая деятельность развивает у обучающихся самостоятельность, творческие, поисковые способности, воспитывает нравственные чувства, чувства любви к родному краю. В Волгоградском техническом университете востребован опыт лингвокраеведческой деятельности по изучению студентами названий улиц родного города, которым присвоены имена героев Сталинградской битвы. Студенты ведут поисковую работу по изучению названий улиц, объектов родного города, узнают исторические факты о происхождении тех или иных названий, и это для них приобретает особую значимость [3].

Большие возможности для получения положительного опыта патриотического поведения и формирования патриотических чувств и эмоций заложены во внеучебной деятельности. Для этих целей преподавателями вуза традиционно проводятся праздники, приуроченные к памятным датам: «День грамотности» (8 сентября), «День словарей и энциклопедий» (22 ноября), «День борьбы с ненормативной лексикой» (3 февраля), «Международный день родного языка» (21 февраля), «День славянской письменности» (24 мая), «День русского языка» (6 июня). Включение студентов в различные виды активностей – конкурсы, викторины, квесты и квесты – создает условия для развития творческого потенциала личности, расширения кругозора, приобретения дополнительных знаний о русском языке, о традициях и обычаях русского народа. Как правило, на таких мероприятиях присутствует атмосфера доброжелательного и дружеского общения, что позволяет каждому участнику получить новые впечатления и проявить свои способности в интеллектуальных соревнованиях самостоятельно или в команде.

В заключение хочется отметить, что патриотическое воспитание студентов в вузе осуществляется целенаправленно и комплексно. Для этого используются все возможности информационно-образовательной среды, потенциал любой учебной дисциплины, внеучебная работа.

Выводы. Таким образом, патриотическое воспитание в вузе носит комплексный характер и является составной частью целостного воспитательного процесса. Решение задач патриотического воспитания при изучении учебной дисциплины «Русский язык и культура речи» подчинено такой важной цели, как утверждение ценностей патриотизма в сознании обучающихся, формирование у них языковой идентичности, развитие стремления к духовному и нравственному совершенствованию во благо Отечества.

Библиографический список:

1. Геращенко, И.Г. Педагогическое творчество: методологический и социокультурный подход / И.Г. Геращенко, Н.В. Геращенко // Инновации в образовании. – 2016. – № 10. – С. 120-128. – EDN WMWOVN.

2. Геращенко, И.Г. Проблемность в современном образовании / И.Г. Геращенко, Н.В. Геращенко // Инновационное, экономическое и правовое развитие общества: проблемы и перспективы взаимодействия: сборник материалов Международной научно-практической конференции. Институт профессиональных инноваций (филиал в г. Волгограде). – 2013. – С. 31.

3. Каленова, Н.А. Дисциплина «Русский язык и культура речи» в аспекте патриотического воспитания студентов / Н.А. Каленова // Образ Родины: содержание, формирование, актуализация : Материалы III Международной научной конференции, Москва, 19 апреля 2019 года. – Москва: Учреждение высшего образования «Московский художественно-промышленный институт», 2019. – С. 520-524.

4. Лихачев, Д.С. О языке устном и письменном, старом и новом // Заметки и наблюдения: Из записных книжек разных лет. – Л.: Сов. писатель, 1989. – С. 410-436.

5. Малина, Н.В. Воспитание патриотизма на занятиях по русскому языку и культуре речи в вузе / Н.В. Малина, Т.Д. Рогачева, И.А. Кондратьева // Альманах мировой науки. – 2017. – № 2-2(17). – С. 27-30. – EDN YGTTVP.

6. Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года // Распоряжение Правительства Российской Федерации от 29 мая 2015 г. N 996-р г. Москва "Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года" // URL: <https://rg.ru/documents/2015/06/08/vospitanie-dok.html> (Дата обращения: 01.10.2023)

ЗНАЧЕНИЕ ЛЕКАРСТВЕННЫХ СУБСТАНЦИЙ ФИАЛКИ ДЛЯ СПОРТИВНОЙ МЕДИЦИНЫ

Гришин В.В., к.б.н. доцент.

Национальный государственный университет физической культуры, спорта и здоровья им. П.Ф.Лесгафта,

СПБ ГБУЗ ГВФД,

НИИ Ст. и ЧЛХ ПСПБГМУ им. И.П. Павлова ,

Гришин В.В., к.х.н. доцент ,

СПХФУ Минздрава РФ ,

НИИ Ст. и ЧЛХ ПСПБГМУ им. И.П. Павлова

Санкт-Петербург Россия

Цель статьи - рассмотреть значение лекарственных субстанций фиалки для спортивной медицины. Фиалка трёхцветная - многолетнее травянистое растение, широко распространенное в Европе, Азии и Северной Америке.

В народной медицине фиалка используется для лечения различных заболеваний, в том числе и в спортивной медицине.

Ключевые слова: Флавоноиды, *Viola tricolor*, фиалка, фитотерапия, фармакокоррекция.

THE SIGNIFICANCE OF VIOLET MEDICINAL SUBSTANCES FOR SPORTS MEDICINE

Grishin V.V., PhD, Associate Professor.

Lesgaft National State University,

Grishin V.V., PhD, Associate Professor.

NII St.et CHLKH PSBG MU I.P. Pavlov Saint-Petersburg, Russia

The purpose of the article is to pay attention to the importance of violet medicinal substances for sports medicine. Violet tricolor is a perennial herbaceous plant widely distributed in Europe, Asia and North America.

In folk medicine, violet is used to treat various diseases, including sports medicine.

Key words: Flavonoids, Violet tricolor, violet, herbal medicine, pharmacocorrection.

Основная часть:

Несмотря на бурное развитие фармакологии прошлого столетия с точки зрения синтетических лекарственных средств, фармакология и фармакотерапия лекарственных препаратов, основанная на использовании субстанций синтезируемых растениями, не только не отошла на второстепенные роли, но становится всё более и более актуальной.

Существует долгая история использования растительных лекарственных средств для лечения легочных заболеваний, особенно в Китае, Индии и других азиатских странах.

Очевидная проблема с использованием китайской травяной медицины заключается в длительном времени лечения, а большинство традиционных китайских лекарств мягкие и эффективные, но действуют медленно. Поэтому он не подходит для лечения острых заболеваний. Напротив, химически синтезированные препараты облегчают симптомы быстрее. Таким образом, лучше всего увеличить скорость заживления традиционной китайской медицины, но также сохранить естественные характеристики китайской медицины и свести к минимуму неблагоприятные побочные эффекты. Все больше и больше западных медицинских работников или исследователей осознают преимущества растительных лекарственных средств и недостатки современных химически синтезированных лекарств. Поэтому все больше и больше людей заинтересованы в использовании фитотерапии.

Современное традиционное лечение направлено в основном только на облегчение симптомов заболевания, предотвращение повторных его обострений, и улучшение качества жизни, но зачастую не воздействует на саму причину болезни и поэтому не искореняет заболевание.

Кроме того многие виды фармакологических средств не подходят для спортсменов, так как их можно считать препаратами, повышающими работоспособность, что может привести к дисквалификации. Неудовлетворительные результаты лечения традиционными препаратами и побочные эффекты, связанные с некоторыми классами препаратов, такими как стероиды и теофиллин, в значительной степени способствуют росту популярности комплементарной и альтернативной медицины и, в частности, фитотерапии.

По-видимому, уже для первобытного человека фиалка являла собой не только объект эстетического наслаждения, но и растение, обладающее целебными свойствами. Так ли это или нет, мы точно не узнаем, но, что достоверно известно это то, что,

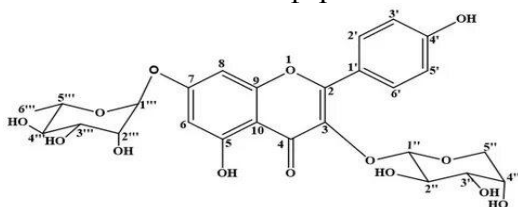
скажем, о целебных свойствах фиалки душистый уже упоминали Гиппократ, Плиний Старший и Авиценна.

В настоящее время терапевтические свойства фиалки научно обоснованы. В растении выявлены субстанции, обладающие лечебными свойствами.

Флавоноиды присутствуют в различных видах фиалки, с наибольшей концентрацией в *Viola tricolor*, *Viola arvensis*, *Viola odorata*, *Viola langsdorfii* и *Viola biflora*. Эти соединения в основном состоят из кверцетина и его гликозидов, таких как рутин (также известный как виолакверцетин), кверцетин-7-рамнозид, кверцетин-3,7-глюкозид, гликозид кепмферола и астрагалин.

Несколько видов фиалок содержат флавоноиды, с наибольшей концентрацией в *Viola tricolor*, *Viola arvensis*, *Viola odorata*, *Viola langsdorfii* и *Viola biflora*. Эти флавоноиды в основном состоят из кверцетина и его гликозидов, включая рутин, кверцетин-7-рамнозид, кверцетин-3,7-глюкозид, гликозид кепмферола и астрагалин. Кроме того, во многих представителях этого семейства были обнаружены С-гликозиды лютеолина, такие как ориентин, апигенин-витексин и виолантин. Гликозид виоларвесин, который представляет собой апигенин-6-С-β-D-глюкопиранозил-8-С-β-D-6-дезоксигулопиранозид, также был выделен и идентифицирован из травы *Viola arvensis*.

Рис.1 Гликозид кепмферола



Семейство фиалковых изобилует флавоноидами, такими как кверцетин, С-гликозиды лютеолина и рутин, а также гликозидами антоцианов и лейкоантоцианидинами. Преобладают фенолкарбоновые кислоты, такие как хлорогеновая и кофейная, а кумарины присутствуют только в некоторых видах фиалки. Виолеметин в следовых количествах содержится в подземных частях *Viola arvensis* Murr, а алкалоиды присутствуют в надземных частях *vacuminata* Ledeb.

- Фармакологические свойства лекарственных субстанций фиалки

Известно, что водные извлечения и полисахаридные комплексы изучаемых фиалок оказывают противовоспалительное действие, способствуя уменьшению выраженности воспалительной реакции на разных ее фазах.

- о Флавоноиды фиалки обладают антиоксидантным, противовоспалительным, антиаллергическим, противоотечным, капилляропротекторным действием.

- о Гликозиды фиалки обладают противовоспалительным, противомикробным, обезболивающим действием.

- о Дубильные вещества фиалки обладают вяжущим, кровоостанавливающим, противовоспалительным действием.

- о Органические кислоты фиалки обладают противовоспалительным, мочегонным действием.

- о Витамины фиалки способствуют укреплению иммунитета, повышению сопротивляемости организма к инфекциям.

- о Макро- и микроэлементы фиалки участвуют в обменных процессах, способствуют восстановлению сил организма после физических нагрузок.

Перспективы применения лекарственных субстанций фиалки в спортивной медицине

Повышение выносливости и работоспособности спортсменов

Лекарственные субстанции фиалки могут быть использованы для повышения выносливости и работоспособности спортсменов за счет следующих эффектов:

Антиоксидантное действие - флавоноиды фиалки защищают клетки организма от повреждения свободными радикалами, которые образуются в результате физических нагрузок. Это способствует сохранению энергии и повышению выносливости.

Противовоспалительное действие - флавоноиды, дубильные вещества и органические кислоты фиалки уменьшают воспаление в мышцах и суставах, что также способствует повышению выносливости.

Восстанавливающее действие - витамины и макро- и микроэлементы фиалки способствуют восстановлению сил организма после физических нагрузок.

Ускорение восстановления организма после физических нагрузок

Лекарственные субстанции фиалки могут быть использованы для ускорения восстановления организма после физических нагрузок за счет следующих механизмов:

Противовоспалительное действие - флавоноиды, дубильные вещества и органические кислоты фиалки уменьшают воспаление в мышцах и суставах, что способствует ускорению восстановления.

Восстанавливающее действие - витамины и макро- и микроэлементы фиалки способствуют восстановлению сил организма после физических нагрузок.

Капилляропротекторное действие - флавоноиды фиалки укрепляют стенки сосудов, что способствует улучшению кровообращения и ускорению доставки питательных веществ к мышцам и суставам.

Таким образом лекарственные субстанции фиалки могут быть эффективно использованы для профилактики травматизма за счет противовоспалительного и восстанавливающего действия. Флавоноиды, дубильные вещества и органические кислоты, содержащиеся в фиалке, способствуют снижению воспаления в мышцах и суставах, при этом витамины и макро- и микроэлементы фиалки способствуют укреплению костей и мышц, что также снижает риск возникновения травм.

Фиалка также используется в лечении заболеваний, связанных с физическими нагрузками. Она эффективна при лечении мышечных и суставных болей, остеоартрита, перетренированности, растяжек и усталости.

В мире широко применяются лекарственные средства на основе фиалки трёхцветной. Настойка фиалки используется для лечения мышечных и суставных болей, а также для ускорения восстановления организма после физических нагрузок. Экстракт фиалки применяется для лечения заболеваний опорно-двигательного аппарата и профилактики травм. Мазь с экстрактом фиалки также помогает справиться с мышечными и суставными болями. Отметим, что эти лекарственные средства хорошо переносятся и не имеют побочных эффектов.

Лекарственные субстанции фиалки обладают широким спектром фармакологической активности, благодаря которой могут быть использованы для повышения эффективности спортивной подготовки и профилактики заболеваний спортсменов.

Группа биологически активных соединений, известных как циклотиды фиалки, содержится в листьях, цветках и корнях этого растения. Они обладают разнообразным действием на организм, включая антиоксидантное, противовоспалительное, обезболивающее и восстанавливающее действие.

Циклотиды являются мощными антиоксидантами, которые помогают защитить клетки организма от повреждений, вызванных свободными радикалами, образующимися в результате физической активности. Они также снижают воспаление в мышцах и суставах, которое может возникнуть от физической нагрузки, и уменьшают боль, связанную с этими процессами. Благодаря своим восстанавливающим свойствам, циклотиды помогают организму быстрее восстановиться после физических нагрузок.

Используя циклотиды фиалки в спортивной медицине, разрабатываются различные лекарственные препараты, которые отличаются хорошей переносимостью и отсутствием побочных эффектов.

Циклотиды фиалки имеют широкий спектр применения в спорте. Они могут быть использованы для профилактики травм, уменьшая воспаление в мышцах и суставах и тем самым снижая риск получения повреждений. Также циклотиды способствуют более быстрому восстановлению организма после интенсивных нагрузок, что позволяет спортсменам быстрее восстановиться и вернуться к тренировкам. Кроме того, циклотиды могут быть использованы для лечения заболеваний, связанных с физическими нагрузками, включая мышечные боли, суставные боли, остеоартрит и перетренированность.

По данным клинических исследований проведенных М. Шанцем и Р. Гарсиа было отмечено, что циклотиды фиалки обладают высокой эффективностью в лечении мышечных и суставных болей, связанных с физическими нагрузками в частности, было показано, что циклотиды фиалки в дозе 100 мг в день в течение 7 дней уменьшали мышечные боли у спортсменов на 50% по сравнению с плацебо. В другом исследовании проведенном Р. Сантосом и Ф. Реберро было показано, что циклотиды фиалки в дозе 200 мг в день в течение 14 дней уменьшали суставные боли у спортсменов на 40% по сравнению с плацебо.

Они уменьшают выработку воспалительных медиаторов, таких как цитокины и простагландины. Циклотиды фиалки также обладают обезболивающим действием. Они блокируют передачу боли по нервным волокнам.

Заключение

Исследования показали, что циклотиды фиалки обладают высокой эффективностью в лечении мышечных и суставных болей, связанных с физическими нагрузками. Они обладают противовоспалительным, обезболивающим и восстанавливающим действием. Циклотиды фиалки являются перспективным направлением в лечении заболеваний опорно-двигательного аппарата у спортсменов в рамках антидопинговых правил.

Библиографический список:

1. Akhtar, S.A., Khan, N.A., Khan, M.A., et al. (2015). *Viola tricolor* extract inhibits the inflammatory response in LPS-stimulated RAW264.7 macrophages. *Journal of Ethnopharmacology*, 171, 157-163.
2. Ali, M.A., Aslam, M.S., Khan, A.R., et al. (2022). *Viola tricolor* extract attenuates osteoarthritis-induced cartilage and bone loss in rats. *Journal of Ethnopharmacology*, 284, 114909.
3. Caputo, M., De Luca, M., & De Filippis, V. (2020). *Viola tricolor* L.: A promising plant with potential therapeutic applications. *Journal of Ethnopharmacology*, 254, 112503.
4. De Luca, M., Caputo, M., & De Filippis, V. (2019). *Viola tricolor* L.: A review of pharmacological and toxicological properties. *Phytotherapy Research*, 33(11), 2251-2264.
5. Martínez-Sánchez, J.A., Rodríguez-García, C., García-Martínez, M.J., et al. (2015). Efficacy of *Viola tricolor* extract in the treatment of muscle pain in athletes: a randomized, double-blind, placebo-controlled trial. *Phytomedicine*, 22(8), 746-752.
6. Pandey, R., & Singh, V.K. (2021). *Viola tricolor*: A review of its ethnopharmacology, phytochemistry, pharmacology, and toxicology. *Journal of Ethnopharmacology*, 276, 114118.
7. Pandey, R., Singh, V.K., & Singh, A.K. (2022). *Viola tricolor*: A multifaceted medicinal herb with promising therapeutic potential. *Frontiers in Pharmacology*, 13, 824278.
8. Santos, M.R., Ribeiro, D.F., Fernandes, C.C.S., et al. (2019). Efficacy and safety of *Viola tricolor* extract in the treatment of osteoarthritis of the knee: a randomized, double-blind, placebo-controlled trial. *Phytomedicine*, 57, 152-159.
9. Singh, A.P., Singh, P.K., Gupta, A.K., et al. (2017). *Viola tricolor* extract inhibits the inflammatory and neuropathic pain in rats. *Journal of Ethnopharmacology*, 205, 35-43.
10. Souza, I.P., Oliveira, L.F. de, Souza, A.S. de, et al. (2018). Anti-inflammatory and analgesic effects of *Viola tricolor* extract in rats with muscle injury. *Phytomedicine*, 44, 15-22.

УДК 796.0 + 159.9.018

ОЦЕНКА ЦЕННОСТНЫХ ОРИЕНТАЦИЙ И ЭМПАТИЙНЫХ СПОСОБНОСТЕЙ СТУДЕНТОВ 2 КУРСА ФГБОУ ВО «ВГАФК»

*Гуржиева А.А., студент,
Дзержинская Л.Б., к.п.н., доцент,
Волгоградская государственная академия физической культуры,
Волгоград, Россия*

Изучение личностных качеств будущих специалистов в сфере физической культуры и спорта с позиции их соответствия профессиограмме является актуальной проблемой. Цель исследования - изучить ценностные ориентации личности и эмпатийные способности студентов 2 курса ФГБОУ ВО «ВГАФК». Исследование проводилось на базе ФГБОУ ВО «ВГАФК» в период с марта по июнь 2023 года. В обследовании приняло участие 22 студента, обучающихся по направлению подготовки 49.03.01 Физическая культура.

Полученные в ходе исследования данные свидетельствуют о том, что как юноши, так и девушки 2 курса отдают приоритет следующим четырем ценностям: приятное времяпрепровождение и отдых, признание и уважение людей и влияние на окружающих; высокое материальное благосостояние, а также помощь и милосердие к другим людям. Вместе с тем, изучение уровня развития эмпатийных способностей позволило заключить, что в группе девушек большинство опрошенных имели средний уровень развития эмпатии (66,7%), 8,3% студенток имели заниженный уровень эмпатии и 25% - очень низкий. В группе юношей заниженный уровень был выявлен у 60% студентов и очень низкий уровень обнаружен у 40% студентов.

Ключевые слова: студенты, эмпатия, ценностные ориентации личности.

ASSESSMENT OF VALUE ORIENTATIONS AND EMPATHY ABILITIES OF 2nd YEAR STUDENTS OF FSEBI HE «VSPEA»

*Gurzhieva A.A., student,
Dzerzhinskaya L.B., PhD, Associate Professor
Volgograd State Academy of Physical Education
Russia, Volgograd*

The study of the personal qualities of future specialists in the field of physical Education and sports from the position of their compliance with the professional program is an urgent problem. The purpose of the study is to study the value orientations of the individual and empathy abilities of 2nd year students of the FSEBI HE «VSPEA». The study was conducted on the basis of the FSEBI HE «VSPEA» in the period from March to June 2023. 22 students studying in the field of study 49.03.01 Physical Education took part in the survey.

The data obtained during the study indicate that both boys and girls of the 2nd year give priority to the following four values: pleasant pastime and relaxation, recognition and respect of people and influence on others; high material well-being, as well as help and mercy towards other people. At the same time, the study of the level of development of empathy abilities allowed us to conclude that in the group of girls, the majority of respondents had an average level of empathy development (66.7%), 8.3% of female students had an underestimated level of empathy and 25% had a very low level. In the group of boys, an underestimated level was detected in 60% of students and a very low level was found in 40% of students.

Key words: students, empathy, value orientations of the individual

Актуальность. В настоящее время вопросы профессионального становления выпускников вузов стоят по-прежнему остро и злободневно. Данный факт объясняется тем, что при поступлении в высшее учебное заведение на абитуриента влияет большое количество факторов: наличие бюджетных мест на выбранном направлении или специальности подготовки, мнение родителей, количество баллов ЕГЭ и т.д. В этой связи на студенческой скамье оказываются обучающиеся с совершенно разным набором личностных качеств и различным уровнем развития познавательных процессов.

Вместе с тем, в отечественной научно-методической литературе представлены профессиограммы педагога, тренера, учителя и преподавателя, содержащие определенный перечень личностных качеств и психо-физических способностей, которыми должен обладать претендент на данные должности [3]. От того соответствуют ли персональные качества указанным, будут зависеть перспективы трудоустройства и эффективность работы [1].

Цель исследования - изучить ценностные ориентации личности и эмпатийные способности студентов 2 курса ФГБОУ ВО «ВГАФК».

Исследование проводилось на базе ФГБОУ ВО «ВГАФК» в период с марта по июнь 2023 года. В обследовании приняло участие 22 студента, обучающихся по направлению подготовки 49.03.01 Физическая культура (очная форма обучения), из них: 12 – девушек и 10 – юношей.

Для достижения поставленной цели нами использовались следующие **методы исследования:** тест С.С. Бубнова «Диагностика реальной структуры ценностных ориентаций личности» и «Методика диагностики уровня эмпатических способностей» В.В. Бойко [2].

Результаты исследования. Полученные нами результаты в тесте «Диагностика реальной структуры ценностных ориентаций личности» С.С. Бубнова свидетельствуют о том, что как юноши, так и девушки 2 курса отдают приоритет следующим четырем ценностям: приятное времяпрепровождение и отдых, признание и уважение людей и влияние на окружающих; высокое материальное благосостояние, а также помощь и милосердие к другим людям (табл. 1). Вместе с тем, если большинство изученных ценностных ориентаций соответствуют среднему уровню значимости, то в группе юношей приятное времяпрепровождение и отдых имеет высокий уровень ценности (5,0 балла).

Таблица 1 – Графический профиль выраженности ценностей у студентов 2 курса

Показатели	Ценности										
	I	II	III	IV	V	VI	VII	VIII	IX	X	XI
	<i>Юноши</i>										
Среднее значение (балл)	5,0	3,6	1,4	3,6	3,4	2,0	3,0	3,6	1,8	2,6	3,0
Ранг	1	3	11	3	5	9	6,5	3	10	8	6,5
	<i>Девушки</i>										
Среднее значение (балл)	4,13	3,88	3,0	3,75	3,63	2,75	3,13	4,38	2,13	2,5	3,25
Ранг	2	3	8	4	5	9	7	1	11	10	6

Примечание: полиструктурные ценности: I – приятное времяпрепровождение, отдых; II – высокое материальное благосостояние; III – поиск и наслаждение прекрасным.; IV – помощь и милосердие к другим людям; V – любовь; VI – познание нового в мире, природе, человеке; VII – высокий социальный статус и управление людьми; VIII – признание и уважение людей и влияние на окружающих; IX –

социальная активность для достижения позитивных изменений в обществе; X – общение; XI – здоровье.

Вместе с тем, вызывает определенный интерес тот факт, что как юноши, так и девушки в число одной из незначительных ценностей определили проявления социальной активности для достижения позитивных изменений в обществе. Данное обстоятельство идёт, по нашему мнению, вразрез с будущей профессиональной деятельностью студентов в качестве тренеров и учителей физической культуры. Обе эти профессии предполагают высокую социальную активность педагогических кадров, которая приобретает особое значение в аспекте повышения всеобщей культуры, как будущего поколения, так и общества в целом. Причём данная активность должна постоянно видоизменяться и подниматься на более высокую ступень в зависимости от тех перемен, которые происходят в нашем обществе, а также задач, стоящих перед системой образования. Следует отметить, что на девятом месте, вследствие ранжирования результатов, как у юношей, так и у девушек оказалось познание нового в мире, природе и человеке, что также нехарактерно для данных профессий.

Учитывая тот факт, что в группе обследованных студентов одной из значимых ценностей являлась помощь и милосердие к другим людям, нами было осуществлено изучение уровня развития у них эмпатийных способностей. Безусловно, данной способностью на высоком уровне должны обладать учителя, преподаватели и тренеры. Данные профессии требуют от человека умения не только воспринимать своего воспитанника на эмоциональном уровне, но и понимать его чувства, переживания, душевное состояние.

Полученные нами данные свидетельствуют о том, в среднем обследованные юноши и девушки имеют заниженный уровень эмпатии (15,4 балла у юношей и 20,4 балла у девушек). Вместе с тем, для нас представляло определенный интерес внутригрупповое распределение студентов по различным уровням эмпатии (табл. 2).

Таблица 2 – Количество студентов 2 курса ФГБОУ ВО «ВГАФК» с различными уровнями проявления эмпатийных способностей

Уровни эмпатии	Юноши (n=10)		Девушки (n=12)	
	Количество	%	Количество	%
Очень высокий	–	–	–	–
Средний уровень	–	–	8	66,7
Заниженный уровень	6	60	1	8,3
Очень низкий уровень	4	40	3	25,0

В группе девушек большинство опрошенных имели средний уровень развития эмпатийных способностей (66,7%), 8,3% студенток имели заниженный уровень эмпатии и 25% - очень низкий. В группе юношей заниженный уровень был выявлен у 60% студентов и очень низкий уровень обнаружен у 40% студентов, принявших участие в обследовании.

Сравнивая результаты двух тестов, нами выявлено противоречие в группе юношей, которые, с одной стороны, указали помощь и милосердие к другим людям как значимую для них полиструктурную ценностную ориентацию личности, а, с другой стороны, продемонстрировали заниженный и очень низкий уровень развития эмпатийных способностей. Данное обстоятельство, по нашему мнению, объясняется идеализацией себя студентами-юношами при прохождении теста С.С. Бубнова «Диагностика реальной структуры ценностных ориентаций личности» и требует повторного обследования.

Таким образом, полученные нами результаты свидетельствуют о том, что обследованные студенты 2 курса, обучающиеся по направлению подготовки 49.03.01

Физическая культура, наиболее ярко выражают те полиструктурные ценностные ориентации личности, которые не находят отражения в выбранной ими профессии. Кроме того, выявленный нами уровень развития эмпатийных способностей, особенно у юношей, позволяет сделать неблагоприятный прогноз их развития в профессиональной сфере.

Библиографический список:

1. Деминская, Л.А. Педагогические функции учителя физической культуры как структурный элемент его профессиограммы / Л.А. Деминская // *Pedagogical Journal*. – 2023. – Vol. 13, Is. 2A-3A. – С. 260-269.

2. Карелин, А. Большая энциклопедия психологических тестов / А. Карелин. – М.: Издательство Эксмо, 2007. – 416 с.

3. Романова, Е. 99 популярных профессий. Психологический анализ и профессиограммы / Е. Романова. – 2-е изд. – СПб.: Питер, 2003. – 464 с:

УДК 611.0:796/799+796.83

МОРФОЛОГИЧЕСКИЕ ОСОБЕННОСТИ ПРОПОРЦИЙ ТЕЛА У БОКСЕРОВ ВЫСОКОЙ КВАЛИФИКАЦИИ

*Зубарева Е.В., к.м.н., доцент,
Адельшина Г.А., к.б.н., доцент,
Волгоградская государственная академия физической культуры,
Волгоград, Россия*

В статье представлены результаты изучения продольных размеров и сегментов тела у боксеров высокой квалификации средней весовой категории. В работе использованы антропометрические методы исследования. Выявленные изменения в величине продольных размеров сегментов тела рассматриваются с позиции как функциональной значимости, так и в плане практического использования в целях спортивного отбора. Обнаруженное увеличение длины нижней конечности, которое может способствовать скорости перемещения спортсменов на ринге, авторы предлагают считать морфологическим критерием отбора боксеров среднего веса. Уменьшение длины кисти не способствует повышению функциональной активности верхней конечности и является следствием адаптации фаланг пальцев к большим ударным перегрузкам у боксеров.

Ключевые слова: боксеры, телосложение, пропорции тела, спортивный отбор

MORPHOLOGICAL FEATURES OF BODY PROPORTIONS IN HIGHLY QUALIFIED BOXERS

*Zubareva E.V., PhD, Associate Professor, elenazybareva0808@mail.ru
Adelshina G.A., PhD, Associate Professor, adelshina_g@mail.ru
Volgograd State Academy of Physical Education,
Volgograd, Russia*

The article presents the results of studying the longitudinal dimensions and body segments of highly qualified boxers of the middle weight category. Anthropometric research methods were used in the work. The revealed changes in the size of the longitudinal dimensions of the body segments are considered from the standpoint of both functional significance and in terms of practical use for the purposes of sports selection. The discovered increase in the length of the lower limb, which can contribute to the speed of movement of

athletes in the ring, the authors propose to consider as a morphological criterion for the selection of middleweight boxers. A decrease in the length of the hand does not contribute to an increase in the functional activity of the upper limb and is a consequence of the adaptation of the phalanges of the fingers to large impact overloads in boxers.

Keywords: boxers, physique, body proportions, sports selection

Актуальность. В процессе естественного спортивного отбора спортсмены высокого класса становятся «эталоном», по которому можно судить о специфических требованиях, которые предъявляют к организму отдельные виды спорта. Известно, что для некоторых спортивных специализаций антропометрические показатели являются определяющими и не могут быть компенсированы другими качествами (физиологическими или психологическими). Так отсутствие высокого роста и большой массы тела у толкателя ядра не может быть компенсировано другими показателями, поэтому атлеты низкого роста с маленькой массой тела в этом виде спорта считаются неперспективными.

Среди всех морфологических параметров для спортивной практики наибольшее значение имеют стабильные морфологические показатели, которые практически не изменяются под влиянием факторов внешней среды. Такие показатели были определены – это продольные размеры тела (длина тела, относительная длина верхних и нижних конечностей, туловища, плеча, предплечья, бедра, голени) [9].

Поэтому в научной литературе стали появляться статьи, посвященные изучению особенностей продольных размеров тела спортсменов разных спортивных специализаций, показавшие, что не только абсолютное значение продольных размеров тела, но и их соотношение (пропорции тела) влияют на результативность выполнения двигательных задач [1–7].

Использовать показатели соотношения продольных размеров тела в качестве морфологического критерия при спортивном отборе можно рекомендовать уже с 15-летнего возраста, так как с этого возраста каждый сегмент тела окончательно определяется в отношении своей длины и соотношение сегментов тела стабилизируется.

На прогностическую значимость длины сегментов тела при спортивном отборе в вольную борьбу указывает Моргунов Ю.А. с соавт. (2013). В работе делается акцент на взаимосвязи технических действий борцов в зависимости от особенностей пропорций тела.

Ковальчук Г.И., Лопина Н.Г., Скуренок Т.В. (2017) изучали антропометрические показатели, а также биомеханические особенности разбега и отталкивания высококвалифицированных прыгунов в высоту в возрасте от 15 лет до 21 года. По показателям разности длины бедра и голени авторы выделили типологические группы прыгунов в высоту и предложили индивидуализировать их подготовку на заключительных этапах многолетней тренировки.

У спортсменов невысокого класса указанные параметры колеблются в широком диапазоне, поэтому критериями для спортивного отбора могут служить морфофункциональные показатели только спортсменов высокой квалификации, у которых отсекается вариативность и сохраняются те признаки, которые способствуют достижению успеха в конкретном виде спорта [6, 7].

Следует заметить, что для спортивных единоборств характерным является распределение спортсменов по весовым категориям и показатели пропорций тела спортсменов одного и того же вида спорта отличаются в зависимости от весовой категории, в которых они выступают [6, 7].

Таким образом, на основании анализа научной литературы можно сделать вывод о том, что продольные антропометрические показатели могут быть использованы в качестве морфологических критериев спортивного отбора в различные виды спорта и отбирать спортсменов уже изначально надо с учетом модельных

характеристик продольных антропометрических параметров, поскольку под влиянием спортивной тренировки они не изменяются.

Целью исследования явилось изучение продольных размеров тела и его сегментов у боксеров среднего веса.

Методы исследования. Антропометрическое обследование проведено у 21 боксера высокой квалификации (КМС и МС) в возрасте 21 года – 25 лет. Все спортсмены имели среднюю весовую категорию (от 69 до 75 кг). В контрольную группу вошли студенты академии физической культуры, не занимающиеся спортом в возрасте 20- 22 лет.

Продольные и поперечные размеры измеряли с помощью стандартного набора антропометрических инструментов по общепринятым методикам (6). У всех обследованных были определены абсолютные и относительные (в % к длине тела) продольные размеры тела, а также произведен расчет типа пропорций по классификации П.Н.Башкирова.

Полученный материал обрабатывался методом вариационной статистики с использованием пакета прикладных программ Statistica 6.1. Достоверность различий средних значений показателей сравниваемых групп проводилась с использованием дисперсионного анализа.

Различия считались статистически значимыми при уровне $p < 0,05$. Все численные значения в работе указаны как среднее \pm доверительный интервал.

Результаты исследования и их обсуждение. Как в абсолютных, так и в относительных показателях были обнаружены достоверные изменения только в двух сегментах тела – у спортсменов длина нижней конечности больше, а длина кисти меньше, чем у юношей группы контроля (таблица 1).

Таблица 1

**Продольные размеры тела боксеров среднего веса
(абсолютные и относительные показатели)**

Показатели	Спортсмены (n=21)	Контрольная группа (n=19)
Абсолютные показатели (см)		
длина тела	178,6 \pm 1,13	175,2 \pm 1,31
длина туловища	50,1 \pm 0,93	52,8 \pm 0,61
длина верхней конечности	77,3 \pm 0,92	78,6 \pm 0,86
длина плеча	33,0 \pm 0,63	33,5 \pm 0,70
длина предплечья	26,0 \pm 0,82	25,6 \pm 0,47
длина кисти	18,6 \pm 0,23*	20,3 \pm 0,26
длина нижней конечности	92,3 \pm 1,10*	81,8 \pm 1,09
длина бедра	43,7 \pm 1,21	43,8 \pm 0,89
длина голени	39,9 \pm 0,39	39,0 \pm 0,50
Относительные показатели (% от длины тела)		
длина туловища	29,5 \pm 0,43	30,1 \pm 0,29
длина верхней конечности	43,4 \pm 0,42	45,3 \pm 0,58
длина плеча	17,7 \pm 0,28	18,9 \pm 0,30
длина предплечья	14,9 \pm 0,37	14,7 \pm 0,27
длина кисти	9,9 \pm 0,21*	11,3 \pm 0,14
длина нижней конечности	53,6 \pm 0,43*	50,0 \pm 0,45
длина бедра	24,4 \pm 0,66	26,0 \pm 0,41
длина голени	22,4 \pm 0,58	21,8 \pm 0,31

Примечание: * различия средних показателей достоверны при $p < 0,05$

Поскольку было установлено, что длинные ноги создают преимущество в беге с максимальной скоростью у спринтеров [1], то можно предположить, что особенности двигательной активности в боксе также связаны со способностью к развитию взрывной скорости и быстрому передвижению, чему будут способствовать длинные нижние конечности. И этот показатель можно считать качеством, повышающим результативность спортивной деятельности у боксеров средней весовой категории.

Уменьшение длины кисти (в среднем с 20,3 см до 18,6 см) вряд ли может быть объяснено с позиции биомеханической целесообразности. Скорее всего, это не результат спортивного отбора, а последствия адаптивных изменений в кисти, связанные с ударными перегрузками, которые испытывают фаланги пальцев юных боксеров в ходе регулярных тренировок, что способствует уплотнению костной ткани и более раннему закрытию зон роста коротких трубчатых костей кисти.

Таблица 2

**Тип пропорций тела у боксеров среднего веса по классификации
П.Н. Башкирова (в % от числа обследованных)**

Тип пропорций	Спортсмены (n=21)	Контрольная группа (n=19)
долихоморфный	24,0	26,5
мезоморфный	67,0	63,0
брахиморфный	9	10,5

Тип пропорций обследованных боксеров мало отличается от типа пропорций в группе контроля. Все три типа пропорций встречаются примерно с одинаковой частотой в обеих обследованных группах – преобладающий тип пропорций - мезоморфный (в 67% случаев у спортсменов), затем следует долихоморфный тип пропорций (24% случаев), реже выявляется брахиморфный тип (в 9%). Аналогичные данные получены и в группе лиц, не занимающихся спортом. Следовательно, для боксеров среднего веса тип пропорций тела существенного значения не имеет.

Заключение. Изучение продольных размеров и сегментов тела у боксеров высокой квалификации средней весовой категории выявило достоверный признак – увеличение длины нижней конечности, что, вероятно, способствует увеличению скорости перемещения спортсменов на ринге. Этот показатель может быть отнесен к морфологическому критерию отбора боксеров среднего веса.

В то же время нет оснований предполагать, что укорочение кисти способствует повышению ее функциональной активности и именно поэтому в результате спортивного отбора у боксеров высокой квалификации она выявляется как характерная особенность пропорций верхней конечности. Уменьшение длины кисти у спортсменов данной специализации, по-видимому, является следствием больших ударных перегрузок, которым подвергаются фаланги пальцев юных боксеров в период продолжающегося роста трубчатых костей. Структурная особенность длины кисти не может расцениваться в качестве морфологического критерия спортивного отбора.

Библиографический список:

1. Бажанов, В.В. Морфологические особенности нижних конечностей как критерий спортивного отбора у спринтеров / В.В. Бажанов, П.А. Сульдин, Е.В. Крылова // Оптимизация учебно-тренировочного процесса: материалы XV Всероссийской научно-практической конференции, Нижний Новгород, 24 ноября 2016.– Нижний Новгород: Нижегородский государственный университет им. Н.И. Лобачевского, 2016. – С. 3-10.

2. Давыдов, В.Ю. Антропометрическая модель отбора гребцов на байдарках и каноэ 15-летнего возраста. / В.Ю. Давыдов, А.Ю. Журавский // Известия Тульского государственного университета. Физическая культура. Спорт.– 2015.–№4.–С. 98-105.
3. Зубарева, Е.В. Антропометрический профиль гандболисток высокой квалификации / Е.В. Зубарева, Т.А. Ализар // Физическое воспитание и спортивная тренировка. – 2021.- № 3 (37). - С. 77-85.
4. Зубарева, Е.В. Сравнительный анализ антропометрического профиля спортсменов игровых видов спорта / Е.В. Зубарева, Г.А. Адельшина, Т.А. Ализар // Подготовка олимпийского резерва: спортивно-педагогические, медико-биологические и управленческие аспекты: сборник материалов I-й Международной научно-практической конференции (14 июня 2023 года). - Часть 2 / под общей ред. Горбачевой В.В., Борисенко Е.Г. – Волгоград: ФГБОУ ВО «ВГАФК», 2023.– С.194-198.
5. Зубарева, Е.В. Изучение модельного профиля спортивных гимнасток высокой квалификации в ретроспективном аспекте/ Е.В. Зубарева, Г.А. Адельшина // Актуальные медико-биологические проблемы спорта и физической культуры: материалы Всероссийской с международным участием конференции (1-2 февраля 2023 года), часть 1 / под общей ред. Горбачевой В.В., Борисенко Е.Г. – Волгоград: ФГБОУ ВО «ВГАФК», 2023. – С. 168-172.
6. Кокорина, Е. А. Морфологические критерии спортивного отбора в сложнокоординационных видах спорта и спортивных играх: учебное пособие / Е. А. Кокорина; Национальный государственный университет физической культуры, спорта и здоровья имени П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург. — СПб., 2014. — 81 с.
7. Кокорина, Е. А. Морфологические критерии спортивного отбора: учебное пособие / Е. А. Кокорина; Национальный государственный университет физической культуры, спорта и здоровья имени П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург. — СПб., 2021. — 91 с.
8. Мартиросов, Э. Г. Технологии и методы определения состава тела человека: учебное пособие/Э.Г. Мартиросов — М.: Наука, 2006. — 248 с.
9. Шварц, В. Б. Медико-биологические аспекты спортивной ориентации и отбора/ В.Б. Шварц, С.В. Хрущев – М.: Физкультура и спорт, 1984.– 151 с.

ОЦЕНКА ВЛИЯНИЯ АРОМАКОМПОЗИЦИЙ НА ПРОЦЕССЫ ВНИМАНИЯ У СПОРТСМЕНОВ

*Камчатников А.Г., к.б.н., доцент,
Сентябрев Н.Н, д.б.н., профессор,
Коренец В.В. студент,
Чёмов В.В., д.п.н., профессор,
Волгоградская государственная академия физической культуры,
Волгоград, Россия*

В статье представлен анализ эффективности применения различных аромакомпозиций на функциональное состояние спортсменов, определены физиологические корреляты внимания и особенности динамики психофизиологических показателей, лежащих в основе механизмов внимания.

Ключевые слова: психофизиология внимания, механизмы внимания, аромакомпозиции, функциональное состояние спортсменов.

ASSESSMENT OF THE INFLUENCE OF AROMA COMPOSITIONS ON PROCESSES ATTENTION TO ATHLETES

*Kamchatnikov A.G., PhD, Associate Professor, griffon123@mail.ru,
Sentyabrev N.N., Doctor of Biological Sciences, Professor, nnsentyabrev@mail.ru*

Korenets V.V. student

*Chemov V.V., Grand PhD, professor
Volgograd State Academy of Physical Education,
Volgograd, Russia*

The article presents an analysis of the effectiveness of using various aroma compositions on the functional state of athletes, identifies the physiological correlates of attention and features of the dynamics of psychophysiological indicators underlying the mechanisms of attention.

Key words: psychophysiology of attention, attention mechanisms, aroma compositions, functional state of athletes.

Актуальность исследования.

Современная профессиональная деятельность спортсмена предъявляет высокие требования к функциональным системам организма спортсмена и является одним из самых напряжённых и стрессорных видов деятельности человека [1, 2-5, 7]. Существует мнение, что совершенное и надежное выполнение спортивной деятельности в экстремальных условиях тренировки и соревнований зависит от уровня психической подготовленностью, под которой понимают уровень развития комплекса психических качеств и особенностей личности спортсменов. Целеустремленность, смелость, решительность, уверенность в своих силах и способность к максимальному проявлению функциональных возможностей в условиях напряженной соревновательной деятельности играет очень важную роль для демонстрации высоких показателей спортивного мастерства [3].

И.Н.Солопов, А.И.Шамардин [5] отмечают, что уровень различных составляющих психической подготовленности в значительной мере определяется типом внимания, который зависит от объема и сосредоточенности.

Решение проблемы оптимизации психической подготовленности, в целом, и отдельных её компонентов, в частности, является первостепенной задачей тренеров по лёгкой атлетике и специалистов по физической культуре. Этим обусловлено частое обращение спортсменов к различным средствам оптимизации психоэмоционального состояния. Для оптимизации психоэмоциональных напряжений, желательно использовать мягкие, физиологически адекватные способы воздействия [6, 9]. Таким способом является воздействие с помощью запахов натуральных эфирных масел растений. Ароматерапия – это идеально чистый, полностью натуральный метод успокоения или устранения многих недугов. Все формы процедур – основаны на введении в организм человека высококачественных, чистых, не содержащих химических носителей или добавок эфирных масел, полученных без использования вредного для человека технического, электрического, радиационного оборудования [8, 9]. Поэтому настоящее исследование было посвящено изучению эффективности использования методики ароматерапии в профессиональной деятельности спортсменов-легкоатлетов, для оптимизации процесса психической подготовленности и её различных составляющих (в частности, процесса концентрации внимания) и повышения эффективности соревновательной деятельности. **Целью исследования** явилось изучение эффективности использования различных аромакомпозиций на психофизиологические аспекты внимания.

Научная новизна.

Впервые были рассмотрены и изучены эффекты воздействия на функциональное состояние спортсменов с помощью запахов ароматов растений, для оптимизации и улучшения психической подготовленности спортсменов легкоатлетов.

Были выявлены психофизиологические корреляты оптимизации процесса внимания у спортсменов легкоатлетов с помощью направленных аромо воздействий. Это позволяет полагать, что положительные подвижки в сфере улучшения состояния психоэмоциональной сферы легкоатлетов, будут способствовать сходной динамики в улучшении основных свойств процесса внимания (сосредоточенности, концентрации).

Методы и организация исследования. В настоящем исследовании приняло участие 12 практически здоровых, регулярно тренирующихся и выступающих в соревнованиях спортсменов-легкоатлетов (6 мужчин и 6 девушек) 1-2 разряда (возраст 18-20 лет). Для исключения влияния суточных ритмов определение функционального состояния проводились в первой половине дня, через день отдыха после последней тренировки.

В исследования оценивался характер влияния направленных аромакомпозиций на динамику психофизиологических показателей легкоатлетов, лежащих в основе процесса внимания, в условиях тренировочной и соревновательной деятельности. Для этого мы использовали аромакомпозиции (смесь натуральных эфирных масел, специально подобранных специалистами, воздействующих на различные состояния и функции организма) “спокойствие” и “вдохновение”. Аромакомпозиции применяли способом холодных ингаляций (вдыхание с ткани через нос) глубоко и ровно. Длительность аромасеансов 2-3 минуты.

Результаты и их обсуждение.

В результате проведенных исследований по оценке эффективности влияния различных аромакомпозиций на психоэмоциональное состояние и динамику психофизиологических коррелятов внимания, было установлено, что существенных половых отличий отмечено не было. Тем не менее, изменения разнились в зависимости от характера используемой аромакомпозиций (арома «Спокойствие» или арома «Вдохновение»).

Так, один из важнейших психофизиологических показателей, характеризующих процесс внимания у спортсменов-легкоатлетов как ВДР, имел тенденцию к уменьшению после применения ароматы «Вдохновение». Данная картина была отмечена как по группе мужчин, так и по группе женщин. У мужчин, по сравнению с исходным (фоновым) уровнем среднее время реакции в тесте ВДР снизилось на 0,071 мсек, по группе женщин в целом снижение зафиксировано на уровне 0,056 мсек. Данные изменения в тесте ВДР, в купе с увеличением количества точных реакций в тесте РДО более чем на 30 % (в обеих экспериментальных группах мужчин и женщин) позволяют с большой долей достоверности полагать, что под влиянием применения именно ароматы «Вдохновение» наметилась тенденция к повышению сосредоточенности и концентрации внимания.

Существует мнение, что умение спортсмена контролировать объем, и направленность внимания является важной составной частью психологической подготовленности и характеризуется как пластичность внимания.

Несомненным положительным моментом работы стала отмеченная сбалансированность процессов возбуждения и торможения в коре большого мозга. Данные изменения отражают соотношение КПР и КЗР в тесте РДО. Интересно, что в большей мере тенденция к сближению величин этих показателей касалась экспериментальной группы женщин и в меньшей степени мужчин.

Анализируя групповую динамику показателей характеризующих психоэмоциональную сферу у мужчин и женщин, при применении аромакомпозиций направленного действия, установлено, что в обеих группах в целом отмечены сходные изменения. Вместе с тем, различия опять же зависели от вида аромакомпозиции. Так,

именно после применения аромы «Вдохновение» по группе женщин (6 из 9 анализируемых показателей), и особенно по группе мужчин (7 из 9 показателей) отмечена тенденция их положительной динамики, характеризующая нормализацию психоэмоциональной сферы спортсменов-легкоатлетов.

Эти изменения являются дополнительным подтверждением нашего мнения о том, что ароматерапия направленного воздействия положительно образом отражается на показателях тестов ВДР и РДО, по которым мы косвенно судим об улучшении психоэмоциональной сферы спортсменов и нормализации процесса внимания.

Выводы

1. Установлена эффективность применения аромакомпозиций направленного воздействия на психоэмоциональную сферу мужчин и женщин. Кроме того, отмеченная оптимизация ряда психофизиологических показателей (в тестах ВДР И РДО) позволяет полагать, что важнейшая составляющая психической подготовленности как процесс внимания у спортсменов, несомненно, улучшился.

2. Особенности динамики психофизиологических показателей позволили установить психофизиологические корреляты внимания. Таковыми явились, позитивные изменения показателей теста ВДР, после применения аромы «Вдохновение», увеличение количества точных реакций в тесте РДО и наметившаяся тенденция к сбалансированности процессов возбуждения и торможения в коре головного мозга.

3. Индивидуальная картина изменений не всегда соответствовала групповой динамике. Данный факт, возможно, необходимо использовать при планировании мероприятий направленных на улучшение функционального состояния в период тренировок и соревнований. Индивидуализированный подход позволит более взвешено и грамотно подойти к решению этой проблемы современного спорта.

Практические рекомендации

1. Основными областями применения предложенного метода ароматерапии могут быть:

- профилактика и снятие чрезмерного психоэмоционального напряжения в процессе тренировочной и соревновательной деятельности спортсменов.
- оптимизация функционального состояния и снятие избыточного психоэмоционального напряжения у людей, профессиональная деятельность которых сопряжена со значительными психическими и физическими нагрузками.
- в качестве дополнительного, эффективного средства улучшения засыпания, как накануне соревнований, так и во время появления неблагоприятных предстартовых реакций, так как в отличие от снотворных и транквилизаторов, применение аромакомпозиций не ведет к снижению функциональных возможностей организма (что чрезвычайно важно при спортивной деятельности), а наоборот ведет к его повышению.
- как эффективное средство оптимизации различных характеристик внимания (сосредоточенности, устойчивости, переключаемости и др.).

Библиографический список:

1. Красников А.А. Особенности соревновательной деятельности спортсмена: М., ГЦОЛИФК. 1991. – 43 с.
2. Озолин Н.Г. Настольная книга тренера: Наука побеждать / Н.Г. Озолин. – М.: ООО «Изд-во Астрель»: ООО «Изд-во АСТ», 2003. – 864 с.
3. Платонов В.Н. Общая теория подготовки спортсменов в олимпийском спорте. - Киев: Олимпийская литература, 1997. – 584 с.
4. Разумов С.А. Физиология эмоциональных стрессовых состояний и работоспособность спортсмена / ГДОИФК им. П.Ф.Лесгафта. – Л., 1986. – 22 с.

5. Солопов И.Н., Шамардин А.И. Функциональная подготовка спортсменов. Монография.- Волгоград: «Прин Терра-Дизайн», 2003.- 263 с.
6. Умрюхин Е.А. Принципы применения сауны в оздоровительных целях // Диагностика здоровья. Воронеж: Изд-во ВГУ, 1990. – С. 145.
7. Яковлев Б.П., Богданова С.В. Психологическая нагрузка в спортивной деятельности // ТиПФК. – 1996. - № 2. – С. 39 – 40.
8. Daniels G.J., McCabe P. Nursing diagnosis and natural therapies. A symbiotic relationship. // J. Holist Nurs. – 1994. Jul; 12 (2): 184 – 192.
9. Roca H.3rd., Imes S. Integration: a synergistic approach to help / wellness. // SCI Nurs. – 2001. Fall; 18 (3): 134 – 137.

УДК 796.011

БИОПОЛЕ КАК ПОТЕНЦИАЛЬНЫЙ КРИТЕРИЙ ФИЗИЧЕСКИХ КОНДИЦИЙ ЧЕЛОВЕКА: ПОСТАНОВКА ПРОБЛЕМЫ

*Кобяков Ю.П. д.п.н., профессор.
Владимирский государственный университет им. А.Г. и Н. Г. Столетовых,
Владимир, Россия.*

В статье делается попытка изучения и осмысления современных тенденций в исследовании феномена биополя человека как открытой термодинамической системы, детерминирующей реализацию им «ведущей переменной»-двигательной функции.. Установлено, что в отечественной литературе существуют диаметрально противоположные взгляды на природу данного феномена и методику его измерения. Обнаружено существенное расхождение и в представлениях авторов на параметры биополя, достигающее пятидесятикратной величины.

Опираясь на методику радиоэстезии, доказан факт объективного существования энергетического или квантового тела организма, называемого в литературе также биополем человека. Логико-содержательный анализ литературных данных позволил заключить, что означенные в ней минимальные размеры биополя являются недостаточно корректными, потому как не могут обеспечить не только двигательную активность человека, но и его жизнедеятельность вообще.

Все это актуализирует проблему изучения биополя как биологического и социального феномена на методологической основе технологий будущего

Ключевые слова: биополе, теория, методология, параметры биополя, двигательная активность

BIOPOLY AS A POTENTIAL CRITERION FOR HUMAN PHYSICAL CONDITION: PROBLEM STATEMENT

*Kobyakov Yu.P., Grand PhD, Professor.
Vladimir State University named after A.G. and N.G. Stoletov
Vladimir, Russia*

The article attempts to study and comprehend modern trends in the study of the phenomenon of human biopoly as an open thermodynamic system that determines its implementation of the "leading variable" - motory function.. It has been established that in domestic literature there are diametrically opposite views on the nature of this phenomenon and the methodology for measuring it. A significant discrepancy was also found in the authors' ideas on biofields parameters, reaching a fifty-fold value.

Based on the methodology of radioaesthesia, the fact of the objective existence of the energy or quantum body of an organism, also called the human biopoly in the literature, has been proven. The logical and meaningful analysis of the literary data made it possible to conclude that the minimum dimensions of the biofoil indicated in it are not correct enough, because they cannot provide not only the motor activity of a person, but also his vital activity in general.

All this actualizes the problem of studying the bio-field as a biological and social phenomenon on the methodological basis of the technologies of the future

Keywords: biopoly, theory, methodology, biopoly parameters, motor activity.

Человек, как открытая биологическая система, постоянно подвергается воздействию факторов внешней среды, имеющих как позитивную, так и негативную направленность. Из представлений В.И. Вернадского о человеческом организме как об открытой термодинамической системе, ее устойчивость, т.е. способность противостоять воздействию неблагоприятных факторов внешней среды зависит от величины энергетического потенциала организма [2]. Чем она больше, тем выше устойчивость. Одновременно с этим, величина энергопотенциала прямо пропорциональна и количеству производимой физиологической, а следовательно, и физической работы, которая может быть произведена. Формой проявления энергетического потенциала принято считать энергетическое поле или биополе живого организма. Биополе, являясь волновым по своей физической природе, окружает живую систему как оболочка и пронизывает его каждую клетку. Автор полагает, что биополе составляет энергоинформационную основу организма, обеспечивает все процессы его жизнедеятельности, включая и связь с внешним миром.

Однако, здесь не все столь однозначно. Современная физика относится к феноменам «тонкого мира» очень сдержанно, и даже настороженно [3]. В классической физике до настоящего времени не существует надлежащего объяснения паранормальным явлениям, и она не воспринимает их как реальность. Большая часть ученых не готова даже обсуждать их существование, несмотря на наличие накопленного фактического материала. Причиной тому является отсутствие доказательной базы, опирающейся на объективные методы измерения данного феномена.

Тем не менее, опираясь на глубокий и всесторонний анализ имеющейся литературы, академик Б.В. Раушенбах пришел к однозначному заключению об объективном существовании биополя человека[7]

Обращение современных исследователей к феномену биополя детерминировано, по крайней мере, двумя обстоятельствами. Во-первых, опытом и накопленными знаниями предыдущих поколений в этой области, где первопроходцами оказались служители культа в Древнем Востоке, находившихся на позиции понимания первичности духовного здоровья и вторичности физического. Во-вторых, реальными запросами практики. В пространстве физической культуры это вполне обоснованное предположение о том, что между параметрами биополя человека и физическими кондициями последнего должна существовать положительная взаимосвязь. Экспериментальное подтверждение этой гипотезы позволило бы использовать параметры биополя в качестве критерия уровня физической подготовленности.

Современное научное знание в области прикладной физики рассматривает как аксиому тезис о том, что каждый живой организм обладает определенным запасом энергии. Согласно первому закону термодинамики потенциал энергии, накопленной клеткой, органом, системой в целом, не может быть им уничтожена; она передается от одной системы к другой и превращается из одной формы в другую. Отечественная физиология человека выделяет три основных вида жизнедеятельности организма: основной обмен, пищеварение и усвоение пищи, повседневная бытовая и

производственная деятельность[6]. .Обнаружено, что в калометрическом выражении у людей, не занимающихся доступными формами массовой физической культуры или спортом, ежедневные расходы энергии то составляет приблизительно 3800 ккал, которые затрачиваются на 3 основных вида жизнедеятельности организма: основной обмен - 60-80%, пищеварение и усвоение пищи - 10%, повседневная бытовая и производственная (учебная) деятельность - 10-30%, т.е. в среднем 20% [5

При взгляде на подобную классификацию можно заключить, что важнейшей составляющей жизнедеятельности организма - двигательной активности не, нашлось места в данной классификации и она не может быть компонентом «бытовой деятельности». В этом факте мы усматриваем практическую необходимость выделения двигательной активности, учитывая её биологическую и социальную значимость, на роль четвертого, ведущего фактора жизнедеятельности. Учет последнего обстоятельства тем более актуален потому, что движение является ведущим фактором жизнедеятельности, и одновременно средством пополнения затраченной энергии.

Таким образом, из имеющихся на сегодняшний день методов измерения биополя человека является доступным метод радиоэстезии, позиционируемый Н.А. Семеновой[4]. Она предложила определять количество здоровья величиной квантового тела, т.е. величиной той энергии, которую вырабатывает тело и создает вокруг себя некую оболочку. При котором в качестве измерительного инструмента используется биорамка или маятник. Других, более совершенных и объективных способов непосредственного измерения квантового тела, пока нет, хотя идея создания приборов, способных улавливать биополе вместе с другими проявлениями жизнедеятельности человека, всегда волновала ученых и, как отмечает один из исследователей, на пороге нового тысячелетия она вполне реальна.

По мнению Н.А. Семеновой, минимальный радиус биополя для здорового человека должен составлять не менее 22-х метров. Ряд других авторов оценивают биополе в диапазоне от 0,4 до 1-1,5 м [1,8]. Разница между крайними значениями признака является более чем пятидесятикратной, что указывает на малоизученность обсуждаемой проблемы.

Если принять точку зрения автора в качестве верхнего предела или критерия истины, то с логической неизбежностью встает проблема изучения потенциала физиологических и физических возможностей организма, обладающего минимальными параметрами биополя, т.е. на уровне 0,4-1,5м. Вследствие этого, объективно формируются две исследовательских задачи. Во-первых, способен ли человек с таким биополем успешно функционировать как биологическое, а также социальное явление и, во-вторых, достаточно ли имеющегося у его энергетического потенциала для занятий физическими упражнениями в энергетическом диапазоне от массовых разрядов до уровня сорта высших достижений.

Последующий ход логико-содержательного анализа связан с элементарными математическими действиями следующего порядка. Примем за 100% максимальную из приводимых в литературе (версия Н.А. Семеновой), точку зрения о величине биополя, равной 22-м метрам и, соответственно, с расходом энергии 3800 ккал/сутки, которые, как это видно из представленной выше информации, затрачиваются на 3 основных вида жизнедеятельности организма: основной обмен - 60-80% (2280-3040 ккал, т.е. в среднем 2660 ккал). Затраты энергии на два других вида жизнедеятельности - пищеварение и усвоение пищи, повседневную бытовую и производственную деятельность, в медицине принято рассчитывать от величины основного обмена в %%. Соответственно, отсюда вытекает, что затраты энергии на пищеварение и усвоение пищи, оцениваемые в 10%, должны составлять около 266 ккал, а на повседневную бытовую и производственную деятельность 10-30%), т.е. в среднем 20%, будут равняться 532 ккал.

Из приведенного расклада видно, что при таком соотношении величинам биополя в 0,4-1,5м будет эквивалентен расход энергии, равный 15,2-57,0 ккал, которых не хватает на реализацию ни одной функции для жизнеобеспечения организма. Иными словами: организм в этих условиях существовать не сможет. Отсюда вытекает, что утверждения авторов о параметрах биополя человека в диапазоне 0,4-1,5м являются недостаточно корректными,

Выводы

Логико-содержательный анализ отечественной литературы позволил заключить, что сегодня существуют диаметрально противоположные взгляды на биологическую природу биополя и методику его измерения.

Автором экспериментально доказан факт объективного существования энергоинформационного потока или квантового тела организма, называемого в литературе также биополем человека. Обнаружено существенное расхождение и в представлениях авторов на параметры биополя, достигающее пятидесятикратной величины.

Указания ряда авторов о величине биополя в диапазоне 0,4-1,5м являются, с нашей точки зрения, недостаточно корректными, поскольку адекватный им расход энергии не способен обеспечить реализацию ни одной функции организма. Для полноценной жизнеспособности организма необходима величина биополя не менее 15м.

Анализ литературных данных и наши фактические материалы дают основания заключить, что существующая методология изучения биополя вообще, и в аспекте физической культуры, в частности, находится на начальной стадии разработки, является востребованной и ждет своих исследователей.

В перспективе, по мере разработки и внедрения доступных, объективных и надежных методик исследования биополя человека его параметры могут стать критерием для оценки квантового тела или энергетического потенциала организма. В аспекте физической культуры это открывает перспективу проведения экспресс-анализа для оценки физических кондиций человека, не прибегая для этого к контрольным нормативам.

Библиографический список:

1. Белов, В.И. Психология здоровья / В.И. Белов. – М. - СПб., 1997. – 284 с.
2. Вернадский, В.И. Начало и вечность жизни / В.И. Вернадский. - М.: Сов. Россия, 1989. – 702 с.
3. Жекова Т.Л. Фантом как феномен тонкого мира и его влияние энергоинформационное поле человека. Т.Л. Жекова, Н.Я. Ников, В.М. Тютюнник // Глобальный научный потенциал. . – СПб. -2017, № 9(78). – С. 178-181.
4. Семенова, Н.А. Человек – соль земли / Н.А. Семенова. – СПб.: Диля, 1999. - 440с.
5. Режим доступа: <https://www.liveinternet.ru/users/5144604/post307009032>
6. Режим доступа <https://yandex.ru/health/turbo/articles?id=7830>
7. Режим доступа https://yandex.ru/search/?text=%D0%91.+%D1%80%D0%B0%D1%83%D1%88%D0%B5%D0%BD%D0%B1%D0%B0%D1%85+%D0%BE+%D0%B1%D0%B8%D0%BE%D0%BF%D0%BE%D0%BB%D0%B5&clid=2242347&search_source=dzen_desktop_safe&lr=192
8. Режим доступа <https://2012god.ru/godik...ekstrasensov-chto-uvide-li-fiziki/>

СРАВНЕНИЕ ПРАКТИК СИЛОВОГО ФИТНЕСА СРЕДИ СТУДЕНТОВ ВЫСШИХ УЧЕБНЫХ ЗАВЕДЕНИЙ, ПРИМЕНЯЕМЫХ НА ФИЗКУЛЬТУРНЫХ ЗАНЯТИЯХ

*Козлов А.В., к.п.н., доцент,
Бударников А.А., к.п.н., доцент,
Российская академия народного хозяйства и государственной службы при Президенте
Российской Федерации,
Москва, Россия*

В статье сравниваются практики тренинга с отягощениями на общую силу, максимальную мышечную силу, мышечную гипертрофию и силовую выносливость среди студентов Президентской академии, посещающих учебные занятия элективного курса «Силовой фитнес» учебной дисциплины «Физическая культура». В исследовании применялись методы анализа зарубежных и отечественных научных публикаций, отражающие методики учебной работы со студентами, методы проектирования программ силового фитнеса, педагогический эксперимент, сравнительный анализ, беседы, комплексной оценки уровня физического состояния. Авторами определено, что в учебном процессе среди студентов, посещающих учебные занятия в тренажерном зале ВУЗа, наибольшей популярностью пользуются практики на развитие общей силы и гипертрофию мышечной системы. Занятия на развитие максимальной силы физически сложны для студентов, и интересны преимущественно для юношей. Занятия на развитие силовой выносливости также физически сложны для студентов, и интересны преимущественно для девушек. Образовательный процесс со студентами в тренажерном зале будет эффективным при использовании практик с отягощениями на общую силу, затем мышечную гипертрофию, силовую выносливость, и, в последнюю очередь, практики на максимальную мышечную силу. Полученные результаты являются основанием для преподавателя физкультуры для качественной разработки методик и содержания занятий физического воспитания в тренажерном зале в высших учебных заведениях.

Ключевые слова: студент, практики силового тренинга, физическое состояние.

COMPARISON OF STRENGTH FITNESS PRACTICES AMONG STUDENTS OF HIGHER EDUCATIONAL INSTITUTIONS USED IN PHYSICAL EDUCATION CLASSES

*Kozlov A.V., PhD, Associate Professor,
Budarnikov A.A., PhD, Associate Professor,
Department of Physical Education and Health of the Russian Academy of National Economy
and Public Administration under the President of the Russian Federation,
Moscow, Russian Federation*

The article compares the training practices with weights for total strength, maximum muscle strength, muscle hypertrophy and strength endurance among the students of the Presidential Academy attending the elective course «Strength Fitness» of the discipline «Physical Education». The study used methods of analysis of foreign and domestic scientific publications reflecting the methods of educational work with students, methods of designing strength fitness programs, pedagogical experiment, comparative analysis, conversations, comprehensive assessment of the level of physical condition. The authors determined that in the educational process among students attending classes in the gym of the university, the most popular practices are for the development of general strength and hypertrophy of the muscular system. Classes for the development of maximum strength are physically difficult

for students, and are interesting mainly for young men. Classes for the development of strength endurance are also physically difficult for students, and are interesting mainly for girls. The educational process with students in the gym will be effective when using practices with weights for general strength, then muscle hypertrophy, strength endurance, and, last of all, practices for maximum muscle strength. The results obtained are the basis for a physical education teacher to develop high-quality methods and content of physical education classes in the gym in higher educational institutions.

Keywords: student, strength training practices, physical condition.

Актуальность. Высшие учебные заведения, следуя требованиям профессиональных стандартов высококвалифицированных и компетентных кадров отраслей народного хозяйства нашей страны, параллельно должны обеспечить качественную и временную продолжительность профессиональной деятельности своих выпускников. Полагаем, что в современной высшей школе необходимо не только осуществлять реализацию личностно-ориентированное физическое воспитание и компетентностный подход в рамках традиционной педагогической парадигмы физкультурного образования, а и внедрение других технологий, обуславливающие взаимосвязь процессов формирования компетенций профессии, укрепления здоровья у студентов, повышению их мотивации к занятиям физическими упражнениями [6].

Растущее число тренажерных залов в институтах, академиях и университетах свидетельствует о популярности занятий с отягощениями среди студенческой молодежи. Качественное физкультурно-спортивное образование в нефизкультурных ВУЗах обусловлено компетентным профессиональным преподавательским составом учебного заведения, работающих в тренажерном зале, а также программами образования, отвечающие потребностям студентов и требованиям имеющейся материально-технической инфраструктуры образовательной организации [4].

Проведенный анализ теории, научных исследований по силовым видам спорта в условиях тренажерного зала высшей школы показал незначительное число изысканий от тренеров-преподавателей, затрагивающие различные аспекты проектирования программ занятий силовым фитнесом в учебном процессе студентов нефизкультурных ВУЗов. К основным причинам сложившейся ситуации мы относим: немногочисленные научно-обоснованные учебные и методические материалы по проведению учебных занятий по силовому фитнесу для преподавателей нефизкультурных ВУЗов; отсутствие курсов повышения квалификации по силовому фитнесу для преподавателей физкультуры, с учётом специфики высшего физкультурного образования; перенос «коммерческих» силовых программ из фитнес-индустрии, без учёта принципов организации образовательного процесса в учебном заведении и другие [1].

Обозначенные проблемы актуализируют обоснование применения методик и практик в тренажерном зале, разработку содержания учебных занятий по силовому фитнесу для студенческой молодежи.

Цель исследования: выявить различные эффекты между практиками с отягощениями на общую силу, максимальную мышечную силу, мышечную гипертрофию и силовую выносливость среди студентов, посещающих учебные занятия в тренажерном зале высшего учебного заведения.

Методы исследования. В работе мы использовали анализ зарубежных и отечественных научных публикаций, отражающие методики учебной работы со студентами. Применяли методы проектирования программ силового фитнеса, педагогический эксперимент, сравнительный анализ, беседы, комплексную оценку уровня физического состояния по методы Е.А. Пироговой (1986).

Результаты исследования. Учебные занятия в тренажерном зале со студентами в университете зачастую представлены в виде применения упражнений из тяжелой атлетики, атлетической гимнастики, пауэрлифтинга, гиревого спорта, и при этом не

всегда учитывающих их интересы, потребности, уровень физической подготовленности и здоровья. В этой связи, разработка и реализация содержания учебных занятий в тренажерном зале является актуальным и важным в физкультурном образовании студентов. Полагаем, что в основе разработки содержания таких занятий может послужить уже достаточно большой накопленный опыт, программы, технологии, практики фитнес-индустрии, так как в фитнес-клубах уже имеется достаточно наработанная база практик, направленных именно на людей различных профессий [2; 3; 5; 7]. Заявленная нами позиция легла в основу разработки содержания занятий в тренажерном зале с применением фитнес-практик элективного курса «Силовой фитнес».

Фитнес-практики имеют разнообразные виды физического воздействия на организм человека в зависимости от целей и задач, реализуемых на занятиях: рекреативное, оздоровительное, реабилитационное, кондиционное, адаптивное [4]. Методика построения занятия с отягощениями предполагают использование ряда переменных: мышечных действий, сопротивления, объема (общее количество подходов и повторений), выбранных упражнений, структуру тренировки, последовательность выполнения упражнений, интервалы отдыха между подходами, скорость повторения, частоту тренировок (Табл. 1). Так же автор выделяет 4 основные направленности занятий с отягощениями: развитие мышечной выносливости (МВ), общей силы (ОС), максимальной силы (МС) и занятия на мышечную гипертрофию (МГ) [8].

Таблица 1. Физическая нагрузка для достижения поставленных целей (W.J. Kramer, 2004)

Направленность	нагрузка (% 1ПМ)			повторения			подходы			отдых
	I Прим.	II	III	I	II	III	I	II	III	
Мышечная выносливость	30-70	50-70	30-80	10-15	10-20	10-25	1-3	≥ 3	≥ 3	≤ 30 сек.
Гипертрофия	60-70	70-80	≥85	8-12	6-12	6-12	1-3	≥ 3	≥ 3	от 30 сек. до 1,5 м.
Общая сила	50-70	60-80	≥80	8-12	≤10	≤8	1-3	≥ 3	≥ 3	от 2 до 5 м.
Максимальная сила	60-70	70-80	70-100	≤8-10	≤8	≤6	1-4	1-3	3-6	3-5 м. и более

Примечание: уровень занимающегося: I — начинающий, II — средний, III — опытный.

Базой исследования нам послужила Президентская академия ФГБОУ ВО «РАНХиГС» г. Москва. В исследовании участвовало 52 студента, из которых было сформировано 4 группы по 6 юношей и 7 девушек в каждой (рандомная выборка из нескольких академических групп) 2 курса Института общественных наук. Испытуемые равны по физической подготовленности, по медицинским показателям относились к основной группе здоровья. Педагогический эксперимент проводился в течение 4-х месяцев: в феврале студенты были проконсультированы об эксперименте, проведено обучение по предстоящей программе занятий с отягощениями, проведено тестирование физической подготовленности студентов и повторный максимум в упражнениях программы. В марте-апреле студенты занимались в 4 учебных группах на занятиях с отягощениями с разной целевой направленностью: в 1-ой группе мы использовали практику на развитие мышечной выносливости, во 2-ой группе на развитие общей силы, в 3-ой группе на развитие максимальной силы и в 4-ой группе проводили занятия на мышечную гипертрофию. В мае месяце была проведена оценка уровня физического состояния студентов, участвующих в эксперименте.

Занятия по программам (12 занятий) с разной целевой направленностью проводились по традиционной структуре, состоящей из подготовительной, основной и заключительной части. В подготовительной части использовались общеразвивающие упражнения на разминку организма. В основной части занятия мы применяли для каждой группы программы с целевой направленностью по принципу «Всё тело» (FullBody): 3 упражнения на верхний плечевой пояс, 3 упражнения на нижний плечевой пояс, 3 упражнения на мышцы кора. В рамках элективного курса «Силовой фитнес» в содержание занятий мы использовали упражнения с отягощениями (штанга, гантели, гири) и с сопротивлением на тренажерах. Физическая нагрузка была строго регламентирована исходя из цели занятия, контролировалась преподавателем на каждом занятии. В заключительной части занятия применяли упражнения, обеспечивающих расслабление мышц, растяжению позвоночника; дыхательные упражнения.

Для комплексной оценки уровня физического состояния использовали метод Е.А. Пироговой (1986) по показателям диастолического и систолического артериального давления (мм.рт.ст.), пульсового артериального давления (мм.рт.ст.), возраста (количество полных лет), массы тела (кг); роста стоя (см); определения среднего артериального давления (мм.рт.ст.). Уровень физического состояния (УФС) определяется по формуле уравнения регрессии: $УФС = (700 - 3 \times ЧСС - 2,5 \times АД_{ср} - 2,7 \times V + 0,28 \times M) / (350 - 2,6 \times V + 0,21 \times P)$. Оценка уровня физического состояния равняется отличному показателю $>0,826$, хорошему показателю от $0,676$ до $0,825$; удовлетворительному от $0,526$ до $0,675$; неудовлетворительному от $0,376$ до $0,525$; показатель очень низкого уровня физического состояния равняется значению $< 0,375$. По результатам обследования проведена статистическая обработка данных. В исследовательской работе мы делали 2 замера (1-й в феврале, 2-ой в мае месяцах). В данной статье представим процентный показатель проведенного обследования (Табл. 1, 2, 3, 4).

Таблица 2. Уровень физического состояния студентов 2 курса 1-ой группы (направленность на развитие мышечной выносливости)

Средний показатель	Оценка	1 замер	2 замер
от 0,376 до 0,525	неудовлетворительно	6 %	5 %
от 0,526 до 0,675	удовлетворительно	27 %	29 %
от 0,676 до 0,825	хорошо	35 %	36 %
$>0,826$	отлично	34 %	30 %

Неудовлетворительный уровень физического состояния студентов 2 курса 1-ой группы (направленность на развитие мышечной выносливости) снизился лишь на 1 %, в то же время отличный уровень снизился на 4 %, а удовлетворительный и хороший уровни увеличились на 2 % и 1 % соответственно. По итогу бесед со студентами было выявлено, что программа на силовую выносливость физически сложна для организма, пользуется интересом преимущественно среди девушек, желающих снизить вес тела.

Таблица 3. Уровень физического состояния студентов 2 курса 2-ой группы (направленность на развитие общей силы)

Средний показатель	Оценка	1 замер	2 замер
от 0,376 до 0,525	неудовлетворительно	5 %	2 %
от 0,526 до 0,675	удовлетворительно	28 %	17 %
от 0,676 до 0,825	хорошо	34 %	44 %
$>0,826$	отлично	33 %	37 %

У студентов 2-ой группы (направленность на развитие общей силы) неудовлетворительный уровень физического состояния студентов снизился на 3 %, удовлетворительный уровень снизился на 11 % (лучший показатель), хороший уровень

увеличился на 10 % (лучший показатель), отличный уровень увеличился на 4 % от всего количества студентов группы. По итогу бесед со студентами было выявлено, что программа на развитие общей силы приемлема для выполнения, физически несложна для организма, пользуется интересом, как среди юношей, так и среди девушек.

Таблица 4. Уровень физического состояния студентов 2 курса 3-ой группы (направленность на развитие максимальной силы)

Средний показатель	Оценка	1 замер	2 замер
от 0,376 до 0,525	неудовлетворительно	6 %	10 %
от 0,526 до 0,675	удовлетворительно	29 %	29 %
от 0,676 до 0,825	хорошо	33 %	31 %
>0,826	отлично	32 %	30 %

У студентов 3-ой группы (направленность на развитие максимальной силы) неудовлетворительный уровень физического состояния студентов увеличился на 4 %, удовлетворительный уровень остался без изменений, хороший и отличный уровни снизились на 2 % всего количества студентов группы. По итогу бесед со студентами было выявлено, что программа на развитие максимальной силы физически сложна для организма, пользуется интересом преимущественно среди юношей, желающих повысить силовые способности.

Таблица 5. Уровень физического состояния студентов 2 курса 4-ой группы (направленность на мышечную гипертрофию)

Средний показатель	Оценка	1 замер	2 замер
от 0,376 до 0,525	неудовлетворительно	7 %	3 %
от 0,526 до 0,675	удовлетворительно	27 %	19 %
от 0,676 до 0,825	хорошо	35 %	43 %
>0,826	отлично	31 %	35 %

У студентов 4-ой группы (направленность на гипертрофию мышц) неудовлетворительный уровень физического состояния студентов снизился на 4 % (лучший показатель), удовлетворительный уровень снизился на 8 %, хороший уровень увеличился на 8 %, отличный уровень увеличился на 4 % от всего количества студентов группы. По итогу бесед со студентами было выявлено, что программа на гипертрофию мышц приемлема для выполнения, физически средней сложности для организма, пользуется интересом, как среди юношей, так и среди девушек.

Анализ полученных результатов за период обучения студентов в 4 семестре свидетельствует о различиях в динамике уровня физического состояния студентов в зависимости от целевой направленности учебных занятий с отягощениями. По итогу исследования определено, что в условиях учебных занятий в тренажерном зале ВУЗа мы рекомендуем в порядке значимости для студентов использовать практики с отягощениями на общую силу, затем мышечную гипертрофию, силовую выносливость, и, в последнюю очередь, практики на максимальную мышечную силу.

Выводы. Сравнительный анализ практик силового фитнеса среди студентов, посещающих учебные занятия в тренажерном зале, показал, что наибольшей популярностью у студентов пользуются занятия на развитие общей силы и гипертрофию мышечной системы. Занятия на развитие максимальной силы физически сложны для студентов, и интересны преимущественно для юношей. Занятия на развитие силовой выносливости также физически сложны для студентов, и интересны преимущественно для девушек.

Полученные результаты являются основанием для преподавателя физкультуры для качественной разработки методик и содержания занятий физического воспитания в тренажерном зале в высших учебных заведениях.

Библиографический список:

1. Ефимов-Комаров, В. Ю. Проблемы реализации дисциплины «Физическая культура» в стандартах высшего образования / В. Ю. Ефимов-Комаров, Л. Б. Ефимова-Комарова // Научные труды Северо-Западного института управления РАНХиГС. — 2016. — Т. 7, № 2(24). — С. 42—47
2. Мищенко, Н. Ю. Коррекция телосложения девушек 16-18 лет средствами силового фитнеса (на примере занятий в тренажерном и фитнес-зале) / Н. Ю. Мищенко // Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгафта. — 2021. — № 11(201). — С. 300—310
3. Николаев, В. Т. Эффективность периодизации годичного макроцикла тренировок в силовом фитнесе у девушек / В. Т. Николаев // Наука и спорт: современные тенденции. — 2020. — Т. 8, № 2. — С. 32—43.
4. Соколова, Т. М. Адаптация занятий фитнесом в структуру учебного процесса со студентками технического вуза в рамках дисциплины «Элективные курсы по физической культуре и спорту» / Т. М. Соколова, А. О. Лешин // Международный научно-исследовательский журнал. — 2020. — № 12-4(102). — С. 101—103.
5. Andersen, V. Comparing the effects of variable and traditional resistance training on maximal strength and muscle power in healthy adults: A systematic review and meta-analysis / V. Andersen, O. Prieske, N. Stien, K. Cumming, TEJ Solstad, G. Paulsen, R. van den Tillaar, H. Pedersen, AH. Saeterbakken // J Sci Med Sport. — 2022. — Dec.25(12). — P.1023—1032
6. Corbin, CB. Conceptual physical education: A course for the future / CB. Corbin // J Sport Health Sci. — 2021. — May;10(3). — P. 308—322
7. Iversen, V.M. No Time to Lift? Designing Time-Efficient Training Programs for Strength and Hypertrophy: A Narrative Review / V.M. Iversen, M. Norum, B.J. Schoenfeld, M.S. Fimland // Sports Med. — 2021. — Oct.51(10). P. 2079—2095
8. Kramer, William J., Ratamess Nicholas A. Fundamentals of resistance training: progression and exercise prescription // Medicine & Science in Sports & Exercise, April 2004. — 36(4). — P. 674—688

УДК 796.01;612

ТЕКУЩИЙ КОНТРОЛЬ ФУНКЦИОНАЛЬНОГО СОСТОЯНИЯ ГАНДБОЛИСТОВ БЛИЖАЙШЕГО РЕЗЕРВА ПО ПОКАЗАТЕЛЯМ ВАРИАбельНОСТИ РИТМА СЕРДЦА

*Кудря О.Н., д.б.н., доцент,
Сибирский государственный университет физической культуры и спорта,
Омск, Россия*

Цель исследования – изучить динамику показателей вариабельности ритма сердца на тренировочных сборах на обще-подготовительном этапе подготовительного периода у гандболистов ближайшего резерва. Исследование проводилось в условиях тренировочных мероприятий на обще-подготовительном этапе подготовительного периода. В исследовании принимали участие спортсмены мужского пола в возрасте $17,1 \pm 0,2$ лет ($n=22$), члены национальной молодежной сборной РФ по гандболу. Использование показателей вариабельности ритма сердца в ходе текущего контроля позволило оценить исходное состояние организма юношей, членов молодежной сборной страны по гандболу, и переносимость нагрузок в ходе тренировочных мероприятий. Для спортсменов с симпатикотоническим типом вегетативного тонуса целесообразна индивидуальная коррекция тренировочного процесса (снижение объема скоростно-силовых нагрузок). Определение типа вегетативной реактивности при проведении АОП позволило сделать вывод о том что гиперсимпатикотонический тип реактивности у спортсменов 17-18 лет является вариантом нормы и связан с

возрастными особенностями формирования вегетативной регуляции физиологических систем в процессе срочной адаптации к внешним воздействиям.

Ключевые слова: текущий контроль, гандбол, вариабельность ритма сердца

CURRENT CONTROL OF THE FUNCTIONAL STATE OF HANDBALL PLAYERS OF THE NEAREST RESERVE BY INDICATORS OF HEART RATE VARIABILITY

*Kudrya O.N., Grand PhD, associate professor,
Siberian State University of Physical Education and Sports,
Omsk, Russia*

The purpose of the study is to study the dynamics of heart rate variability indicators during training camps at the general preparatory stage of the preparatory period among handball players of the nearest reserve. The study was conducted in the conditions of training events at the general preparatory stage of the preparatory period. The study involved male athletes aged 17.1 ± 0.2 years ($n=22$), members of the Russian national youth handball team. The use of heart rate variability indicators during ongoing monitoring made it possible to assess the initial state of the body of young men, members of the country's youth handball team, and load tolerance during training events. For athletes with a sympathicotonic type of autonomic tone, individual correction of the training process (reducing the volume of speed-strength loads) is advisable. Determining the type of autonomic reactivity during AOP allowed us to conclude that the hypersympathicotonic type of reactivity in athletes aged 17-18 years is a variant of the norm and is associated with age-related features of the formation of autonomic regulation of physiological systems in the process of urgent adaptation to external influences.

Keywords: current control, handball, heart rate variability

Актуальность. Подготовка спортсменов ближайшего резерва в составе национальных молодежных команд по игровым видам спорта связана с рядом факторов, которые затрудняют работу тренера и зачастую не позволяют команде успешно выступать на международных соревнованиях. Следует отметить как негативный фактор следующее: команда собирается в полном составе только на тренировочных сборах 3-4 раза в год, продолжительность тренировочных мероприятий составляет 2-3 недели, на спортивных база, как правило, нет оборудования и специалистов для проведения контроля функционального состояния и уровня подготовленности спортсменов. Тем не менее, именно на тренировочных сборах повышается риск развития состояния перетренированности и перенапряжения. В связи с чем, повышается значимость проведения текущего контроля в условиях учебно-тренировочных сборов за состоянием спортсменов, членов национальных сборных страны. По мнению специалистов, показатели вариабельности ритма сердца (ВРС) могут использоваться для оценки функционального состояния спортсменов [1-3].

Цель исследования – изучить динамику показателей вариабельности ритма сердца на тренировочных сборах на обще-подготовительном этапе подготовительного периода у гандболистов ближайшего резерва.

Материалы и методы исследования. Исследование проводилось в условиях тренировочных мероприятий на обще-подготовительном этапе подготовительного периода. В исследовании принимали участие спортсмены мужского пола в возрасте $17,1 \pm 0,2$ лет ($n=22$), члены национальной молодежной сборной РФ по гандболу.

Регистрация показателей вариабельности ритма сердца проводили в соответствии с Международным стандартом в положении лежа (фоновая запись) и в положении стоя (активная ортостатическая проба (АОП)) [5]. Анализировали показатели спектрального анализа ВРС и показатели вариационной пульсометрии. Тестирование проводилось дважды: в начале сборов (1 обследование) и по окончании

сборов (2 обследование) и использованием аппаратно-программного комплекса Полиспектр-8 (ООО Нейрософт, г. Иваново).

Результаты исследований и их обсуждение. Проведение мероприятий текущего контроля является обязательным условием при осуществлении тренировочного процесса со спортсменами разного возраста и спортивной квалификации. Значимость информации о функциональном состоянии спортсмена, уровне здоровья и физической подготовленности, которую можно получить при проведении текущего контроля на тренировочных сборах резко возрастает, если речь идет о подготовке ближайшего резерва национальных сборных команд РФ. Это обусловлено тем, что команда собирается на сборы 3-4 раза в год на короткое время (2-3 недели), основное время игроки тренируются в разных командах, подготовка в которых может существенно отличаться и иметь свои особенности. Кроме того, в возрасте 17-18 лет, когда в организме происходит завершение полового созревания, высок риск развития состояния перенапряжения и перетренированности при выполнении физических нагрузок.

Как отмечают специалисты, текущий контроль должен осуществляться с помощью простых и доступных методов, но при этом объективных и информативных. Именно этими характеристиками, по мнению исследователей, обладают методы оценки variability ритма сердца [1-4].

В ходе осуществления текущего контроля на тренировочных сборах (2 недели) на обще-подготовительном этапе подготовительного периода проводили оценку фактически выполненной работы и регистрацию показателей variability ритма сердца в начале сборов и по их окончанию. Основной задачей обще-подготовительного периода является развитие аэробных возможностей организма, в связи с чем, нагрузка аэробной направленности составила около 50%, аэробно-анаэробной направленности - 25%, анаэробной - 25% от всего объема выполненной работы.

В научно-методической литературе представлены данные о том, что оптимальный тип вегетативного тонуса для спортсменов - нормотонический и ваготонический, поскольку активность отделов вегетативной нервной системы обеспечивает экономичную работу сердечно-сосудистой системы в покое и эффективную работу при выполнении физической нагрузки.

Тип вегетативного тонуса определяли по показателям кардиоинтервалографии (АМо, ВР, ИН) и выявили, что большинство юношей имели оптимальный тип вегетативного тонуса как вначале, так в конце тренировочных сборов (рис.1А.Б). Симпатикотонический тип вегетативного тонуса связан с повышенной активностью симпатического отдела ВНС и является признаком напряжения регуляторных механизмов и может спровоцировать срыв адаптационных процессов. У одного спортсмена был выявлен симпатикотонический тип вегетативного тонуса, что обусловило индивидуальный подход к построению его тренировочной программы на сборах (снизили объем скоростно-силовой работы).

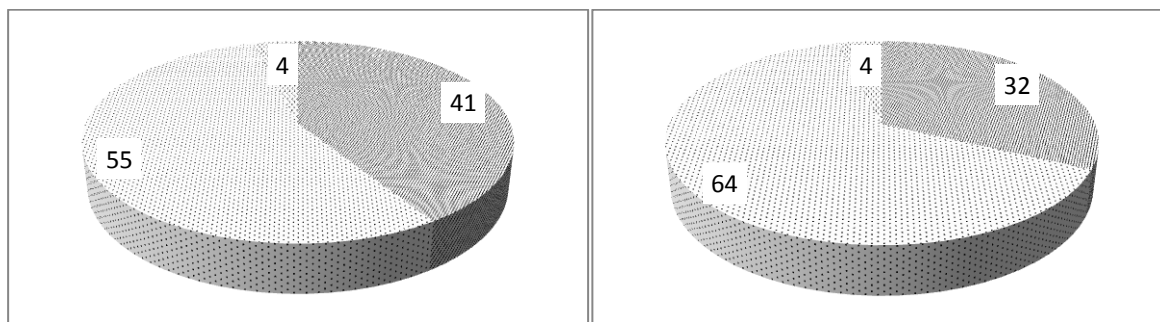




Рис. 1. Соотношение спортсменов с разным исходным вегетативным тонусом в начале сборов (А) и по окончании сборов (Б).

Примечание:  - нормотония,  - ваготония,  - симпатикотония

Показатели variability ритма сердца в покое позволяют оценить исходное состояние, но для спортсменов важно понимать возможность организма быстро перестраиваться и приспосабливать работу физиологических систем в соответствии с выполняемой физической нагрузкой. Оценить процессы срочной адаптации сердечно-сосудистой системы, ее регуляторных механизмов можно при проведении функциональных проб. В частности, в практике спорта для оценки функциональных резервов организма используют проведение активной ортостатической пробы (АОП). Мобилизацию функциональных резервов организма при адаптации к внешним воздействиям реализует симпатический отдел ВНС. Оценить способность симпатического отдела к мобилизации можно с помощью показателя $ИН_2/ИН_1$ (показатель вегетативной реактивности, где $ИН_1$ - индекс напряжения в состоянии покоя (фоновая запись в положении лежа), $ИН_2$ – индекс напряжения при проведении АОП (запись кардиоритмограммы в положении стоя).

Как показали результаты исследования в начале обще-подготовительного этапа и по его окончании у гандболистов, членов национальной молодежной сборной страны отмечается наибольший процент гиперсимпатикотонических реакций со стороны симпатического отдела ВНС. Гиперсимпатикотонический тип реактивности характеризуется избыточной активацией адренергических механизмов и сопровождается активацией сосудистого центра. Число нормальных симпатикотонических реакций к концу тренировочных сборов снижается, при этом увеличивается процент гиперсимпатикотонических (рис.2).

На наш взгляд, это связано с тем, что в возрасте 17-18 лет завершается половое созревание, когда регуляторные механизмы не сформированы и организм реагирует на внешнее воздействие с «запасом». Поэтому для спортсменов 17-18 лет гиперсимпатикотонический тип вегетативной реактивности можно рассматривать на вариант нормы при проведении текущего контроля.

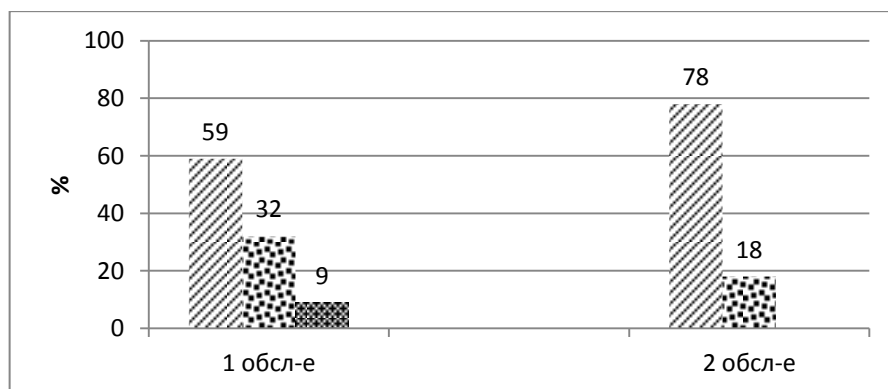




Рис.2. Тип вегетативной реактивности у гандболистов ближайшего резерва в начале

(1 обследование) и по окончании (второе обследование) тренировочных сборов

Примечание:  - гиперсимпатикотонический,  - симпатикотонический,

 - асимпатикотонический

Заключение. Использование показателей variability ритма сердца в ходе текущего контроля позволяет оценить исходное состояние организма юношей, членов молодежной сборной страны по гандболу, и переносимость нагрузок в ходе тренировочных мероприятий. Определение вегетативного тонуса в начале сборов позволило скорректировать тренировочную программу для спортсмена с выраженной симпатикотонией и, тем самым, предотвратить развитие у него состояния перетренированности и перенапряжения.

Определение типа вегетативной реактивности при проведении АОП позволило предположить, что гиперсимпатикотонический тип реактивности у спортсменов 17-18 лет является вариантом нормы и связан с возрастными особенностями формирования вегетативной регуляции физиологических систем в процессе срочной адаптации к внешним воздействиям.

Библиографический список:

1. Вариабельность сердечного ритма как отражение эффективности учебно-тренировочных сборов / Ф. Б. Литвин, О. В. Калабин, И. А. Васильева, И. А. Злобина // Современные вопросы биомедицины. – 2022. – Т. 6, № 3(20). – DOI 10.51871/2588-0500_2022_06_03_13. – EDN XSNGDY.
2. Жигало, В. Я. Вегетативная регуляция сердечного ритма у девушек-футболисток на отдельных этапах годичного цикла / В. Я. Жигало, И. А. Дубогрызова, Ф. Б. Литвин // Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгафта. – 2017. – № 6(148). – С. 76-80. – EDN ZDMLCV.
3. Кудря, О.Н. Оценка функционального состояния биатлонисток высокой квалификации по показателям вариабельности ритма сердца / О.Н. Кудря, В.В. Кальсина, Е.А. Реуцкая // Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгафта. 2021. № 8 (198). С. 111-118.
4. Литвин, Ф. Б. Оценка соревновательной выносливости баскетболистов по данным вариабельности сердечного ритма / Ф. Б. Литвин, Т. М. Брук, К. А. Кротова // Современные вопросы биомедицины. – 2022. – Т. 6, № 2(19). – DOI 10.51871/2588-0500_2022_06_02_7. – EDN IGCDNQ.
5. Task Force of the European Society of Cardiology and the North American Society of Pacing and Electrophysiology. Heart Rate Variability/ Standards of Measurements, Physiological Interpretation, and Clinical Use. // Circulation. – 1996. – V. 93. – P. 1043–1065.

СОВРЕМЕННЫЕ ПОДХОДЫ К ЛЕЧЕНИЮ ОСТЕОХОНДРОПАТИИ БУГРА ПЯТОЧНОЙ КОСТИ (БОЛЕЗНЬ ХАГЛУНДА-ШИНЦА) У ЮНЫХ СПОРТСМЕНОВ

*Лагутин М.П. к.м.н., доцент,
Волгоградская государственная академия физической культуры,
Волгоград, Россия,
Крылов Л.Ю., к.п.н., доцент,
Российский университет спорта «ГЦОЛИФК»,
Москва, Россия
Вершинин Е.Г., к.м.н., доцент,
Вершинина А.Е. студент,
Волгоградский государственный медицинский университет,
Волгоград, Россия*

В статье исследуется применение нового физиотерапевтического метода – текар-терапии для лечения хондропатии бугра пяточной кости у юных спортсменов 11-15 лет разного пола и разных специализаций. Проведено сравнение с традиционными методами лечения с количественной и качественной оценкой. На основе изучения установлено, что текар-терапия при лечении хондропатии бугра пяточной кости является более эффективным методом и может быть рекомендована, как метод выбора. Ключевые слова: хондропатия бугра пяточной кости, юные спортсмены, футбол, художественная гимнастика, текар-терапия.

MODERN APPROACHES TO THE TREATMENT OF OSTEOCHONDROPATHY OF THE HEEL BONE TUBERCLE (HAGLUND-SCHINTZ DISEASE) IN YOUNG ATHLETES

*Lagutin M.P., PhD, associate professor
Volgograd State Academy of Physical Education*

*Krylov L.Yu., PhD, associate professor,
GTSOLIFK, Moscow*

*Vershinin E.G., PhD, Associate Professor,
Vershinina A.E., student,*

Volgograd State Medical University, Russia, Volgograd

The article examines the use of a new physiotherapeutic method – tecar therapy for the treatment of heel bone chondropathy in young athletes aged 11-15 years of different genders and different specializations. Comparison with traditional methods of treatment with quantitative and qualitative assessment was carried out. Based on the study, it was found that tecar therapy in the treatment of chondropathy of the calcaneal tubercle is a more effective method and can be recommended as a method of choice.

Keywords: calcaneal tubercle chondropathy, young athletes, football, rhythmic gymnastics, tecar therapy.

Введение. Болезнь Хаглунда - Шинца – это хондропатия бугра пяточной кости, в результате нарушения регионального кровообращения. Чаще всего это встречается у юных спортсменов, в видах спорта, где происходит постоянное напряжение мышц голени, особенно в дистальной части – у юношей это футбол, у девушек художественная и спортивная гимнастика. Источники развития патологии до конца не известны, однако предполагается, этому способствуют следующие факторы: постоянные физические нагрузки, преимущественно сочетанного характера (бег, прыжки) на покрытии с высоким сцеплением; травмы ахиллова сухожилия; неудобная спортивная обувь; плоскостопие, в сочетании с варусной или вальгусной позиции голени. На первой стадии – появляются неприятные ощущения в районе пятки, по локализации в месте присоединения ахиллова сухожилия к бугру пяточной кости. И очень часто спортивные врачи расценивают это, как ахиллобурсит и пропускают начало более грозного осложнения. На этом этапе спортсмен обычно продолжает тренировки, нерегулярно принимает НПВС и использует мази и гели с НПВС. Затем боль усиливается при надевании обуви с твердым задником и при интенсивных занятиях спортом. После тренировки отмечается отечность по задней части стопы, резкая болезненность при перкуссии. Если спортсмен продолжает тренировки, то боль сохраняется при обычной ходьбе. Диагноз – хондропатия бугра пяточной кости ставится по результатам рентгенографии, осмотр и мануальная диагностика не позволяют провести дифференциальную диагностику между хондропатией и ахиллобурситом..

Не существует универсальных методов лечения и профилактики хондропатии бугра пяточной кости у юных спортсменов с доказанной эффективностью. Однако, применение новых физиотерапевтических методов, таких, как текар – терапия, позволяет надеяться, что процесс восстановления при хондропатии бугра пяточной кости у юных спортсменов можно качественно ускорить. Текар-терапия – это современная физиотерапевтическая методика, основанная на применении электромагнитных полей. Для проведения процедуры используется электромагнитный стимулятор, который генерирует радиосигналы средней частоты. Импульсы поступают в биологические ткани человека через проводящие электроды и способствуют расширению сосудов, стимуляции клеточного метаболизма, активации кровообращения.

Целью нашего исследования было изучение влияния применения текар-терапии на при хондропатии бугра пяточной кости у юных спортсменов на репаративные процессы.

Организация, методы и методика исследования. В исследовании принимало участие две группы спортсменов с квалификацией от 2 разряда до кмс в возрасте 11-15 лет. В 1 контрольной группе из 10 спортсменов с болезнью Шинца (5 человек спортсмены – юноши, специализация футбол и 5 человек спортсмены-девушки, специализация художественная гимнастика) проводилось традиционное физиотерапевтическое лечение – магнит, ультразвук по 10 процедур через день. В экспериментальной группе спортсменов с болезнью Шинца, также было 10 спортсменов (5 юношей- футболистов и 5 девушек-гимнасток) лечение проводилось с помощью текар-терапии курсом 10 сеансов продолжительностью 20 минут, через день. Эффективность оценивалась через месяц после начала лечения по: уменьшению отека тканей в области бугра пяточной кости; по визуальной аналоговой шкале боли (ВАШ) по десятибалльной шкале, где 10 - максимальная выраженность боли.

Результаты исследования. В результате восстановительных мероприятий в обеих группах отмечено уменьшение отека. В экспериментальной группе произошло снижение отека с $20 \pm 1,14$ (до курса) до $17,9 \pm 1,22$ (после курса, $P < 0,05$), в контрольной группе с $20,1 \pm 1,13$ (до курса) до $18,8 \pm 1,17$ (после курса, $P < 0,05$). После проведенного лечения отмечалось снижение отека в области бугра пяточной кости в обеих группах. Однако в экспериментальной группе отек уменьшился на 10,5%, а в контрольной группе отек уменьшился только на 6,5%.

При оценке интенсивности болевого синдрома были получены следующие результаты.

В экспериментальной группе произошло снижение балла ВАШ с $8,38 \pm 1,23$ (до курса) до $6,8 \pm 1,17$ (после курса, $P < 0,05$), в контрольной группе с $8,13 \pm 1,14$ (до курса) до $7,2 \pm 1,22$ (после курса, $P < 0,05$). После проведенного лечения отмечалось снижение болевого синдрома в области бугра пяточной кости в обеих группах. Однако в экспериментальной группе болевой синдром уменьшился на 18,8%, а в контрольной группе болевой синдром уменьшился только на 11,5%.

Выводы. Применение текар – терапии при хондропатии бугра пяточной кости у юных спортсменов является более эффективным методом, чем традиционные методы физиотерапии, это проявляется в снижении локального отека и уменьшение болевого синдрома, что является косвенными признаками оптимизации процессов регенерации.

УДК:793.38:796: 612

ПОЛОВОЗРАСТНЫЕ ОСОБЕННОСТИ СТАБИЛОМЕТРИЧЕСКИХ И ПСИХОФИЗИОЛОГИЧЕСКИХ ХАРАКТЕРИСТИК ЮНЫХ ТАНЦОРОВ ПРИ ЗАНЯТИЯХ СПОРТИВНЫМИ БАЛЬНЫМИ ТАНЦАМИ

*Малиева Е.И.,
Захарьева Н.Н., д.м.н., доцент,
Российский университет спорта «ГЦОЛИФК»
Москва, Россия*

В статье представлены возрастно-половые отличия функционирования центральной нервной системы по данным выполнения стабилOMETрического теста «Тест Ромберга» и компьютерного варианта теппинг-теста из 6-ти попыток. Установленные половые различия при выполнении теппинг-теста в возрастных периодах препубертат и постпубертат подчеркивают преимущество в частоте движения кистью танцорами-юношами в сравнении с танцовщицами и косвенно отражают их высокую скорость вработывания. Результаты выполнения стабилOMETрического теста «Тест Ромберга» выявляют полное отсутствие половых отличий, независимо от возраста, при выполнении заданий теста с ограничением зрительного контроля. Установлено наибольшее количество межсистемных корреляционных связей между стабилOMETрическими и психофизиологическими

параметрами у юных танцоров в препубертатном периоде развития. Полученные результаты рекомендованы для коррекции танцевальных программ на разных этапах подготовки спортсменов, занимающихся спортивными балльными танцами.

Ключевые слова: стабилметрия, психофизиология, спортивные балльные танцы, юные танцоры, юные танцовщицы, координационные способности

GENDER AND AGE FEATURES IN STABILOMETRIC AND PSYCHOPHYSIOLOGICAL CHARACTERISTICS OF YOUNG DANCERS INVOLVING DANCE SPORT

*Malieva E.I.,
Zakharieva N.N., Grand PhD, associate professor,
Russian Sports University
Moscow, Russia*

The article presents age-sex differences in the functioning of the central nervous system according to the performance of the stabilometric test “Romberg Test” and a computer version of the tapping test of 6 attempts. The established gender differences in the performance of the tapping test in the prepubertal and postpubertal age periods emphasize the advantage in the frequency of wrist movements of male dancers in comparison with female dancers and indirectly reflect their high speed of development. The results of the stabilometric test “Romberg Test” show a complete absence of gender differences, regardless of age, when performing test tasks with limited visual control. The largest number of intersystem correlations has been established between stabilometric and psychophysiological parameters in young dancers in the prepubertal period of development. The results obtained can form the basis for the correction of dance programs at different stages of training for athletes involved in sports ballroom dancing.

Key words: stabilometry, psychophysiology, sports ballroom dancing, young dancers, young dancers, coordination abilities.

Введение. Систематические занятия танцевальным спортом предъявляют высокие требования к функциональному состоянию спортсменов [2, 7]. Для достижения высокого уровня юным спортсменам необходимо выполнять большие объемы физических нагрузок, что возможно только при оптимальном функциональном состоянии и подготовленности спортсменов. В критические периоды развития, которыми являются препубертат, пубертат и постпубертат, организм юных танцоров находится в неустойчивом состоянии и формирует как благоприятные, так и неблагоприятные варианты адаптации организма к физическим нагрузкам [1]. Неустойчивость развития сказывается на становлении двигательных навыков, обуславливая сложности в их воспитании.

Уже на самом начальном этапе спортивной подготовки юные танцоры и танцовщицы выполняют сложнокоординационные упражнения в специальной обуви на каблуке, соло и в паре. Множество технических действий требуют высокого уровня устойчивости, например, вращения (или повороты) под рукой и обоюдно в паре, различные положения, требующие фиксации ОЦМ на одной ноге, позировки и т.п. Поэтому основная нагрузка ложится на функционирование постуральной системы танцоров, которая постоянно подвергается тяжелым нагрузкам, что стимулирует развитие статодинамической устойчивости. Вертикальная устойчивость имеет тенденцию улучшаться с возрастом (Hytönen M. et al., 1993, Condon C., Cremin K., 2014), причем сенсорное созревание происходит сначала в зрительной системе, затем в проприоцептивной системе и, наконец, в вестибулярной системе, достигая определенной функциональной зрелости в возрасте девяти лет (deSá C. D. S. C., Boffino C. C., Ramos R. T., Tanaka C., 2018). Систематически координационные тренировки

могут способствовать раннему созреванию постуральных механизмов у занимающихся детей и подростков. Танцоры, систематически тренируясь и развивая координационные способности, в целом справляются с постуральными заданиями лучше, чем не занимающиеся танцами люди (Martin-Sanz Eduardo, et al., 2017).

Адаптивность организма спортсмена во многом определяется через его психофизиологическое состояние [6, с. 79]. Особенность профессионально-спортивной деятельности проявляется в различии психических, психомоторных и когнитивных компонентах психофизиологических состояний. Оценка функционального состояния всего организма невозможна без систематического учета особенностей психофизиологических параметров и состояния функционирования регуляторных систем, поэтому координированная рефлекторная деятельность юных спортсменов крайне важна для успешных выступлений на соревнованиях.

В связи с вышеизложенным чрезвычайно актуальным является исследование динамики изменений возрастных особенностей постуральных и психофизиологических характеристик и их связи у юных танцоров в препубертатном, пубертатном и постпубертатном периодах развития.

Цель исследования – провести сравнительный анализ половозрастных особенностей стабилметрических и психофизиологических характеристик юных танцоров, занимающихся спортивными бальными танцами, в периодах возрастного развития препубертат, пубертат и постпубертат.

Методы и организация исследования. В исследовании принимало участие 96 регулярно тренирующихся танцоров и танцовщиц. Испытуемые распределялись по группам в соответствии с возрастными категориями, принятыми в танцевальном спорте [4, стр. 16]. Первую группу – Gr1, препубертат – составляют 11 мальчиков-танцоров и 14 девочек-танцовщиц, выступающие в категориях «Дети I» (9 лет и моложе) и «Дети II» (10-11 лет). Стаж занятий танцевальным спортом: $5,12 \pm 1,7$ лет, количество тренировочных часов в неделю: $13,3 \pm 6,9$. Вторая группа – Gr2, пубертат – включает 17 юношей-танцоров и 14 девушек-танцовщиц, соревнующихся в категориях «Юниоры I» (12-13 лет) и «Юниоры II» (14-15 лет). Стаж занятий: $8,2 \pm 2,4$ лет, количество тренировочных часов в неделю: $17,1 \pm 6,2$. Третья группа – Gr3, постпубертат – представлена 20 девушками-танцовщицами и 20 юношами-танцорами, выступающими в категориях «Молодежь I» (16-18 лет) и «Молодежь II» (19-20 лет). Стаж занятий: $12,6 \pm 2,3$ лет, количество тренировочных часов в неделю: $21,9 \pm 8,2$. Все испытуемые имеют спортивные разряды и высокие танцевальные классы в соответствии с категориями.

Для определения стабилметрических характеристик использовали стабиланализатор с биологической обратной связью «Стабилан 01-2» (производство ЗАО «РИТМ», г. Таганрог). Испытуемые проходили стабیلграфический тест «Тест Ромберга» [5, с. 25]. Танцоры становились на платформу в Европейскую стойку (позиция, при которой пятки ставятся вместе, а носки – врозь) и выполняли 2 когнитивные задачи: подсчет световых (белые круги) и звуковых (удары) стимулов. Психофизиологическое исследование проводилось с помощью теппинг-теста (по Ильину Е. П., 1981) на персональном компьютере или ноутбуке в программе «ИВПС 2.1.» («Исследователь временных и пространственных свойств человека версия 2.1.») [3].

Оценку полового развития проводили визуально с помощью шкалы Таннера (1969 г.). Использовались методы математической статистики: критерия Колмогорова-Смирнова, непараметрический критерий Манна-Уитни, непараметрический критерий Краскала-Уоллеса, вычисление коэффициентов ранговой корреляции Спирмена.

Исследования проведены в подготовительный период тренировочного цикла. Протокол исследования составлен в соответствии с правилами Хельсинской декларации: взрослые и родители детей подписывали информационное согласие.

Результаты и обсуждение. В Gr1 между выборками мальчиков и девочек нет статистически значимой разницы по параметрам стабилметрии (таблица 1).

Статистически значимая разница по всем исследуемым параметрам выявлена внутри выборок юных танцоров и танцовщиц между выполнением теста с открытыми глазами (ОГ) и закрытыми глазами (ЗГ). Значения параметров достоверно ниже при выполнении теста с ЗГ как у девочек, так и у мальчиков. Результаты не противоречат данным литературы и других исследований, ведь даже у здоровых детей постуральная стабильность сильно зависит от зрительной системы (Bucci M. P., Ajrezo L., Wiener-Vacher S., 2015). Половых различий в поддержании устойчивости в группе танцоров и танцовщиц препубертатного возраста не было выявлено.

Таблица 1. Оценка стабилметрических показателей танцоров и танцовщиц в Gr1: Me (25; 75 процентиль)

Показатель	Мальчики-танцоры (n=11)		Девочки-танцовщицы (n=14)	
	ОГ	ЗГ	ОГ	ЗГ
Разброс по фронтالي Q(x) мм	2,3 (2,1; 3,2)	3,7 (2,2; 4,3)*	2,3 (1,7; 3,2)	3,8 (2,7; 4,2)*
Разброс по сагиттали Q(y) мм	3,1 (2,8; 4,9)	4,6 (3,6; 5,3)*	3,1 (2,5; 4,2)	4,4 (4,1; 5,3)*
Средний разброс R мм	3,8 (3,3; 5,1)	4,8 (4,6; 6,5)*	3,7 (2,7; 4,5)	5,3 (4,8; 5,7)*
Длина траектории ЦД по фронтали LX мм	95,20 (85,7; 133,9)	192,0 (150,9; 221,1)*	105,5 (88,6; 137,3)	162,8 (113,1; 225,6)*
Длина траектории ЦД по сагиттали LY мм	173,5 (150,4; 177,1)	276,1 (230,4; 194,1)*	122,9 (103,6; 178,2)	233,2 (185,9; 249,8)*

Примечание: ОГ – открытые глаза, ЗГ – закрытые глаза. * Статистически значимая разница при $p < 0,05$ внутри выборок между ОГ и ЗГ

Статистический анализ выявил различия ($p < 0,05$) в Gr2 в выборках юношей-танцоров и девушек-танцовщиц по показателям среднего разброса R (в мм) при открытых глазах (ОГ) и только в этой группе – по площади эллипса EllS (в мм²) при ОГ.

Таблица 2. Оценка стабилметрических показателей танцоров и танцовщиц в Gr2 :Me (25; 75 процентиль)

Показатель	Юноши-танцоры (n=17)		Девушки-танцовщицы (n=14)	
	ОГ	ЗГ	ОГ	ЗГ
Разброс по фронтали Q(x) мм	2,1 (1,9; 2,4)	3,36 (2,4; 3,8)*	2,5 (2,1; 3,4)	3,7 (2,8; 4,8)
Разброс по сагиттали Q(y) мм	3,1 (2,2; 3,7)	3,63 (3,1; 4,5)*	3,2 (2,5; 4,3)	4,8 (3,5; 5,8)
Средний разброс R мм	3,3 (2,7; 3,9)	4,7 (3,8; 5,1)*	4,3 (3,1 4,5)	5,6 (4,4; 6,5)*
Площадь эллипса EllSкв.мм	75,9 (64,3; 123,7)	199,1 (113,7; 234,10)*	146,3 (77,8; 165,1)	224,5 (168,7; 372,1)*
Длина траектории ЦД по фронтали LX мм	102,8 (74,3; 128,2)	159,7 (117,2; 190,4)*	108,1 (96, 5; 134,9)	153,4 (123, 7; 180,6)*
Длина траектории ЦД по сагиттали LY мм	132,4 (113,1; 148,4)	189,6 (138,2; 237,7)*	118,1 (105,9; 130,1)	187,5 (157,2; 232,2)*

Примечание: ОГ – открытые глаза, ЗГ – закрытые глаза. * Статистически значимая разница при $p < 0,05$ внутри выборок между ОГ и ЗГ. Цветом выделены показатели, различающиеся при $p < 0,05$ между группами танцоров и танцовщиц.

По данным показателям юноши-танцоры демонстрируют лучшую устойчивость: меньше средний разброс и меньшую площадь эллипса. Как мы полагаем, разница в поддержании баланса у танцоров и танцовщиц связана с несколько иной танцевальной партии, с возрастом, периодом полового созревания, а в некоторых случаях имеет генетические детерминанты. В условиях ограничения зрительного контроля (с закрытыми глазами ЗГ) разницы не выявлено, что указывает на однотипность реакции на задание у юных танцовщиц и танцоров, находящихся в пубертатном периоде.

Ограничение зрения влияет на устойчивость у здоровых детей и подростков (WolffDon R. et al., 1998). Работы Viel S., Vaugoyeau M. и Assaiante C. (2009) показывают, что зрение играет преобладающую роль у подростков в контроле над ориентацией и стабилизацией тела, особенно в сравнении с взрослыми, т.к. механизмы, лежащие в основе постурального контроля, еще созревают в период пубертата. Таким образом, танцоры и танцовщицы в период пубертата, главном критическом периоде развития, не имеют половых различий в вертикальной устойчивости при выполнении стабилметрического теста «Тест Ромберга» с ограничением зрительного контроля. Обе выборки значительно ухудшают показатели стабилметрического тестирования, что связано с ростовым скачком и максимально выраженными нейрогуморальными перестройками, оказывающими влияние на все функциональные системы организма.

Таблица 3. Оценка стабилметрических показателей танцоров и танцовщиц Gr3: Me (25; 75 процентиль)

Показатель	Юноши-танцоры (n=20)		Девушки-танцовщицы (n=20)	
	ОГ	ЗГ	ОГ	ЗГ
Разброс по фронтالي Q(x) мм	2,2 (1,5; 3,2)	3,1 (2,3; 4,1)*	2,23 (1,9; 2,8)	3,1 (2,7; 3,7)*
Разброс по сагиттали Q(y) мм	2,6 (2,1; 3,8)	3,5 (2,6;4,1)*	2,69 (2,06;3,39)	3,5 (3,1;4,3)*
Средний разброс R мм	3,1 (2,5; 4,5)	4,1 (3,1; 5,1)*	3,18 (2,74;4,02)	4,1 (3,7;4,7)*
Длина траектории ЦД по фронтали LX мм	111,5 (95,2; 141,4)	153,2 (120,1; 191,1)*	119,55 (106,73; 128,05)	157,3 (143,3; 186,2)*
Длина траектории ЦД по сагиттали LY мм	127,5 (112,3; 139,1)	172,9 (140,7; 230,1)*	113,05 (102,85; 136,73)	179,3 (142,9; 214,1)*

Примечание: ОГ – открытые глаза, ЗГ – закрытые глаза. * Статистически значимая разница при $p < 0,05$ внутри выборок между ОГ и ЗГ.

При оценке стабилметрических показателей в группе **Gr3** не отмечается статистически значимая разница между группами по выбранным показателям. Значимая разница в вертикальной устойчивости отмечается внутри выборок между попытками выполнения теста с ограничением зрительного контроля и без. Устойчивость у танцоров и танцовщиц достоверно ухудшается при ограничении зрительного контроля по результатам выполнения данного тестирования. Показатели увеличиваются в 1,5-2 раза. Это согласуется с данными других авторов, указывавших на влияние зрительного анализатора на устойчивость у здоровых людей, регулярно не тренирующихся (Nougier V. et al., 1997; Palm H. G. et al., 2009; Bove M. et al., 2009; Adamo D. E., Pociask F. D., Goldberg A., 2013; Тришин А. С., Тришин Е. С., Пупенко Е. О., 2020). Результаты могут быть связаны с повышенной специализацией танцоров в задачах, в которых постуральный контроль регулируется посредством визуальной обратной связи. Как мы знаем, танцоры привыкли регулировать свою позу с помощью

визуальной информации с самого начала обучения, в частности, при постоянной работе с зеркалами.

Мы проводили сравнение всех трех групп по выбранным стабилметрическим показателям (таблица 4, рисунок 1). Статистически значимую разницу между возрастными группами мальчики и юноши-танцоры имеют по показателям: длина траектории ЦД по сагиттали LY (мм) при ОГ и ЗГ. С возрастом значения показателей снижаются. У девочек и девушек-танцовщиц разница отмечается по показателям: разброс по сагиттали Q (y) (мм) и средний разброс при ЗГ, значения с возрастом уменьшаются. Увеличение этих показателей указывает на ухудшение устойчивости.

Таблица 4. Стабилметрические показатели танцоров и танцовщиц Gr1, Gr2, Gr3 в тесте Ромберга, выполняемом с открытыми и закрытыми глазами

Параметр	Танцоры	Танцовщицы
	p-level	p-level
ОГ: Длина траектории ЦД по сагиттали LY (мм)	0,02*	0,418
ЗГ: Разброс по сагиттали Q(y) (мм)	0,75	0,03*
ЗГ: Средний разброс R (мм)	0,242	0,04*
ЗГ: Длина траектории ЦД по сагиттали LY (мм)	0,02*	0,121

Примечания: ОГ – открытые глаза, ЗГ – закрытые глаза.

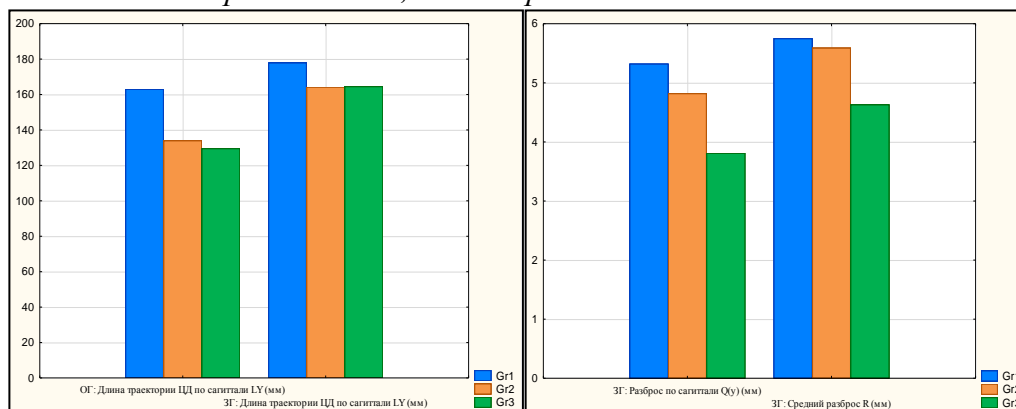


Рис. 1. Стабилографические показатели танцоров (слева) и танцовщиц (справа) из Gr1, Gr2, Gr3 в тесте Ромберга, ($p < 0,05$)

Однако отметим, что значимых отличий между возрастными группами немного. Для высоких результатов в рейтинге танцорам необходим высокий уровень контроля равновесия (Liiv H. et al., 2013). Для корректировки устойчивости дети-танцоры преимущественно используют соматосенсорную систему, в то время как взрослые танцоры больше задействуют вестибулярную систему.

Количество нажатий в теппинг-тесте в среднем у мальчиков-танцоров в Gr1 больше, чем у девочек-танцовщиц (см. рис 2). Статистически значимые различия отмечаются на 2-ой и 3-ей попытках тестирования: у танцоров на 2-ой попытке $60,7 \pm 6,8$ нажатий против $53,7 \pm 5,2$ у танцовщиц, на 3-ей попытке у танцоров – $57,1 \pm 6,6$, у танцовщиц – $50,1 \pm 5,8$ нажатий. На 4-ом отрезке теста количество нажатий у спортсменов и спортсменок сравнялись, после чего разница в результатах почти нивелировалась. В целом, мальчики опережают девочек в количестве нажатий только в первые 30 секунд теста. В Gr2 математическая обработка данных выявила отсутствие статистически значимых различий между юношами-танцорами и девушками-танцовщицами по теппинг-тесту. При анализе теппинг-теста в Gr3 обнаружена значимая разница между группами юношей-танцоров и девушек-танцовщиц. Среднее количество нажатий у танцоров равно

67,10±7,27, у танцовщиц – 61,78±3,63. Статистически значимая разница между выборками юношей и девушек фиксируется при первых четырех попытках, далее, на 5-ой и 6-ой попытках значимые различия не обнаруживаются.

При сравнении трех групп по параметрам психофизиологического тестирования и у танцоров, и у танцовщиц всех трех возрастных групп наблюдаются статистически значимые отличия в теппинг-тесте во всех 10-сек отрезках (рис. 2).

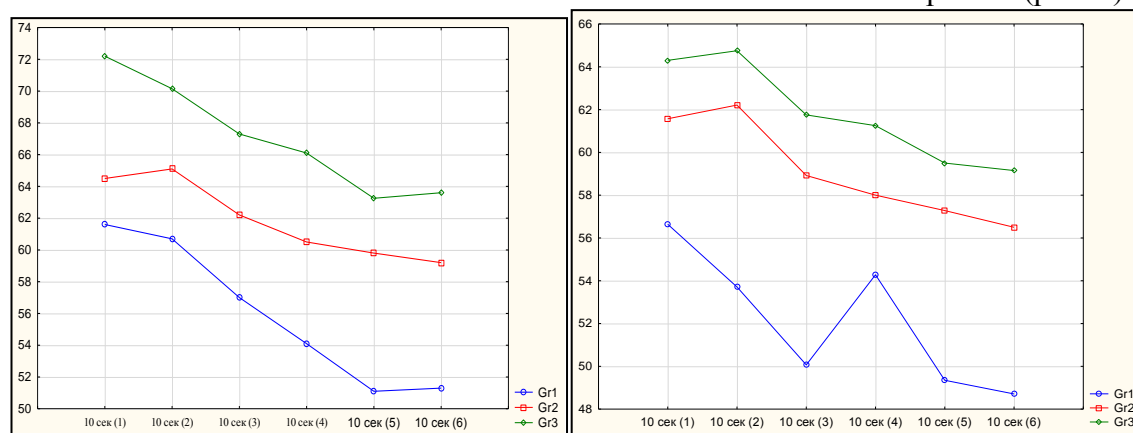


Рис. 2. Результаты теппинг-теста у танцоров (слева) и танцовщиц (справа) из Gr1, Gr2, Gr3, ($p < 0,05$)

Количество нажатий в тесте увеличивается с возрастом, однако тенденция к планомерному снижению результата к концу тестирования отмечается во всех группах, кроме Gr1, и у девочек-танцовщиц, и у мальчиков-танцоров.

Мы также провели межсистемный корреляционный анализ избранных стабилметрических параметров и результатов теппинг-тест (средний показатель) с помощью вычисления коэффициентов ранговой корреляции Спирмена. При $r_s = 1$ связь строго прямая, при $r_s = -1$ – строго обратная. Для интерпретации значения коэффициента Спирмена использовалась шкала Чеддока, определяющая тесноту связи. Теснота (сила) корреляционной связи менее 0,3 считается слабой, от 0,3 до 0,5 – умеренной, от 0,5 до 0,7 – заметной, от 0,7 до 0,9 – высокой, более 0,9 – очень высокой. Из анализа намеренно убраны внутрисистемные связи, а также слабые по силе связи (таблица 5).

Таблица 5. Коэффициенты корреляции стабилметрических и психофизиологических показателей у танцоров и танцовщиц Gr1, Gr2, Gr3

Стабилметрические показатели	ТТ среднее (кол-во)						
		Танцоры Gr1	Танцовщицы Gr1	Танцоры Gr2	Танцовщицы Gr2	Танцоры Gr3	Танцовщицы Gr3
R мм	ОГ	---	---	0,43	-0,37	---	---
	ЗГ	0,62*	---	---	---	---	---
SV кв.мм/сек	ОГ	---	---	0,33	---	---	---
	ЗГ	0,79*	---	---	---	---	---
EllS кв.мм	ОГ	---	---	0,52	-0,75*	-0,34	---
	ЗГ	0,68*	---	---	---	-0,34	---
КФР %	ОГ	---	---	---	---	---	---
	ЗГ	-0,69*	---	---	---	---	---
V мм/сек	ОГ	---	---	0,33	---	---	---
	ЗГ	0,70*	---	---	---	---	---

Примечания: корреляция значимая на уровне $p < 0,05$. R мм – средний разброс, SV кв.мм/сек – скорость изменения площади статокинезиограммы, EllS кв.мм – площадь эллипса, КФР % – качество функции равновесия, V мм/сек – средняя скорость перемещения ЦД, ОГ – открытые глаза, ЗГ – закрытые глаза.

У юных танцоров в Gr1 отмечается большое количество заметных прямых и обратных связей между выбранными стабилметрическими и психофизиологическими показателями, однако статистически значимые связи отмечаются только в 5 случаях при закрытых глазах. Увеличение количества нажатий в среднем в теппинг-тесте коррелирует с увеличением стабилметрических показателей, что указывает на ухудшение устойчивости. У девочек-танцовщиц заметных межсистемных взаимосвязей не отмечается.

В Gr2 у танцоров и танцовщиц, находящихся в пубертатном периоде развития, отмечаются только умеренные корреляционные связи между стабилметрическими и психофизиологическими параметрами. У танцоров-юношей также прослеживается тенденция, что увеличение количества нажатий в теппинг-тесте связано с ухудшением устойчивости. У девушек-танцовщиц отмечается заметная отрицательная взаимосвязь с результатами теппинг-теста по одному параметру с высокой степенью значимости. Уменьшение количества нажатий в теппинг-тесте связано с увеличением значений ряда стабилметрических показателей, что указывает на ухудшение устойчивости.

В Gr3 у взрослых танцоров отмечаются умеренные взаимосвязи между показателями стабилметрического и психофизиологического тестирования только по одному параметру. Увеличение количества нажатий в теппинг-тестировании сопровождается уменьшением площади доверительного эллипса. У девушек-танцовщиц таких взаимосвязей нет.

Заключение. Как показали проведенные нами исследования, танцевальные тренировки могут нивелировать половую и антропометрическую разницу в поддержании баланса (Cicchella A., 2021), что выражается независимо от возраста при выполнении стабилметрического теста «Тест Ромберга» со зрительным ограничением. Отмеченные половые различия при выполнении указанного стабилметрического теста без ограничения зрительного контроля (открытые глаза) отражают приоритетность выполнения заданий теста танцорами-юношами в период пубертата и фактически отражают уровень тренированности спортсменов. В научной литературе есть исследования (Dowse, R. A., McGuigan, M. R., & Harrison, C. 2020), показывающие положительное влияние на динамическую устойчивость танцоров тренировок с отягощениями, что может служить отдельной рекомендацией к внедрению в тренировочный процесс спортсменов определенных упражнений. Установленные половые различия психофизиологических характеристик танцоров по данным выполнения теппинг-теста в основном касаются скорости вработывания, отмечая более быстрый темп у партнеров в сравнении с юными танцовщицами. Отсутствие половых отличий психофизиологических характеристик у юных танцоров и танцовщиц по данным теппинг-теста в периоде пубертата может отражать характер активных гормональных перестроек у подростков. Возможно поэтому относительно замедленное вработывание наблюдается независимо от принадлежности к полу. Характер половых различий частоты движения кистью танцоров вновь обозначается при завершении гормональных перестроек в периоде постпубертат. Кроме того, наибольшее количество межсистемных корреляционных связей между стабилметрическими и психофизиологическими параметрами отмечается у танцоров, находящихся в препубертатном периоде развития.

Установленные нами возрастные и половые отличия функционирования центральной нервной системы могут служить основой для совершенствования и коррекции тренировочных программ юных танцоров и танцовщиц на соответствующих этапах тренировочного процесса.

Выводы:

1. Установлена общая тенденция для танцоров и танцовщиц разного возраста – значительное ухудшение вертикальной устойчивости при выполнении стабилметрической пробы с закрытыми глазами. В подростковом возрасте отмечаются небольшие половые различия в поддержании баланса, что часто замечается тренерами – подросткам-танцорам, особенно танцовщицам, трудно поддерживать устойчивость при выполнении различных танцевальных движений и поз.

2. Выявлено небольшое количество половозрастных различий при выполнении стабилметрического тестирования: статистически значимые различия отмечены по 2 параметрам у танцоров и по 2 параметрам у танцовщиц.

3. Психофизиологическое тестирование у испытуемых спортсменов-танцоров и спортсменок-танцовщиц выявило значимые различия в показателях теппинг-теста во всех трех возрастных группах: количество нажатий с годами закономерно увеличивается. Отличий больше всего на первых 10-ти секундных отрезках тестирования, что подчеркивает различие реакций на раздражители в начальной фазе вработывания у танцоров и танцовщиц разного возраста.

4. Наибольшее количество корреляционных взаимосвязей между стабилметрическими параметрами и результатами теппинг-теста отмечается у мальчиков-танцоров, находящихся в препубертатном периоде развития.

Библиографический список:

1. Ермакова, И. В. и др. Особенности адаптации сердечно-сосудистой системы, автономной нервной регуляции сердечного ритма и эндокринной системы к нагрузкам разного характера у школьников 10-15 лет / Ермакова И. В., Догадкина С. Б., Рублева Л. В., Кмить Г. В., Безобразова В. Н., Шарاپов А. Н // Science for Education Today. – 2019. – Т. 9. – №. 5. – С. 176-204.

2. Захарьева, Н. Н., Коняев И. Д. Особенности физиологических характеристик танцоров высокой квалификации при занятиях спортивными бальными танцами / Н. Н. Захарьева, И. Д. Коняев // Редакционная коллегия. – 2019. – С. 204;

3. Корягина, Ю. В, Нопин С. В. Исследователь временных и пространственных свойств человека / Ю.В. Корягина, С.В. Нопин // Теория и практика физической культуры. – 2004. – № 2.–С. 51-54.

4. Правила соревнования, спортивные бальные танцы [Электронный ресурс] / Общероссийская общественная организация «Российский Танцевальный Союз» // URL: <https://mfst.dance/media/documents/RDUrules.pdf> Дата обращения: 09.12.2022.

5. Стабилографические исследования. Руководство пользователя / ЗАО «ОКБ «РИТМ», Таганрог. – 302 с.

6. Шаханова, А. В., Беленко И. С., Кузьмин А. А. Психофизиологический профиль и вегетативный статус у юных футболистов и баскетболистов 10-15 лет, занимавшихся в режиме ДЮСШОР / А. В. Шаханова, И. С. Беленко, А. А. Кузьмин // Вестник Адыгейского государственного университета. Серия 4: Естественно-математические и технические науки. – 9 (2008). – С. 78-90.

7. Jacobs, C. L., Hincapié C. A., Cassidy J. D. Musculoskeletal injuries and pain in dancers: a systematic review update / Jacobs C. L., Hincapié C. A., Cassidy J. D. //Journal of dance medicine & science. – 2012. – Т. 16. – №. 2. – P. 74-84.

УДК 614

ВЛИЯНИЕ АЭРОБНЫХ НАГРУЗОК НА КОГНИТИВНЫЕ НАВЫКИ

*Мардиева А.Н., студент,
Минигазимова Л.И., студент,
Ильясов Б.Г., старший преподаватель,
Башкирский государственный медицинский университет
Уфа, Россия*

В статье рассмотрены вопросы влияния аэробных нагрузок умеренной интенсивности, таких как ходьба, бег, плавание на функционирование и структуру головного мозга. Эффекты физической активности на головной мозг являются общими,

но есть и некоторые специфические, связанные с изменениями в префронтальной коре и гиппокампе. Эффективная работа мозга нуждается в постоянно поступающей импульсации от систем организма, выработке химических соединений, стимулирующих работу мозга. Физическая активность увеличивает экспрессию гена BDNF в головном мозге, что улучшает процесс обучения и памяти. Маркером снижения когнитивных функций является уменьшение данного нейротрофина в сыворотке крови. Гиппокамп как часть лимбической системы головного мозга участвует в консолидации памяти, в формировании пространственной памяти. Гиппокамп был идентифицирован как область мозга, чувствительная к физической активности. Оказалось, что увеличивается не только масса гиппокампа, но и стимулируется ангиогенез сосудистой сети головного мозга, что с свою очередь улучшает трофику тканей. Из анализа исследований выходит, что физическая активность является важным элементом, способным положительно влиять на когнитивные функции головного мозга.

Ключевые слова: когнитивные навыки, аэробные нагрузки умеренной интенсивности, нейротрофический фактор, гиппокамп, фракционная анизотропия.

THE EFFECT OF AEROBIC EXERCISE ON COGNITIVE SKILLS

*Mardieva A.N., student,
Minigazimova L.I., student,
Ilyasov B.G., senior lecturer,
Bashkir State Medical University
Ufa, Russia*

The article discusses the influence of moderate intensity aerobic exercise, such as walking, running, swimming on the functioning and structure of the brain. The effects of physical brain activity are common, but there are also some specific ones associated with changes in the prefrontal cortex and hippocampus. Effective brain work requires constant incoming impulses from the body's systems, the development of chemical compounds that stimulate the brain. Physical activity increases the expression of the BDNF gene in the brain, which improves learning and memory. A marker of cognitive decline is a decrease in this neurotrophin in the blood serum. The hippocampus, as part of the limbic system of the brain, participates in memory consolidation, in the formation of spatial memory. The hippocampus has been identified as an area of the brain sensitive to physical activity. It turned out that not only the hippocampal mass increases, but also angiogenesis of the cerebral vascular network is stimulated, which in turn improves tissue trophism. From the analysis of studies it turns out that physical activity is an important element that can positively affect the cognitive functions of the brain.

Keywords: cognitive skills, moderate intensity aerobic exercise, neurotrophic factor, hippocampus, fractional anisotropy.

Актуальность. Мозг человека способен к пластичности даже в пожилом возрасте. Современные исследования связаны с большими достижениями физической активности и с меньшей атрофией коры головного мозга, наряду с которыми улучшается функция головного мозга. Эффекты физической активности головного мозга являются общими, но есть и некоторые специфические, связанные с изменениями в префронтальной коре и гиппокампе.

Цель исследования. Цель исследования - суммировать исследования, связывающие физическую активность с улучшением работы мозга.

Методы исследования. Методами данного исследования являются теоретический обзор литературы по данной теме, анализ тематической литературы.

Введение. Актуальные научные исследования продемонстрировали влияние физических упражнений, в частности, аэробных нагрузок на пластичность мозга, положительно влияя на когнитивные навыки. Обработка и запоминание информации из окружающей среды происходит с помощью нейронов, которые образуют связи с другими нейронами. Эффективная работа мозга нуждается в постоянно поступающей импульсации от систем организма, выработке химических соединений, стимулирующих работу мозга.

Результаты исследования. Двигательная активность, в частности, плавание, бег, ходьба способствует выработке некоторых нейротрофинов. Например, нейротрофического фактора мозга. BDNF - белок, который относят к нейротрофинам. Физическая активность увеличивает экспрессию гена BDNF в головном мозге, что улучшает процесс обучения и памяти. Существует несколько механизмов, которые участвуют в экспрессии нейротрофина. Аэробные упражнения умеренной интенсивности способствуют синтезу мышцами белка иризина, который стимулирует повышению уровня BDNF в крови непосредственно после тренировок. Этот фактор играет важную роль в образовании миелиновой оболочки нейронов. Миелиновая оболочка участвует в проведении нервных импульсов и защите самих нейронов. Маркером снижения когнитивных функций является уменьшение данного нейротрофина в сыворотке крови.[4]

Для визуальной оценки влияния физической активности на когнитивные навыки проводились исследования на базе Мюнстерского университета с помощью диффузионно-тензорной магнитно-резонансной томографии. В ходе исследования измерялись показатели фракционной анизотропии, позволяющей количественно оценить изменения в веществе головного мозга. Более высокие уровни выносливости были связаны с более высоким уровнем фракционной анизотропии ($pFWE < 0,05$), а так же с улучшением глобальной когнитивной функции ($p < 0,001$). Участникам исследования предлагалось быстрым шагом в течение двух минут проходить по дистанции порядка 15 метров вперед и назад. Значительные положительные связи между выносливостью и когнитивными способностями были аналогичным образом обнаружены почти для всех когнитивных областей. Эти данные подтверждают идею о благотворном и потенциально защитном эффекте физической подготовленности на структуру мозга и когнитивные функции.[3]

Гиппокамп как часть лимбической системы головного мозга участвует в консолидации памяти, в формировании пространственной памяти. Гиппокамп был идентифицирован как область мозга, чувствительная к физической активности. Проводились исследования, изучающие влияние аэробных упражнений на размер гиппокампа и его функцию. В ходе исследований был обнаружен общий эффект аэробных упражнений на объем левого гиппокампа. После шести недель аэробных упражнений заметно увеличение левого гиппокампа в переднюю часть. Оказалось, что увеличивается не только масса гиппокампа, но и стимулируется ангиогенез сосудистой сети головного мозга, что с свою очередь улучшает трофику тканей.[1]

Большой объем физической активности и кардиореспираторной подготовленности связаны с улучшением когнитивных функций у пожилых людей. В исследовании, организованном Питтсбургским университетом участвовала группа пожилых людей, часть из которой рандомизированно определилась в группу с умеренной интенсивностью физической активности, а другая - в менее активную контрольную группу. В течение 6 месяцев обе группы выполняли подготовленные программы тренировок три раза в неделю в течение шести месяцев. До и после вмешательства проводилось комплексное нейропсихологическое обследование. Было выявлено, что в группе тренировок умеренной интенсивности повышается производительность выполнения задач, чего не отмечалось в контрольной группе. При этом исследователи отмечают, что когнитивные изменения в пожилом возрасте

являются как общими, так и специфическими. Исполнительные функции улучшаются больше, чем другие когнитивные функции.[2]

Выводы. Таким образом, из всего вышесказанного следует, что физическая активность является важным элементом, способным положительно влиять на когнитивные функции головного мозга.

Библиографический список:

1. Broadhouse K. M. et al. Hippocampal plasticity underpins long-term cognitive gains from resistance exercise in MCI //NeuroImage: Clinical. – 2020. – Т. 25. – С. 102182.

2. Erickson K. I., Gildengers A. G., Butters M. A. Physical activity and brain plasticity in late adulthood //Dialogues in clinical neuroscience. – 2022.

3. Opel N. et al. White matter microstructure mediates the association between physical fitness and cognition in healthy, young adults //Scientific Reports. – 2019. – Т. 9. – №. 1. – С. 12885.

4. Сутормина Н. В. Роль нейротрофического фактора мозга (BDNF) в физической активности (обзор) //Комплексные исследования детства. – 2022. – Т. 4. – №. 2. – С. 124-133.

УДК 796/799

ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ СТУДЕНТОВ 1 КУРСА НЕФИЗКУЛЬТУРНЫХ СПЕЦИАЛЬНОСТЕЙ ПО ОПРЕДЕЛЕНИЮ СИЛОВОЙ ВЫНОСЛИВОСТИ

*Медведкова Н.И., д.п.н., профессор,
Гжельский государственный университет,
Гжель, Россия*

В статье представлены результаты исследовательской деятельности студентов по определению силовой выносливости. Цель исследования – научить студентов определять и анализировать свои показатели силовой выносливости. Методы исследования – анализ научно-методической литературы, тестирование показателей силовой выносливости. Были предложены следующие тесты: подтягивание на высокой перекладине для юношей; отжимание от пола для девушек; поднимание-опускание туловища из положения лежа на спине (для обоих полов); время выполнения планки на прямых руках. Результаты исследования показали, что юноши в среднем подтягиваются 10,8 раза, девушки отжимаются в среднем 12,7 раз; поднимают-опускают туловище из положения лежа на спине юноши 53,1 раза, девушки – 37,1 раза; в планке юноши в среднем стоят 122,4 мин, девушки – 74,3 с. Каждый студент сделал для себя соответствующие выводы.

Ключевые слова: силовая выносливость, студенты, исследовательская деятельность.

RESEARCH ACTIVITY OF 1ST YEAR STUDENTS OF NON-PHYSICAL EDUCATION SPECIALTIES ON DETERMINATION OF STRENGTH ENDURANCE

*Medvedkova N.I., Grand PhD, professor,
Gzhel State University,
Gzhel, Russia*

The article presents the results of students' research activities to determine strength endurance. The purpose of the study is to teach students to determine and analyze their

strength endurance indicators. Research methods – analysis of scientific and methodological literature, testing of strength endurance indicators. The following tests were proposed: pulling up on a high crossbar for boys; push-ups from the floor for girls; lifting-lowering the trunk from the supine position (for both sexes); the time of the plank on straight arms. The results of the study showed that boys on average pull up 10.8 times, girls do push-ups on average 12.7 times; they raise and lower the trunk from the supine position 53.1 times, girls – 37.1 times; in the bar, boys on average stand 122.4 minutes, girls – 74.3 s. Each student drew the appropriate conclusions for himself.

Keywords: strength endurance, students, research activity.

Актуальность. В настоящее время подростки и молодежь слишком много времени проводят в состоянии гипокинезии и гиподинамии, за компьютерами, телефонами, ноутбуками и т.п., что сказывается на их физической подготовленности. Многие не укладываются в нормативы вузовской программы.

Как показали результаты нашего опроса, одними из самых сложных нормативов физической подготовленности студентов являются бег на длинные дистанции и показатели силовой выносливости [6], у юношей – подтягивание на высокой перекладине; у девушек – сгибание-разгибание рук из положения лежа на спине (отжимание). Развитием силовой выносливости занимаются различные исследователи [1, 2, 3, 4, 5, 7, 8, 9], некоторые из них предлагают использовать метод круговой тренировки [3, 4, 7, 8, 9]. Таким образом, определение и развитие силовой выносливости студентов является актуальной проблемой.

Исследование проводилось в Гжельском государственном университете в рамках теоретического курса дисциплины «Физическая культура и спорт» в 2023 году. В нем приняли участие студенты первого курса нефизкультурных специальностей.

Цель исследования – научить студентов определять и анализировать свои показатели силовой выносливости.

Методы исследования – анализ научно-методической литературы, тестирование показателей силовой выносливости. Были предложены следующие тесты: подтягивание на высокой перекладине для юношей; отжимание от пола для девушек; поднятие-опускание туловища из положения лежа на спине (для обоих полов); время выполнения планки на прямых руках.

Результаты исследования показаны на рисунках 1-3.

Количество раз

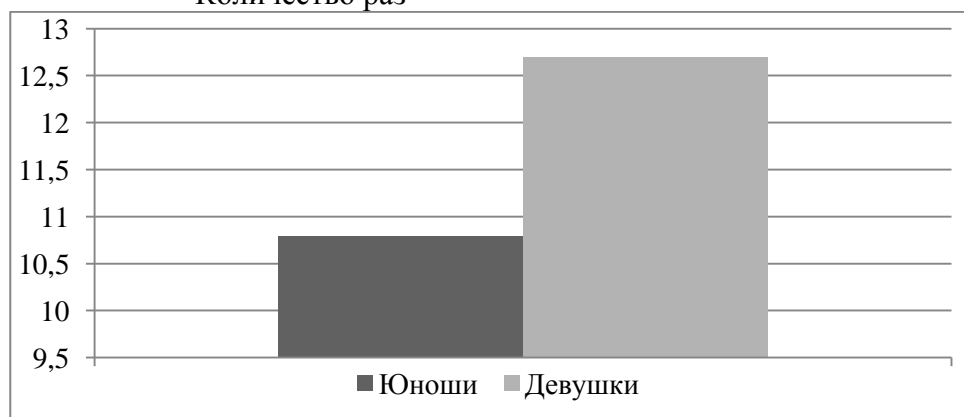


Рисунок 1 –

Подтягивание на перекладине у юношей и отжимание от пола у девушек

Из рисунка 1 видно, что средний результат в подтягивании у юношей равен 10,8 раза, что соответствует бронзовому знаку ГТО. Показатели изменялись от 2 до 25 раз. Больше всего делали студенты, постоянно занимающиеся физическими упражнениями самостоятельно или в тренажерном зале.

У девушек средний показатель в сгибании – разгибании рук из положения лежа равен 12, 7 раза, что соответствует серебряному знаку ГТО. Показатели изменялись от 1 до 45 раз. Самые высокие показатели были у девушек, занимающимися в тренажерном зале или дома с гантелями.

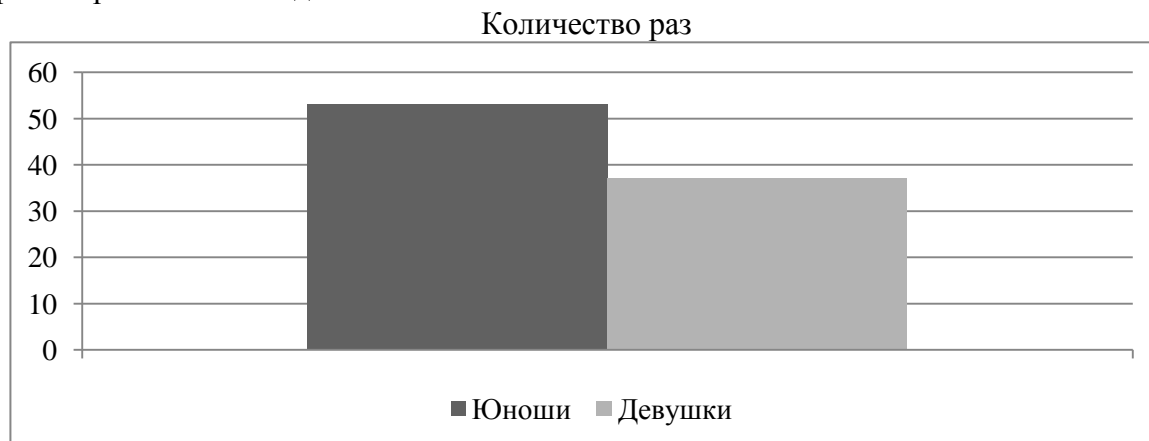


Рисунок 2 – Поднимание-опускание туловища из положения лежа на спине

Результаты исследования поднимания-опускания туловища из положения лежа на спине показали, что средний результат у юношей 53,1 раза, изменяясь от 22 до 97 раз; у девушек – 37,1 раза, изменяясь от 3 до 90 раз. Это свидетельствует о том, что студентам необходимо работать над прессом, преподавателям по физвоспитанию включать во время занятий побольше упражнений на данные мышцы.

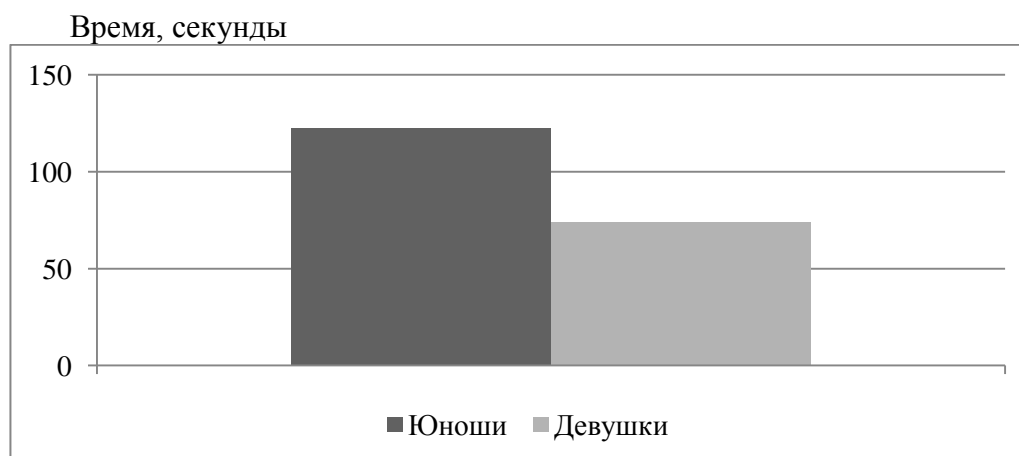


Рисунок 3 – Выполнение планки

Из рисунка 3 видно, что юноши в среднем удерживают планку 122,4 с, данный показатель изменялся от 38 до 300 секунд; девушки в среднем удерживают планку 74,3 секунды, данный показатель изменялся у них от 14 до 196 секунд.

Вывод: выполняя исследовательскую работу, студенты научились определять свою силовую выносливость, анализировать показатели и делать выводы, как и чем надо заниматься, чтоб улучшить свою физическую подготовленность.

Библиографический список:

1. Воробьева Н.П. Методика развития силовой выносливости в учебном процессе для студентов 1 курса //Экономический вектор.- 2015.- №3(2).- С.121-123.
2. Забелина Л.Г. Развитие силовой выносливости у студентов технического вуза //Актуальные проблемы спортивной подготовки, оздоровительной физической культуры, рекреации и туризма. Адаптивная физическая культура и медицинская

реабилитация: инновации и перспективы развития: мат-лы Всерос. научно-практич. конф.- Челябинск, 2020.- С.101-105.

3. Зюзьгина Т.А. Развитие силовой выносливости у студентов методом круговой тренировки //Научное обеспечение развития АПК в условиях импортозамещения: сб. науч. тр. -у СПб.- Пушкин, 2020.- С. 284-286.

4. Кошечев А.С., Мясников Ю.С., Рогожников А.В. Развитие силовой выносливости студентов технических вузов на занятиях по физической культуре с использованием метода круговой тренировки //Проблемы физической культуры и спорта и пути их решения: мат-лы Всерос. научно-практич. конф. с международным участием.- Киров, 2016.- С.129-132.

5. Ливень А.Ф., Горбенко Н.И. Развитие силовой выносливости у студентов с помощью подвижных игр //Проблемы и перспективы развития физической культуры и спорта: мат-лы XVIII Всерос. научно-практич. конф.- Кемерово, 2020.- С.35-38.

6. Медведкова Н.И., Илькевич К.Б., Медведков В.Д. Мнения студентов вуза искусств о выполнении нормативов комплекса ГТО //Образование. Наука. Культура: мат-лы международ. науч. форума.- Гжель, 2017.- С.987-991.

7. Переплеткин А.Ю., Кузин М.В., Терещенко А.А. Развитие силовой выносливости у студентов вузов методом круговой тренировки //Инновационные проекты и технологии в образовании, промышленности и на транспорте: мат-лы научно-практич. конф.- Омск, 2014.- С.435-442.

8. Сидоренко Р.А. Развитие силовой выносливости у студентов вузов методом круговой тренировки //Образовательная среда сегодня: теория и практика: сб. мат-лов VIII Международной научно-практич. конф. - Чебоксары, 2019.- С.136-138.

9. Шакиров Д.Р. Развитие силовой выносливости методом круговой тренировки у студентов //Научный лидер.- 2021.- №43 (45).- С.96-98.

УДК 613.71

ВЛИЯНИЕ ФИЗИЧЕСКИХ УПРАЖНЕНИЙ НА ВОССТАНОВЛЕНИЯ ОРГАНИЗМА БОЛЬНЫХ С ОЖОГАМИ

*Мифтахов Р.А., к.п.н., доцент,
Общественный благотворительный фонд «Ярдам-Помощь»,
Казанский кооперативный институт (филиал)
Российский университет кооперации,
Гайнутдинов А.А. старший преподаватель,
Казанская государственная академия ветеринарной медицины имени Н.Э. Баумана
Казань, Россия*

Цель статьи - рассмотреть эффективность проведения лечебной физической культуры для больных с ожогами, для восстановления полноценной жизни. В соответствии с целью исследования были сформулированы следующие задачи: 1. Последовательно рассмотреть влияние ожогов на организм и последствия, к которым они могут привести. 2. Рекомендованы физические упражнения, облегчающие состояние больного. В основу исследования положена гипотеза, которая предполагает, что рассмотрев методы и формы лечебной физической культуры, применив на практике данные методики, произойдет значительное улучшение физических показателей у людей после ожогов. В результате выполнения рекомендаций данных методик, 71% исследуемых людей улучшили опорно-двигательный аппарат, сердечно-сосудистую, дыхательную и вегетативную систему.

Ключевые слова: физические упражнения, ожог, функция, лечебная физическая культура, больного

INFLUENCE OF PHYSICAL EXERCISE ON THE BODY RECOVERY OF PATIENTS WITH BURNS

*Miftakhov R.A., PhD, Associate Professor,
Nationwide charity Yardam-Help fund.*

Kazan Cooperative Institute (branch)

"Russian University of Cooperation" Kazan, Russia

Gainutdinov A.A. senior lecturer,

Kazan State Veterinary Academy medicine named after N.E. Bauman Kazan, Russia

The purpose of the article is to consider the effectiveness of therapeutic physical training for patients with burns, to restore a full life. In accordance with the purpose of the study, the following objectives were formulated: 1. Consistently consider the effect of burns on the body and the consequences to which they can lead. 2. Physical exercises are recommended to alleviate the patient's condition. The study is based on a hypothesis that assumes that by considering the methods and forms of therapeutic physical Education and applying these techniques in practice, there will be a significant improvement in the physical performance of people after burns. As a result of following the recommendations of these methods, 71% of the people studied improved their musculoskeletal, cardiovascular, respiratory and autonomic systems.

Key words: physical exercise, burn, function, therapeutic physical Education, patient

При ожогах различного происхождения обычно повреждаются кожные покровы и лишь изредка глубжележащие ткани: мышцы, сухожилия, кости. Кожа выполняет различные функции. Она служит защитным покровом глубоких тканей от проникновения микробов, является органом осязания, термической и болевой чувствительности, регулирует температуру тела, выполняет выделительную функцию и т.д.

Повреждение кожи вызывает нарушение этих функций и, в случае глубоких и обширных по площади ожогов, оказывает общее влияние на весь организм, вызывая тяжелые и длительные нарушения общего состояния в виде ожоговой болезни. В комплексе лечения ожоговой болезни широко применяется и лечебная физкультура, задачи и методика которой меняются в зависимости от периодов ожоговой болезни, степени, площади и локализация ожогов.

Стойкая лихорадка, вызванная распадом омертвевших от ожогов кожных покровов, обильное выделение из ран экссудата, сильные боли истощают больного; кроме того, длительное пребывание в постели, боли при движениях значительно снижают его двигательную активность. В результате понижается общий тонус больного, возникает заторможенность, угнетение психики [4]. В условиях неподвижности понижаются вегетативные функции организма. На некоторых этапах (в начале ожоговой болезни) покой является целесообразным, но в большинстве случаев он затягивается, механизмы выключения движений действуют более длительно, чем это нужно. Они продолжают действовать и тогда, когда ликвидируются воспалительные явления после ожога и уменьшается болезненность. Создается рефлекторно-защитная неподвижность, которая продолжает понижать тонус больного и замедляет его выздоровление.

Лучшим тонизирующим средством являются физические упражнения. Они повысят тонус вегетативной системы (обеспечат усиление скорости кровотока, открытие дополнительных капилляров и т. д.), повысят общий тонус организма, дадут больному больше уверенности в своих силах и двигательных возможностях, улучшат его настроение, особенно в тех случаях, когда больной самостоятельно, активно будет выполнять упражнение и когда занятие по лечебной физкультуре будет достаточно эмоциональным.

Тяжесть ожоговой болезни и снижение двигательной активности отражаются на функции жизненно важных органов. У большинства больных наблюдаются изменения со стороны сердечно-сосудистой системы: тахикардия, одышка, явления миокардиодистрофии. Кроме того, при длительной неподвижности частично выключаются вспомогательные факторы кровообращения (присасывающее действие грудной клетки, расширение венозных сосудов при работе крупных мышечных групп и т. д.) [8]. Нагрузка, хотя и небольшая, в этом случае почти полностью приходится на сердце; сердце привыкает к такой небольшой нагрузке, тренируется. Поэтому, когда по мере выздоровления включаются активные движения, сердце с трудом приспособляется к повышенным требованиям.

Если больной систематически занимался лечебной физкультурой (еще во время пребывания в постели, при незаживших ожоговых ранах) и в занятие включались активные движения и специальные дыхательные упражнения, механизм кровообращения нормализовался быстрее. Каждый занимающийся должен научиться правильно дышать, правильно заполнять легкие воздухом при входе и правильно его удалять при выдохе [1].

У больных с глубокими ожогами, а особенно в области грудной клетки, часто развиваются пневмонии: как застойные, связанные с почти полной неподвижностью больного, так и бактериальные. При этом значительно уменьшается экскурсия грудной клетки, жизненная емкость легких становится в 1,5-2 раза меньше, появляется одышка, учащается дыхание. Нарушение механизма дыхания остается надолго и после того, как прошла пневмония.

Физические упражнения являются важным средством профилактики пневмонии (особенно гипостатической) и, кроме того, помогают восстановить нормальный механизм дыхания. Под их влиянием дыхание становится более глубоким, увеличивается амплитуда дыхательных экскурсий и жизненная емкость легких.

Иногда течение ожогов осложняется нефритом, гепатитом, язвенными процессами в желудочно-кишечном тракте. Эти осложнения значительно ухудшают состояние больного, и тем необходимее, по мере стихания острого воспалительного процесса, средствами лечебной физкультуры облегчить переход больного к выздоровлению.

Длительно протекающая ожоговая болезнь, как правило, отрицательно влияет и на двигательный аппарат больного [6].

Бездеятельность и вынужденное положение обожженных конечностей приводят к контрактурам. Вначале это противоболевая контрактура, новый условный рефлекс, который, однако, бывает таким сильным, что закрепляется, и контрактура остается и тогда, когда проходит боль. Затем, в условиях неподвижности больного появляются вторичные изменения в тканях [5]. В мышцах развивается атрофия, которая и так появляется у обожженного вследствие большой потери белка, ожогового истощения, а иногда и ожога самой мышцы. Уменьшается сила мышцы, снижается ее тонус. Это приводит к тому, что больной с трудом двигает даже здоровой конечностью.

При ожогах часто происходит рубцовое стягивание кожи, фасций, сухожилий, мышц, образование различных спаек и сращений. При отсутствии специальных физических упражнений эти изменения ограничивают движения в суставах, а иногда и полностью исключают функцию.

При длительно существующих ожоговых ранах в области суставов и отсутствии систематических физических упражнений появляются атрофически-дистрофические изменения всех тканей, окружающих сустав. Образуются внутрисуставные спайки, происходит сморщивание синовиальной оболочки, атрофия хряща, появляются спайки между сухожилиями и сухожильными влагалищами [7]. Атрофия мышечно-связочного аппарата сустава иногда приводит к подвывихам. Наиболее типичны - задний подвывих коленного сустава, передний подвывих плечевого сустава.

В костях также происходят вторичные изменения, такие, как очаговый и диффузный остеопороз, деструкция суставных концов костей и т. д. При отсутствии функции эти изменения приводят к анкилозу в суставах, а иногда и к патологическим переломам.

В ряде случаев тяжелые ожоги осложняются различными невритами и парезами. Чаще всего встречается парез п. *peroneus* и (если не принимаются такие меры, как пассивное движение в голеностопном суставе, лечение правильным положением стопы) появляются вторичные изменения в суставе, развивается контрактура, и стопа застывает в положении сильного подошвенного сгибания («конская стопа»).

Лучшей профилактикой всех этих изменений двигательного аппарата является возможно раннее заживление ожоговых ран, замещение раневых дефектов в области суставов крупными трансплантатами, раннее применение активных сокращений мышц и движений в суставах.

Физические упражнения будут улучшать питание поврежденных тканей, усилят обменные процессы в мышцах, усилят мышечный тонус, а если нужно, то и понизят его при контрагированных мышцах (путем расслабления, разгрузки), усиливая кровоснабжение мышц, костей, ускорят рассасывание патологических продуктов. Положительный результат физических упражнений зависит от многих условий, и в первую очередь от формы организации и построения занятий [2]. Таким образом, физические упражнения помогут нормализовать функции отдельных органов и организма в целом, адаптировать больного по мере его выздоровления, к повышающимся требованиям окружающей среды, к привычным мышечным нагрузкам в быту и трудовой деятельности.

Под влиянием активной деятельности происходит изменение структуры мышечной ткани. После гибели кожной или мышечной ткани в результате ожога наступает процесс рассасывания, отторжения некротических элементов, а затем и замещение дефекта (естественным путем). Иногда для этой цели производится пластическая операция. В первом случае дефект иногда замещается полноценной тканью, похожей на погибшую, или неполноценной - рубцом, который не обеспечивает функцию. В ходе этого процесса роль активных движений очень велика. Если пострадала мышца, то вовсе не безразлично, когда она начнет активно функционировать: если рано, то дефект будет замещаться за счет мышечной ткани, если поздно - сформируется рубец, который ограничит функцию. В отношении костной ткани известно в хирургической практике влияние функционального раздражения на образование костной мозоли, поэтому в тех случаях, когда при ожогах поражены кости, своевременные занятия лечебной физкультурой ускорят регенерацию. Поэтому активные движения нужны не только как помощь в восстановлении функции, но и для профилактики вторичных изменений.

В тех случаях, когда патологический процесс при ожогах зашел далеко и вызвал такие морфологические изменения, что нормальная функция невозможна или полностью утрачена, возникает задача компенсации функции. Роль лечебной физкультуры в этом процессе огромна. Правильно подобранные физические упражнения будут способствовать формированию компенсаций. Воздействие физических упражнений происходит не только на конкретный орган, а через нервную систему на весь организм [3].

Примером этому может служить следующий случай:

Ожог, проникающий в плечевой сустав, вызвал тяжелый артрит и затем анкилоз в суставе; функция плечевого сустава утрачена; специальными физическими упражнениями можно увеличить подвижность лопатки, совершенствовать движения в локтевом суставе и суставах кисти, укрепить мышцы плечевого пояса и верхней конечности. Все это значительно компенсирует утраченную функцию. Еще пример: после ожога ампутированы пальцы кисти, затем произведена фалангизация, лечебная физкультура может создать новые функции фалангизированных пальцев, обучить их

координированным движениям, больной сможет выполнять такую тонкую работу, как письмо, вышивание и т. д.

Таким образом, основное средство лечебной физкультуры - правильно организованная мышечная деятельность - окажет тонизирующее влияние на организм обожженного, поможет восстановлению и нормализации жизнедеятельности организма, облегчит переход к выздоровлению, адаптируя больного к привычным мышечным нагрузкам. Воздействуя на трофические процессы, она будет служить целям предупреждения тех морфологических и биохимических изменений, которые обычно происходят при ограничении функции, связанном с длительной неподвижностью больного. В случае необратимых изменений или утраты функции, физические упражнения будут способствовать формированию компенсаций.

Библиографический список:

1. Мифтахов, Р.А. Организационно-методические основы оздоровительной физической культуры студентов: учебное пособие / Р.А. Мифтахов. - Москва: РУСАЙНС 2019. – 90 с.

2. Мифтахов, Р.А. Содержание и методика оздоровительной физической культуры различных слоев населения и студенческой молодежи: учебное пособие / Р.А. Мифтахов. - Москва: РУСАЙНС 2019. – 97 с.

3. Мифтахов Р.А., Чинкин С.С., Сергеева Н.Б. Влияние физических упражнений на организм студенческой молодежи. Научно-практический журнал «Глобальный научный потенциал», № 3 (120) 2021. С.111 – 113.

4. Электронный ресурс. Режим доступа <https://www.krasotaimedicina.ru/>. Заторможенность – причины, диагностика и лечение

5. Электронный ресурс. Режим доступа <https://vvt24.ru/>. Последствия и осложнения после ожогов. Осложнения. Уход за пострадавшим.

6. Электронный ресурс. Режим доступа <https://trauma.ru/content/articles/> Практические вопросы оказания неотложной помощи: больной с термической травмой.

7. Электронный ресурс. Режим доступа <https://www.blackpantera.ru/ozhogi/24735/>. Местные осложнения ожоговой болезни

8. Электронный ресурс. Режим доступа <https://www.medchitalka.ru/surgery/burn/conservat/25909.html/>. Лечебная физкультура. Консервативные методы реабилитации обожженных.

УДК:617-089

МЕТОДИКА ПРОВЕДЕНИЯ ЛЕЧЕБНОЙ ФИЗКУЛЬТУРЫ У БОЛЬНЫХ С ОЖОГАМИ

*Мифтахов Р.А., к.п.н., доцент,
Общественный благотворительный фонд «Ярдам-Помощь»,
Казанский кооперативный институт (филиал)
Российский университет кооперации,
Гайнутдинов А.А. старший преподаватель,
Казанская государственная академия ветеринарной медицины имени Н.Э. Баумана
Казань, Россия*

Цель статьи - рассмотреть результативность проведения лечебной физической культуры для больных с ожогами, по рекреации вполне достаточной жизни. В соответствии с целью исследования были обобщены следующие задачи: 1. Последовательно рассмотреть способы лечения до и после операции методику восстановительной лечебной физической культуры на организм больного. 2.

Рекомендованы физические упражнения, локализация ожогов, схему занятий облегчающие состояние больного. В основу результативность положена гипотеза, которая рассматривает, что анализировать методы и формы лечебной физической культуры, применив на практике данные методики, произойдет значительное улучшение физических показателей у людей после ожогов. В результате выполнения рекомендаций данных методик, 75% исследуемых людей восстановили свое здоровье, сердечно-сосудистую, дыхательную систему и опорно-двигательный аппарат.

Ключевые слова: физические упражнения, ожог, занятия, лечебная физкультура, больной.

METHOD OF CONDUCTING PHYSICAL THERAPY IN PATIENTS WITH BURNS

*Miftakhov R.A., PhD, Associate Professor,
Nationwide charity Yardam-Help fund.
Kazan Cooperative Institute (branch)
"Russian University of Cooperation" Kazan, Russia
Gainutdinov A.A. senior lecturer, rafm1970@mail.ru,
Kazan State Veterinary Academy
medicine named after N.E. Bauman Kazan, Russia*

The purpose of the article is to consider the effectiveness of conducting therapeutic physical training for patients with burns, and for recreation a completely sufficient life. In accordance with the purpose of the study, the following tasks were summarized: 1. Consistently consider the methods of treatment before and after surgery, the method of restorative therapeutic physical training on the patient's body. 2. Physical exercises, localization of burns, and an exercise regimen that alleviate the patient's condition are recommended. The effectiveness is based on a hypothesis that expects that by analyzing the methods and forms of therapeutic physical Education, applying these techniques in practice, there will be a significant improvement in the physical performance of people after burns. As a result of following the recommendations of these methods, 75% of the people studied regained their health, cardiovascular, respiratory system and musculoskeletal system.

Key words: physical exercises, burn, exercises, physical therapy, patient

Методика лечебной физкультуры у больных с ожогами определяется различными факторами, главным образом глубиной и площадью ожогов, способом их лечения, периодами ожоговой болезни, локализацией, возрастом больного.

При поверхностных и небольших по площади ожогах двигательная функция, как правило, не нарушается, а общее состояние больного остается хорошим. Занятия лечебной физкультурой в этих случаях носят общетонизирующий характер и проводятся в форме гигиенической гимнастики. Начинать их надо с первых же дней после ожога и продолжать до полного выздоровления больного [5].

При глубоких ожогах занятия надо начинать не раньше 3-4-го дня после ожога, так как в первые дни возможен ожоговый шок. Сначала необходимо включать в занятия главным образом дыхательные упражнения, а затем осторожно вовлекать в активные движения суставы обожженных участков тела. Нагрузка в дальнейшем зависит от состояния больного, а задачи лечебной физкультуры - от тех нарушений функции, которые были вызваны ожоговой болезнью. Продолжать занятия необходимо до полного восстановления функций.

Способ лечения. Современная терапия глубоких ожогов заключается в оперативном замещении погибшей кожи здоровой, взятой с необожженных участков

тела больного (пересадка кожи). Поэтому для ожоговой клиники характерно, что больные с глубокими ожогами пребывают в дооперационном и послеоперационном периодах. Методика лечебной физкультуры в этих периодах различна.

До операции необходимо возможно раньше начать занятия и, на фоне общетонизирующих упражнений, давать упражнения для обожженных участков тела с тем, чтобы улучшить кровоснабжение ожоговых поверхностей. Это, наряду с такими средствами, как калорийное питание, переливание крови, будет способствовать лучшему приживлению пересаженных лоскутов кожи. До операции в занятиях можно использовать и активные, и осторожные пассивные движения и производить их по возможно большей амплитуде. Ожоговые раны (даже большие по площади) не должны служить основанием для отмены лечебной физкультуры. Занятия следует продолжать вплоть до дня операции. Ежедневные физические упражнения для мышц стоп служит хорошим средством предупреждения существенных изменений не только в самой стопе, но и в опорно-двигательном аппарате, а также поддержании обмена веществ в организме и системе органов кровообращения [1].

После операции осторожные дыхательные упражнения надо начать в тот же день (особенно тогда, когда при операции применяется общее обезболивание), а со второго дня их можно проводить в сочетании с легкими общетонизирующими упражнениями. Однако движения в оперированной области следует начинать не раньше, чем на 6-7-й день после операции для того, чтобы не вызвать напряжения мышц и не сместить пересаженные лоскуты (это особенно относится к тем случаям, когда операция произведена по методу встречных треугольников и натяжение тканей предельное).

Вовлекая в движение оперированную область, не следует забывать об упражнениях для здоровой конечности. Эти упражнения помогут восстановить кровообращение в тканях и будут способствовать приживлению пересаженного лоскута. В оперированной области после 6-7-го дня движения должны быть сначала только активными, небольшими по нагрузке и амплитуде. По мере приживления лоскутов и улучшения общего состояния больного нагрузка в занятиях увеличивается, включаются пассивные упражнения.

Сочетание своевременного хирургического лечения с ранним применением лечебной физкультуры будет способствовать сохранению функции. В случаях не приживления пересаженных лоскутов занятия лечебной физкультурой проводятся по той же методике, что и в дооперационном периоде. В оздоровительными упражнениями они позволяют поддерживать на должном уровне мышечный тонус [2].

Периоды ожоговой болезни. В периоде шока лечебная физкультура противопоказана, но в остальных периодах она приобретает большое значение. Есть много общего в методике и задачах лечебной физкультуры при всех периодах ожоговой болезни, но есть и черты, характерные для каждого периода. Если борьба с застойными явлениями в различных органах, повышение тонуса организма является главным в занятиях лечебной физкультурой во время периода интоксикации, то в периоде истощения, в дополнение к этому, ставятся и такие задачи, как борьба с атрофией мышц, туго-подвижностью в суставах. А в периоде восстановления главной задачей становится ликвидация последствий ожогов, адаптирование больного к обычным мышечным нагрузкам, подготовка больного к ходьбе и самообслуживанию.

Локализация ожогов. Она бывает самой разнообразной, и в зависимости от этого, характер травмы различен в каждом случае. Методика лечебной физкультуры приобретает характерные черты и особенности в зависимости от этих различий.

Возраст больного. Методика лечебной физкультуры при ожогах зависит и от возраста. Сочетание неподвижности при ожоговой болезни и преклонного возраста особенно легко вызывает появление застойных явлений в легких, кровеносных сосудах, желудочно-кишечном тракте и т. д. Поэтому для лиц пожилого возраста особенно

важны ранние физические упражнения. Необходимо в этих случаях сократить до минимума срок пребывания в постели, возможно скорее поднять больного, перевести его на режим более активный. Кроме того, надо учитывать, что в пожилом возрасте значительно нарушается координация движений, поэтому упражнения должны быть простыми, понятными, а иногда разделенными на отдельные элементы. В занятии должно быть больше дыхательных, общетонизирующих упражнений, меньше силовых, связанных с большим напряжением. Нагрузка на занятиях должна постепенно повышаться движение чередоваться с отдыхом. Медицинский контроль за состоянием больного (пульс, кровяное давление), необходимый всем занимающимся, для пожилого возраста особенно важен.

Методика занятий с студентами несколько иная. Здесь тоже должна быть небольшая нагрузка, легко выполнимые упражнения. Но нужно учитывать, что дети не умеют сосредоточиться надолго, часто бывают непослушными (особенно во время болезни) и не любят выполнять однообразные движения. Поэтому занятия должны быть разнообразными, построенными как игра. Урок должен быть живым, интересным и, по возможности, не вызывающим никаких неприятных ощущений у студента.

Виды упражнений. Активные упражнения, т. е. те, которые больной выполняет самостоятельно, составляют основу лечебной физкультуры. Они поддерживают сократительную способность мышц, улучшают кровообращение и лимфоотток, увеличивают число функционирующих капилляров в работающей мышце. Они безопасны, так как больной, выполняя их под собственным контролем, не причинит себе боли и не повредит обожженные ткани. Поберечь ткани и помешать образованию спаек, следует начинать в занятиях лечебной физкультурой с активных движений. Воздействие физических упражнений происходит не только на конкретный орган, а через нервную систему на весь организм [3].

Пассивные упражнения применяются тогда, когда рана заживает, стихают острые боли, на месте раны образуется рубцовая ткань и уже недостаточно одних активных упражнений, чтобы растянуть рубцующуюся ткань. Нужно помочь больному преодолеть механическое сопротивление рубца при движении. Тогда в занятия включаются пассивные движения, выполняемые с помощью методиста. Эти упражнения улучшают подвижность в суставе, повышают эластичность рубца, но надо бережно относиться к тканям и не производить грубых и болезненных движений. Пассивные упражнения особенно эффективны, когда они проводятся в сочетании с тепловыми процедурами.

При формировании контрактуры в результате ожога, независимо от того, какого она происхождения- рефлекторно-болевая или рубцовая — тонус мышц сгибателей (при сгибательной контрактуре) или разгибателей (при разгибательной контрактуре) значительно повышается, а мышцы-антагонисты становятся растянутыми и ослабленными. Как в профилактике контрактур, так и в их лечении очень большое внимание надо уделять упражнениям, рассчитанным на укрепление мышц антагонистов (активные, силовые упражнения) и на расслабление контрагированных мышц (движения по небольшой амплитуде, с разгрузкой и т. д.).

Схема занятия лечебной гимнастикой и дозировка упражнений. Занятия лечебной гимнастикой при любых заболеваниях состоят из трех разделов: вводного, основного и заключительного. Задачей вводного раздела является подготовка организма к предстоящим специальным упражнениям основного раздела [6]. Во вводном разделе даются общетонизирующие упражнения с небольшой нагрузкой, дыхательные упражнения. Основной раздел состоит из специальных: упражнений для каждого конкретного заболевания, с учетом периода заболевания, локализации. Все специальные упражнения проводятся в этом разделе на фоне общеукрепляющих, чередуются с отдыхом. Кривая физиологической нагрузки достигает максимума. В заключительном разделе нагрузка постепенно снижается и восстанавливается

спокойное состояние организма. В этом разделе выполняются легкие упражнения в медленном темпе, много дыхательных упражнений.

Занятия лечебной гимнастикой с больными, пострадавшими от ожогов, в основном также строятся на этих принципах. Но так велика тяжесть ожоговой болезни, разнообразна локализация ожогов, что часто очень трудно построить урок соблюдая это разделение.

В клинике встречаются ожоги, комбинированные с различными травмами (переломами, ушибами); иногда к страданиям от ожоговых ран прибавляются страдания от длительно не заживающих донорских участков. Ожоги часто осложняются различными заболеваниями внутренних органов. Нужно очень хорошо знать больного и особенности его состояния, чтобы подобрать нужную методику и правильно построить занятие. Иногда занятие длится всего 2-3 мин и состоит из нескольких дыхательных и нескольких локальных упражнений, так как тяжесть состояния больного не позволяет сделать нагрузку большей. В другом случае оно длится 30-40 мин и включает в себя все три раздела: вводный, основной и заключительный. Так же разнообразна и дозировка упражнений во время занятий. Она зависит от очень многих факторов, в том числе от периода ожоговой болезни, локализации и степени ожога, возраста больного, систематичности занятий, индивидуальной тренированности больного и т. д. При разучивании упражнений особое внимание должно обращаться на правильное их выполнение [4].

Виды занятий лечебной физкультурой. Индивидуальные занятия. В ожоговой клинике лечебная физкультура проводится в основном в форме индивидуальных занятий. Для этой клиники характерны тяжелые больные, а они требуют индивидуального подхода. Кроме того, разнообразна локализация и сроки ожогов, и это затрудняет объединение больных в группы для занятий.

Групповые занятия. Объединять в группы удается в основном легко обожженных (для гигиенической гимнастики) больных с однотипными травмами (по 3-4 человека в группе) и тех больных, которые находятся в стадии выздоровления. Нередко общая часть в занятиях проводится со всей группой одновременно, а специальные упражнения выполняются индивидуально.

Самостоятельные занятия. В занятиях с обожженными больными особенно важно многократное повторение упражнений в течение дня, поэтому нужна и такая форма, как самостоятельные занятия. Методист лечебной физкультуры дает больному задание, которое он должен выполнить в течение дня. Больные с ожогами тяжело переносят свое заболевание, движения причиняют им боль, и они неохотно выполняют индивидуальные задания. Поэтому надо контролировать их, опрашивая окружающих, и давать им такие задания, выполнение которых можно проверить. Например: при ожоге кисти - переписывать страницу из книги, сплести косички из бинта и т. п.

Амбулаторные занятия. Часто больные выписываются из клиники с полностью зажившими ранами, но с ограничением движений в суставах. Необходимо продолжать занятия амбулаторно, если возможно, то в кабинете или клинике, а если больные иногородние, то рекомендовать им продолжать занятия в лечебных учреждениях по месту жительства. При выписке больного надо снабдить комплексом упражнений на ближайшее время и по возможности не терять с ним контакта до полного восстановления функции.

Сочетание лечебной физкультуры с массажем и физиотерапией. Мощным фактором в лечении больных с ожогами являются средства физиотерапии и массаж. Облучение кварцевой лампой, соллюкс, парафинотерапия, в дальнейшем - грязелечение помогают в борьбе с остаточными явлениями в обожженных тканях, в восстановлении объема движений и функций.

Большую помощь в лечении ожогов оказывают теплые водяные ванны. Они часто применяются перед перевязками для того, чтобы безболезненнее освободить больного от повязок. Ванны можно применять и как лечебное средство. Они уменьшают боль, очищают раны, усиливают кровообращение, расслабляют мышцы. В сочетании с ваннами

хорошо проводить физические упражнения. В первое время место пересадки кожи и новые участки эпителизации очень чувствительны к механической или тепловой травме, поэтому ванна должна быть не горячая, приятная для кожи (35-40°). В ванне раны свободны от повязок и можно безболезненно производить движение. Под водой можно давать упражнения с мягкой губкой, резиновыми мячами и т. д.

По мере того, как окрепнет кожа, можно применять парафиновые аппликации, они вызывают более длительную гиперемия, расслабление мышц и служат хорошим фоном для массажа и лечебной физкультуры.

Массаж оживляет лимфо- и кровообращение, увеличивает эластичность мышц, под влиянием массажа растягиваются спайки, становятся подвижными рубцы, увеличивается количество синовиальной жидкости в суставах, чем обеспечивается большая подвижность в них. Приемами массажа можно растянуть здоровую кожу в направлении рубца и ослабить ее напряжение. Однако проводить приемы массажа надо очень осторожно, так как легко повредить новую кожу. Лечебную физкультуру очень хорошо проводить после массажа.

Вспомогательные средства. Часто в промежутках между занятиями достигнутый объем движений в суставах вновь уменьшается. Для предупреждения этого надо пользоваться алюминиевыми или пластмассовыми шинами. Они прибинтовываются к суставу на несколько часов или на ночь, чтобы закрепить то положение, которое удалось получить во время занятий лечебной физкультурой. С улучшением результата можно легко менять форму шины. Кроме того, различные валики, петли, подушки помогут придать правильное положение конечностям, что уже само по себе будет способствовать сохранению двигательных функций. Одно из важных условий сохранения здоровья, повышение работоспособности и борьбы за долголетие – это поддержание на должном уровне двигательной активности [1].

Применение шин значительно физиологичнее, чем используемая иногда в хирургической практике одномоментная редрессация под наркозом с целью исправления контрактур. Она вызывает ряд осложнений: разрывы атрофично измененной мышечной ткани, кровотечения, парезы, и даже переломы костей, так как при длительно текущей ожоговой болезни развивается остеопороз и кости становятся ломкими. Известны случаи, когда при попытке одномоментного отведения плеча (при контрактуре плечевого сустава после ожога) происходил перелом шейки плеча, а при попытке исправления сгибательной контрактуры коленного сустава одномоментным выпрямлением его наступал перелом нижней трети бедра, хотя усилия были приложены не очень большие. Эти осложнения совершенно исключаются при этапной редрессации с помощью шин и гипсовых повязок в сочетании с физическими упражнениями, которые будут не только растягивать, но и укреплять атрофированные мышцы. Кроме того, часто одномоментная редрессация, вызывая сильную травму конечности, заставляет надолго отменить лечебную гимнастику и тем самым приводит не только к анатомическим, но и к функциональным изменениям. К ожоговым

Особенности «подхода» больным. Ожоги, особенно глубокие и обширные по площади, причиняют человеку много страданий. Длительное пребывание в постели, постоянные боли, различные осложнения, сопровождающие ожоги, истощают нервную систему больного, травмируют его психику. Больные становятся раздражительными, обидчивыми, очень чувствительными к боли.

Физические упражнения всегда связаны с движением в суставах и могут вызвать дополнительную боль. Нужно очень осторожно подойти к больному, объяснить ему необходимость занятия лечебной физкультурой, а главное, постараться свести до минимума боль при упражнениях [7].

Нередко боль не только вызывает отрицательное отношение к занятиям, но и приводит к рефлекторному сокращению мышц, препятствуя выполнению упражнений [8]. Целесообразно поэтому сочетать занятия с приемом теплой ванны, когда раны

свободны от повязок и движения менее болезненны; при боли упражнения надо проводить медленно и все движения должны быть активными. Не следует применять наркотики в сочетании с физическими упражнениями: отсутствие боли дезориентирует методиста, и он может травмировать ожоговую рану (особенно при пассивных упражнениях). В этих случаях после окончания действия наркотика боль возобновляется с еще большей силой. Наркотики к тому же понижают тонус больного, а одной из задач лечебной физкультуры является повышение тонуса организма. Кроме того, они временно снижают боль, а боль является контрольным показателем для методиста.

Занятия лечебной физкультурой надо стараться сделать возможно более эмоциональными, чтобы повысить тонус больного, отвлечь его от боли. Для этого по возможности объединять больных в группы, давать упражнения с легким, ярким мячом, вести занятия ласковым, но бодрым голосом. Нужно сообщать больному об успехах, достигнутых в результате занятия (увеличение амплитуды движения в суставах, показателей силы мышц и т. д.). Это поднимет настроение больного, поможет ему добиться еще лучших результатов. Физические упражнения в сочетании с закаливанием солнцем, воздухом, водными процедурами вплоть до купания в прохладной воде, вот путь профилактики и лечения многих заболеваний [1]

Особенно важен подход к студенту, страдающему от ожогов. Здесь совершенно недопустимо причинять боль при занятиях. Нужно сначала войти в тесный контакт с студентом, подружиться с ним и только после этого осторожно начинать занятия. Иначе студента легко напугать, и он будет бояться даже появления методиста в палате. Занятия с детьми надо стараться проводить в группах, так как очень важен пример других студентов. Основной формой занятий у студентов должны быть спортивные игры.

Библиографический список:

1. Мифтахов, Р.А. Организационно-методические основы оздоровительной физической культуры студентов: учебное пособие / Р.А. Мифтахов. - Москва: РУСАЙНС 2019. – 90 с.

2. Мифтахов, Р.А. Содержание и методика оздоровительной физической культуры различных слоев населения и студенческой молодежи: учебное пособие / Р.А. Мифтахов. - Москва: РУСАЙНС 2019. – 97 с.

3. Мифтахов Р.А., Чинкин С.С., Сергеева Н.Б. Влияние физических упражнений на организм студенческой молодежи. Научно-практический журнал «Глобальный научный потенциал», № 3 (120) 2021. С.111 – 113.

4. Мифтахов Р.А., Шамсияров Н.Н., Илюшин О.В. Оздоровительная физическая культура в профилактике различных заболеваний студентов. Журнал «Глобальный научный потенциал». №6 (99) 2019. 232 с.

5. Электронный ресурс. Режим доступа <https://studfile.net/>. Физическая реабилитация больных при ожогах и отморожениях.

6. Электронный ресурс. Режим доступа <https://www.vgifk.ru/па>. Воронежская государственная академия спорта.

7. Электронный ресурс. Режим доступа. https://irbis.amursu.ru/cgi-bin/irbis64r_11/cgiirbis_64.exe/. Библиотека Амурского государственного университета.

8. Электронный ресурс. Режим доступа. <http://elib.osu.ru/>. Физическая реабилитация студентов/

**ПРИМЕНЕНИЕ КИНЕЗИОТЕЙПИРОВАНИЯ ПРИ
МИКРОТРАВМАТИЧЕСКОЙ БОЛЕЗНИ ПЛЕЧА У ВОЛЕЙБОЛИСТОК**

*Мокийчук А. В., магистрант,
Левенков А.Е., к.б.н., доцент,
Национальный государственный университет физической культуры, спорта и
здоровья им. П.Ф.Лесгафта,
Санкт-Петербург, Россия*

В статье представлено описание разработанного комплекса физических упражнений сочетающихся с методом кинезиотейпирования и предназначенных для реабилитации микротравматической болезни плеча у волейболисток. Доказана эффективность комплекса.

Ключевые слова: физические упражнения, микротравматическая болезнь плеча, волейбол, кинезиотейпирование, боль, гониометрия.

**THE USE OF KINESIOTAPING IN MICROTRAUMATIC SHOULDER
DISEASE IN VOLLEYBALL PLAYERS**

*Mokiychuk A.V., Master's degree student,
Levenkov A.E., PhD, Associate Professor,
P.F.Lesgaft National State University of Physical Education, Sports and Health, St.
Petersburg*

The article presents a description of the developed set of physical exercises combined with the kinesiотaping method and intended for the rehabilitation of microtraumatic shoulder disease in volleyball players. The effectiveness of the complex has been proven.

Key words: physical exercises, microtraumatic shoulder disease, volleyball, kinesiотaping, pain, goniometry

Введение

Среди бесконтактных видов спорта, волейбол является одним из травматичных и повреждения плечевого сустава входят в четверку основных повреждений характерных для волейбола.

У волейболисток могут встречаться как острые, так и усталостные травмы, вызванные повторяющимися микротравмами тканей. При выполнении техники нападения движения в плечевом суставе выполняются с максимальной амплитудой и высокой угловой скоростью, что предрасполагает сустав к травмам. Микротравматической болезни у волейболисток в 90% случаев подвержены плечевые суставы и прилегающие к ним мягкие ткани. Бесконтактные травмы верхней части тела (26,3%) встречаются чаще, чем контактные травмы (13,5%)[6].

Самые распространенные травмы плеча у волейболисток, это повреждения вращательной манжеты плеча, а именно перенапряжение, растяжение и разрыв капсульно-связочного аппарата плечевого сустава, мышц и сухожилий. Микротравма вращательной манжеты плеча может быть вызвана частыми и повторными движениями рук при подаче, нападающих ударах и блокировании, а также неправильной техникой выполнения упражнений на тренировках [1,5]. Сухожилия восстанавливаются долго, поэтому микротравмы постепенно приводят к дегенеративным изменениям и разрыву[4].

В спорте кинезиотейпирование плечевого сустава широко применяется для предотвращения травм и ускорения процесса восстановления после повреждений. Кинезиотейпирование поддерживает и стабилизирует плечевой сустав, уменьшает нагрузку на поврежденные ткани, снижает болевые ощущения, а также стимулирует кровообращение и лимфодренаж, что способствует быстрому заживлению тканей [2,3].

В данной работе был разработан комплекс специальных физических упражнений в сочетании с методом кинезиотейпирования, способствующий эффективному восстановлению работоспособности плечевого сустава и его мышц после микротравматической болезни в волейболе.

Цель – экспериментально обосновать применение метода кинезиотейпирования в сочетании с комплексом специальных упражнений при микротравматической болезни плечевого сустава у волейболисток.

Методика

В настоящем исследовании приняли участие 20 волейболисток 18-21 лет на базе ГБУ ДО СШОР Экран Выборгского района, имеющих жалобы на боль в плечевом суставе во время выполнения упражнений. Спортсменки были разделены на экспериментальную и контрольную группы, которые включали по 10 испытуемых. Перед началом и после проведения эксперимента испытуемые были протестированы по следующим тестам: гониометрия, тест ВАШ (Visual Analog Scale, VAS).

Исследование включало в себя проведение занятий, состоящих из разработанных специальных упражнений с методом кинезиотейпирования, направленных на реабилитации микротравматической болезни плечевого сустава с участниками экспериментальной группы. Эффективность разработанной программы оценивалась путем сравнения результатов, полученных в процессе тестирования испытуемых из КГ и ЭГ в начале и в конце эксперимента.

В экспериментальной группе занятия состояли из двух частей:

1) Подготовительная часть – за 30 минут до тренировки, которая включала в себя наложение тейпа на поврежденное плечо спортсмена.

2) Основная часть – 30 минут. В данной части занятия проходили непосредственно после кинезиотейпирования с применением разработанных специальных упражнений.

В контрольной группе занятия состояли из одной части: выполнение комплекса специальных упражнений.

Комплекс специальных упражнений

Основным критерием отбора упражнений была минимизация нагрузки на сустав. Объяснение специальных упражнений проводилось перед занятием. Важную роль играл контроль за правильностью выполнения упражнений. Для регулирования нагрузки был использован метод усложнений:

- изменение темпа движения;
- добавление новых движений в ранее изученные комбинации;
- изменение техники выполнения движения;
- изменение направления движения (какой-то одной части тела или перемещения в пространстве);
- изменение амплитуды движения;
- дробление и разучивание упражнения по частям, и последующим объединением.

Комплекс состоял из 12-ти специальных упражнений с различными вариациями при помощи метода усложнений. В Таблице 1 представлены пять основных специальных упражнений, направленных на улучшение биомеханики плечевого сустава и укрепление силы мышц вращательной манжеты плеча.

Таблица 1 - Комплекс специальных упражнений

№	Исходное положение	Описание упражнения	Количество повторений	Примечания
1	Стоя боком к шведской стенке, один конец резины закреплен на уровне локтевого сустава, второй в дальней руке от стены, согнутой в локтевом суставе на 90 градусов	1-4 - Наружная ротация плеча, предплечье в сторону (наружу). 5-8 – возвращение в И.П.	10, тоже другой	Зафиксировать плечевую кость, прижав ее к ребрам. Темп медленный. Наружная ротация до параллели с туловищем.
2	Стоя боком к шведской стенке, один конец резины закреплен на уровне локтевого сустава, второй в ближней руке от стены, согнутой в локтевом суставе на 90 градусов	1-4 - Внутренняя ротация плеча, предплечье вовнутрь. 5-8 – возвращение в И.П.	10, тоже другой	Зафиксировать плечевую кость, прижав ее к ребрам. Темп медленный. Внутренняя ротация до параллели с полом.
3	Стоя по центру на резине, руки внизу с концами резины на уровне таза.	1-2 – сгибаем локтевой сустав, на выдохе. 3-4 – на входе в И.П.	15	плечи прижаты к ребрам,
4	Стоя по центру на резине, руки в стороны, согнуты в локтевых суставах, предплечья вверх. Резина в руках.	1-2 – руки вверх над головой, на выдохе. 3-4 – на входе в И.П.	10	Плечо и предплечье образуют прямой угол. Запястья развернуты ладонями вперед.
5	Стоя спиной к шведской стенке, один край резины прикреплен на уровне локтевого сустава. В руке другой край резины и рука в положении перед выполнением удара	Имитация верхней прямой подачи.	10, тоже другой	Контролировать технику выполнения.

Перед и после проведения эксперимента проводилась оценка болевого синдрома по словесно-рейтинговой шкале (ВАШ). До проведения эксперимента в контрольной и экспериментальной группах по данному показателю не было статистически достоверных различий. У двух групп большой процент указывал на болевой синдром (47%-48%), который появлялся периодически и самый маленький процент на его отсутствие (8-9%). После окончания исследования в экспериментальной группе отмечается исчезновение болевого синдрома у 69% испытуемых, против 50% в контрольной группе. Это говорит о том, что предложенный комплекс специальных упражнений в сочетании с кинезиотейпированием снижает уровень болевого синдрома при микротравматической болезни плечевого сустава в отличии от методики без применения метода кинезиотейпирования.

В таблице 2 представлены показатели коэффициента прироста сгибания и разгибания в плечевом суставе в контрольной и экспериментальной группе после проведения эксперимента.

Таблица 2 – Сравнение показателя прироста сгибания и отведения в КГ и ЭГ после проведения эксперимента

Показатель	Результаты ($X \pm S_x$)		Заключение о различии
	КГ	ЭГ	
Коэффициент прироста (%) сгибания	9,0±2,13	15,3±18,8	p<0,05
Коэффициент прироста (%) отведения	7,6±3,08	14,7±1,58	p<0,05

Анализ полученных результатов позволяет сделать заключение, что средний показатель коэффициента прироста сгибания и отведения в экспериментальной группе выше, чем в контрольной и имеет статистически достоверные различия ($p < 0,05$). Следовательно, метод кинезиотейпирования и комплекс специальных упражнений увеличил объем движений в плечевом суставе у экспериментальной группы. У контрольной группы показатели прироста ниже, что подтверждает, что кинезиотейпирование помогает улучшить биомеханику движений в плечевом суставе.

Вывод. Метод кинезиотейпирования повышает эффективность использования комплекса специальных упражнений при реабилитации микротравматической болезни плечевого сустава и окружающих его мягких тканей. Анализ полученных данных исследования выявил увеличение амплитуды движения плечевого сустава и уменьшение болевого синдрома у волейболисток после использования комплекса с применением кинезиотейпирования.

Кинезиотейпирование позволяет в щадящем режиме увеличивать эластичность мышц и подвижность в суставах, налаживает неврологический контроль за суставам.

Следовательно, сочетанное использование кинезиотейпирования и комплекса специальных упражнений повышает эффективность реабилитации спортсменок с микротравматической болезнью плечевого сустава у волейболисток 18-21 года.

Библиографический список:

1. Данилова, Г.Р. Травмы в волейболе / Г.Р. Данилова, Т.Г. Кириллова // Педагогико-психологические и медико-биологические проблемы физической культуры и спорта. – 2009. – №4. – С.48-51.
2. Касаткин, М.С. Основы кинезиотейпирования / М.С. Касаткин, Е.Е. Ачкасов, О.Б. Добровольский // учебное пособие для обучающихся по основным профессиональным образовательным программам высшего образования по специальности «Лечебная физкультура и спортивная медицина» - Первый Московский государственный медицинский университет имени И. М. Сеченова. – Москва: Библиотека журнала «Спортивная медицина: наука и практика», 2015. – 74 с.
3. Ключков, А.И. Тейпирование и применение кинезиотейпа в спортивной практике: метод. пособие. – Москва: РАСМИРБИ, 2009. – 140с.
4. Котенко, К.В. Заболевания и повреждения плечевого сустава / К.В. Котенко и др. – М.: ГЭОТАР-Медиа, 2017. – 384 с.
5. Маматченко, Н.С. Обоснование травмобезопасности волейболисток на примере сборной команды ДГТУ / Н.С. Маматченко, Ю.В. Есипов // Безопасность техногенных и природных систем. – 2017. – № 4. – С. 46-63.
6. Sole, C.J. Injuries in Collegiate Women's Volleyball: A Four-Year Retrospective Analysis / C.J. Sole, A.A. Kavanaugh, M.H. Stone // Sports (Basel). – 2017. – №5. – PP.15-26.

УДК 37.0371.1

ПСИХОЛОГИЧЕСКОЕ СОПРОВОЖДЕНИЕ ФОРМИРОВАНИЯ СИЛЫ ВОЛИ У ПОДРОСТКОВ, ЗАНИМАЮЩИХСЯ ЕДИНОБОРСТВАМИ

*Молочков И.В., студент,
Научный руководитель: Науменко Ю.В., д.п.н., доцент,
Волгоградская государственная академия физической культуры,
Волгоград, Россия*

В статье рассматриваются проблемы психологического сопровождения формирования силы воли у подростков, занимающихся единоборствами. Приведены результаты экспериментального исследования по апробированию системы коррекционных занятий по проявлению импульсивности и волевой саморегуляции. Полученные результаты убедительно доказывают эффективность использования системно-дифференцированного подхода к психологическому сопровождению формирования силы воли подростков, занимающихся единоборствами, с учетом их индивидуально-типологических особенностей (импульсивность и волевая саморегуляция) и ограничением по времени проведения коррекционных мероприятий в ситуации предсоревновательной подготовки и соревнований. Исследование выполнено в соответствии с актуальной тематикой, рекомендованной Российской академией образования и утвержденной Высшей аттестационной комиссией Минобрнауки России.

Ключевые слова: импульсивность, волевая саморегуляция, подростки, занимающиеся единоборствами.

PSYCHOLOGICAL SUPPORT FOR THE FORMATION OF WILLPOWER TEENAGERS ENGAGED IN MARTIAL ARTS

*Molochkov I.V., student,
Scientific advisor: Naumenko Yu.V., Grand PhD, associate professor,
Volgograd State Academy of Physical Education,
Volgograd, Russia*

The article deals with the problems of psychological support for the formation of willpower in adolescents engaged in martial arts. The results of an experimental study on testing the system of correctional classes on the manifestation of impulsivity and volitional self-regulation are presented. The results obtained convincingly prove the effectiveness of using a systemically differentiated approach to psychological support for the formation of willpower of adolescents engaged in martial arts, taking into account their individual typological characteristics (impulsivity and volitional self-regulation) and the time limit of corrective measures in the situation of pre-competitive training and competitions. The study was carried out in accordance with the relevant topics recommended by the Russian Academy of Education and approved by the Higher Attestation Commission of the Ministry of Education and Science of Russia.

Keywords: impulsivity, volitional self-regulation, teenagers engaged in martial arts.

Актуальность. Исследования выполнено по научной специальности 5.8.5 «Теория и методика спорта» по направлению «Содержание и направленность психологической подготовки спортсменов». Выбранная тема исследования соответствует актуальной тематике педагогических исследований, рекомендованных Российской академией образования и утвержденных Высшей аттестационной комиссией при Минобрнауки России. В частности, рекомендованная актуальная тема

исследования «Коррекция психоэмоционального состояния высококвалифицированных спортсменов в процессе соревновательной деятельности».

Различные виды единоборства ориентированы на формирование волевых качеств занимающихся. Поэтому большинство тренеров не уделяют особого внимания психологической поддержке формирования силы воли у юных спортсменов, считая что сами по себе занятия единоборства приведут к формированию у них силы воли. Отчасти они правы, занятия единоборствами способствуют проявлению волевых качеств занимающихся (их совершенствованию) при условии, что определенный базовый уровень волевой саморегуляции был уже сформирован. Отсутствие базового уровня саморегуляции приводит к противоположному эффекту. Как свидетельствует статистика большинство юных единоборцев уходят из спорта на этапе спортивной специализации из-за неготовности к длительным волевым усилиям для достижения спортивного успеха.

В условиях соревнования подросткам-единоборцам приходится достаточно долго дожидаться своей очереди выхода на ковер. При неудачной первой схватке у них будет еще только одна попытка, чтобы поправить свое турнирное положение и продолжить борьбу. При этом, как правило, во второй схватке они будут бороться с таким же «неудачником», для которого вторая схватка тоже имеет решающее значение. Поэтому умение собраться, сконцентрироваться и максимально проявить волевые усилия за короткое время борьбы (как правило, не более три минуты) является решающим для продолжения соревнований.

Поэтому проблема психологического сопровождения подростков, занимающихся единоборствами, перед выходом на борцовский ковер является актуальной и на сегодняшний день технологически не решаемой, т.к. подбор психокоррекционных процедур носит абсолютно индивидуальный характер, а время их применения занимает в пределах трех-четырёх минут перед подготовкой к выступлению.

Проблема исследования – подбор эффективных психологических методик по настрою подростков, занимающихся единоборствами, на проявление волевых усилий с учетом индивидуально-типологических особенностей спортсменов и ограниченным временем их использования в ситуации соревнований.

Объект исследования – психологическая подготовка молодых спортсменов на этапе спортивной специализации.

Предмет исследования – коррекция психоэмоционального состояния подростков, занимающихся единоборствами, в предсоревновательный период и во время соревнований.

Цель исследования – подобрать мало затратные и доступные для спортивного педагога (тренера) психологические методики по эмоциональному настрою начинающих спортсменов-единоборцев на проявление волевых усилий в предсоревновательный и соревновательный период с учетом индивидуально-типологических особенностей (импульсивность и волевая саморегуляция).

Практика коррекция психоэмоционального состояния спортсменов-единоборцев в процессе соревновательной деятельности показывает большую корреляционную зависимость подобранных методик регуляции эмоционального состояния от индивидуальных особенностей импульсивности и волевой саморегуляции [1-5, 7].

Импульсивность – природно-обусловленная реакция организма на некомфортную ситуацию, возникшую по внешним причинам. Импульсивность проявляется в психофизиологическом возбуждении и неосознаваемой потребности немедленно разрешить некомфортную ситуацию в свою пользу. При неудачном первом «натиске» возможно повторное возбуждение (еще более сильное по амплитуде и короткое по времени по сравнению с первым) после которого обязательно наступает эмоциональный «провал».

Волевая саморегуляция заключается в частично возможном контроле своего психофизиологического состояния с целью максимального выброса эмоций в

определенное время и при необходимости повторного эмоционального самовозбуждения в определенное время.

Исследование проводилось в несколько этапов. На первом этапе была проведена диагностика особенностей волевой сферы личности подростков, занимающихся единоборствами. Были использованы следующие методики [6]: «Самооценка силы воли» (Н.Н. Обозов); «Развитие волевых качеств» (Е.Н. Прошицкая, С.С. Гриншпун); «Исследование волевой саморегуляции» (А.В. Зверькова, Е.В. Эйдман). На втором этапе были подобраны психокоррекционные упражнения на эмоциональную саморегуляцию, которые мог проводить как спортивный психолог, так и непосредственно тренер. Упражнения проводились в предсоревновательный период за две недели до соревнований по два занятия каждую неделю в подгруппах. На третьем этапе проводилась оценка сформированности эмоциональной саморегуляции юных спортсменов-единоборцев сразу после выступления. На заключительном четвертом этапе обрабатывались результаты, готовился отчет.

Исследование проводилось в ходе выполнения индивидуального задания по производственной психолого-педагогической практике получения профессиональных навыков и опыта профессиональной деятельности в мае-июле 2023 года.

База исследования – военно-спортивный патриотический клуб «Виктория» в Дзержинском районе г. Волгограда.

Личный вклад в исследование – работаю тренером со спортсменами 8-15 лет на начальном этапе и этапе спортивной специализации по самбо. Являюсь инициатором проведения исследования, подбираю информационный и диагностический материал, проводил психокоррекционные занятия.

Обсуждение результатов исследования. В исследовании принимали участие 24 подростка в возрасте 11-13 лет с опытом занятия самбо 5-6 года. В экспериментальной группе занятия проводились лично мною, в контрольной группе другим тренером. Учебно-тренировочные занятия проводились по стандартной программе спортивной подготовки на этапе спортивной специализации по профилю «Самбо». В экспериментальной группе помимо обычных учебно-тренировочных занятий использовались успокаивающие аутотренинги и аутотренинги самонастроения на результат в неблагоприятной ситуации [1-5, 7].

Таблица 1.

Результаты тестирования апрель-май 2023 г. (чел. / %)

Уровни проявления	«Самооценка силы воли» (Н.Н. Обозов)		«Развитие волевых качеств» (Е.Н. Прошицкая, С.С. Гриншпун)		«Исследование волевой саморегуляции» (А.В. Зверькова, Е.В. Эйдман)	
	ЭГ (12 / 100%)	КГ (12 / 100%)	ЭГ (12 / 100%)	КГ (12 / 100%)	ЭГ (12 / 100%)	КГ (12 / 100%)
Высокий	4 / 33,3	5 / 41,7	2 / 16,7	3 / 25,0		
Средний	8 / 66,7	7 / 58,3	6 / 50,0	6 / 50,0	8 / 66,7	7 / 58,3
Низкий			4 / 33,3	3 / 25,0	4 / 33,3	5 / 41,7

На начало экспериментальной работы в обеих группах характеристика сформированности волевой сферы подростков, занимающихся единоборствами, примерно одинакова (сопоставима).

Характерной особенностью является несовпадение самооценки силы воли и ее реальных показателей (волевых качеств и волевой саморегуляции). Мы объясняем этот факт тем, что на самооценку силы воли повлиял достаточно большой опыт спортивной подготовки (5-6 лет) и уже достигнутые определенные успехи, на основе которых

сформировалось необъективная уверенность в индивидуальной способности «собраться в нужный момент и проявить волевые качества». Возможно, проявить волевые качества в напряженной ситуации начинающим спортсменам и удастся, но длительность и эффективность проявления волевых усилий не высокая (см. результаты методики А.В. Зверьковой и Е.В. Эйдман).

Таблица 2.

Результаты тестирования июль 2023 г. (чел. / %)

Уровни проявления	«Самооценка силы воли» (Н.Н. Обозов)		«Развитие волевых качеств» (Е.Н. Прошицкая, Гриншпун)		«Исследование волевой саморегуляции» (А.В. Зверькова, Е.В. Эйдман)	
	ЭГ (12 / 100%)	КГ (12 / 100%)	ЭГ (12 / 100%)	КГ (12 / 100%)	ЭГ (12 / 100%)	КГ (12 / 100%)
Высокий	3 / 25,0	5 / 41,7	3 / 25,0	3 / 25,0	3 / 25,0	
Средний	9 / 75,0	7 / 58,3	7 / 58,3	6 / 50,0	9 / 75,0	8 / 66,7
Низкий			2 / 16,7	3 / 25,0		4 / 33,3

Таблица 3.

Динамика изменений показателей апрель-июль 2023 г. (чел. / %)

Уровни проявления	«Самооценка силы воли» (Н.Н. Обозов)		«Развитие волевых качеств» (Е.Н. Прошицкая, Гриншпун)		«Исследование волевой саморегуляции» (А.В. Зверькова, Е.В. Эйдман)	
	ЭГ	КГ	ЭГ	КГ	ЭГ	КГ
Высокий	- 1 / 8,3	0	+ 1 / 8,3	0	+ 3 / 24,6	
Средний	+ 1 / 8,3	0	+ 1 / 8,3	0	- 1 / 8,3	- 1 / 8,3
Низкий			- 2 / 16,6	0	- 4 / 33,3	+ 1 / 8,3

По результатам формирующего эксперимента ситуация с формированием воли в экспериментальной группе существенно изменилась:

- один человек стал более объективно оценивать себя;
- произошло существенное положительное изменение в сформированности волевых качеств (прирост на высоком и среднем уровне с уменьшением на низком);
- существенно улучшилась эмоциональная саморегуляция (значительное снижение подростков на уровне «низкий» и существенное увеличение с уровнями «высокий» и «средний»).

В контрольной группе ситуация с самооценкой проявления воли и сформированностью волевых качеств не изменилась. Произошли незначительные изменения в эмоциональной саморегуляции.

Таблица 4.

Результаты участия в официальных соревнованиях в июне 2023 года (чел. / %)

	Закончили выступление после 2-ой схватки	Прошли в полуфинал	Прошли в финал	Стали победителями
ЭГ (12 / 100)	1 / 8,3	4 / 33,3	3 / 24,6	2 / 16,6
КГ (12 / 100)	3 / 24,6	3 / 24,6	2 / 16,6	1 / 8,3

Результаты выступления юных спортсменов-самбистов в официальных соревнованиях в июне 2023 года (см. таблица 4) подтверждают эффективность проделанной нами работы.

Таким образом, мы можем сделать однозначный вывод, что подобранные нами психологические методики по эмоциональной саморегуляции у начинающих спортсменов-самбистов в предсоревновательный и соревновательный периоды с учетом индивидуально-типологических особенностей (импульсивность и волевая саморегуляция) смогли решить проблему проявления силы воли в условиях быстрого по времени единоборства.

Научная новизна проведенного исследования состоит в том, что была убедительно доказана возможность использования системно-дифференцированного подхода к формированию эмоциональной саморегуляции у начинающих спортсменов-самбистов с учетом их индивидуально-типологических особенностей и ограниченным временем их использования в ситуации предсоревновательной подготовки и соревнований.

Практическая значимость проведенного исследования заключается:

- в накоплении первоначального опыта коррекционно-психологических занятий по эмоциональной саморегуляции у начинающих спортсменов-самбистов с учетом их индивидуально-типологических особенностей и ограниченным временем их использования в ситуации предсоревновательной подготовки и соревнований;

- в отработке организационной структуры проведения коррекционно-психологических занятий по эмоциональной саморегуляции у начинающих спортсменов-самбистов в ситуации предсоревновательной подготовки и соревнований и организации объективного контроля за формированием у них силы воли.

Перспективы дальнейшего исследования – разработать методики по коррекции (совершенствованию) эмоциональной саморегуляции у начинающих спортсменов-самбистов с учетом уровня профессионального мастерства.

Библиографический список:

1. Галавтеева, А.Н. Способы регуляции психоэмоционального состояния спортсмена / А.Н. Галавтеева, Л.В. Золотова / Материалы VI межрегиональной научно-практической конференции «Современные спортивные технологии (актуальные вопросы подготовки спортивного резерва)» (Йошкар-Ола, 27 апреля 2018 г.). – Йошкар-Ола: Изд-во ГБПОУ Республики Марий Эл «Училище олимпийского резерва». – 2018. – С. 120-124.

2. Головинова, К.А. Оптимизация психоэмоционального состояния спортсменов в условиях соревновательной деятельности / К.А. Головинова, Т.В. Журавлева // Интернаука. – № 23 (245). – 2022. – С. 42-45.

3. Иванова, М.К. Психоэмоциональное состояние у спортсменов в предсоревновательный период / М.К. Иванова / Материалы Всероссийской научно-практической конференции преподавателей и студентов «Традиции и инновации в профессиональной подготовке и деятельности педагога» (Тверь, 29-30 марта 2012 г.). – Тверь: Изд-во ТГУ, 2012. – С. 114-117.

4. Кузнецова, В.А. Успешность спортивной деятельности и проблемы саморегуляции психоэмоциональных состояний спортсменов / В.А. Кузнецова, И.М. Слободчиков // Актуальные проблемы психологического знания. – № 1 (58). – 2022. – С. 78-84.

5. Окунева, Д.М. Способы регуляции психоэмоционального состояния спортсмена / Д.М. Окунева, Т.В. Цыганок, А.В. Сунгурова / Материалы Всероссийской научно-практической конференции с международным участием «Физическая культура и спорт в системе образования России: инновации и перспективы развития» (Санкт-Петербург, 6-7 ноября 2013 г.). – СПб.: ООО «Золотое сечение», 2013. – С. 320-326.

6. Рогов, Е.И. Настольная книга практического психолога: Учеб. пособие: В 2 кн. / Е.И. Рогов. – 2-е изд., перераб. и доп. – М.: Гуманит. ВЛАДОС, 2021 – Кн. 2: Работа психолога со взрослыми. Коррекционные приемы и упражнения. – 480 с.

7. Шерыхалин, С.А. Коррекция неблагоприятных психоэмоциональных состояний спортсмена в период подготовки к старту / С.А. Шерыхалин, Ю.Б. Шерыхалина, О.И. Вершкова / Сборник трудов XIX Международной научно-методической конференции «Университетское образование (МКУО-2015)», посвященной 70-летию В Великой Отечественной войне (Пенза, 9-10 апреля 2015 г.). – Том 2. – Пенза: Изд-во ПГУ, 2015. – С. 2019-2022.

УДК 796.01 : 316.6

СТРУКТУРА МОТИВОВ К УЧЕБНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ПЕРВОКУРСНИКОВ ФАКУЛЬТЕТА ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА

*Ованесян И.С., аспирант,
Егоров В.В., доцент,
Щеглов Г.Г., доцент,
Корольков А.Н., к.т.н., доцент,
Государственный университет просвещения,
Мытищи, Россия*

Рассматриваются вопросы оценки учебных мотивов с использованием опросных методик субъективных самооценок. Осуществлен опрос 83-х студентов первокурсников факультета физической культуры и спорта Государственного университета просвещения (бывшего МГОУ). Результаты опроса обрабатывались с использованием методов многомерного анализа данных: вычислялись коэффициенты конкордации, применялся многофакторный и кластерный анализ. Осуществлено ранжирование учебных мотивов студентов по значимости. Полученные результаты сопоставлялись с данными подобных исследований других авторов. Установлено сходство и различие уровней учебных мотивов студентов разных направлений подготовки. Обсуждаются причины различий в оценках мотивов, полученных с использованием разных методик. Оценена психометрическая надежность примененной методики. С использованием кластерного анализа проведено разделение респондентов на два класса: студентов с относительно высоким и низким уровнем учебных мотивов.

Ключевые слова: значимость, кластер, конкордация, согласованность мнений, субъективная самооценка.

STRUCTURE OF MOTIVATIONS FOR EDUCATIONAL ACTIVITIES OF FIRST- YEAR STUDENTS OF THE PHYSICAL EDUCATION FACULTY

*Ovanesyan I.S., PhD student, i
Egorov V.V., Associate Professor,
Shcheglov G.G., Associate Professor,
Korolkov A.N., PhD, Associate Professor,
State University of Education, Mytishi, Russia*

Questions of assessment of educational motives using survey methods of subjective self-assessments are considered. A survey of 83 freshman students of the Faculty of Physical Education of the State University of Education (formerly MGOU) was carried out. The survey results were processed using multivariate data analysis methods: concordation coefficients were calculated, multivariate and cluster analysis was used. The students' educational motives were ranked by importance. The results were compared with data from similar studies by

other authors. The similarity and difference in the levels of educational motives of students of different areas of training has been established. The reasons for the differences in the estimates of motives obtained using different methods are discussed. The psychometric reliability of the applied technique was evaluated. Using cluster analysis, the respondents were divided into two classes: students with a relatively high and low level of educational motives.

Keywords: significance, cluster, concordation, consistency of opinions, subjective self-assessment.

Актуальность. Мотивы и мотивация к учебной деятельности являются популярным предметом исследования многих ученых. Только за последние 10 лет этой теме в области физической культуры и спорта было посвящено несколько тысяч научных статей в рецензируемых отечественных журналах. В большинстве случаев целью этих публикаций являются различные аспекты повышения мотивации к занятиям физической культурой, ведения здорового образа жизни, формирования устойчивого интереса к разным видам двигательной активности в разных условиях, установления взаимосвязи уровней потребностей и т.п. вопросы [2, 4, 7].

Однако лишь в немногих последних исследованиях [1, 3, 6] рассматривались мотивы к учебной деятельности современных студентов, а мотивы к учебе студентов факультетов физической культуры и спортивных ВУЗов не привлекли еще должного внимания ученых. С другой стороны, проведенные исследования мотивов к учебе, обычно проводимые в виде опросов – методик субъективной самооценки, не имеют единого методологического обеспечения: проводятся на выборках респондентов разных объемов с использованием разных опросных анкет без апостериорной оценки их психометрической надежности [3, 5, 6].

Цель исследования. Все перечисленные выше особенности исследования учебных мотивов определили цель нашего исследования: установить структуру учебных мотивов студентов-первокурсников факультета физической культуры, ранжировать их по значимости и оценить психометрическую надежность примененной методики.

Методы и организация исследования. Для достижения указанной цели в 2022 и 23 гг. было проведено анкетирование 83-х студентов первокурсников факультета физической культуры и спорта Государственного университета просвещения (30 девушек и 53 юноши). Средний возраст респондентов 18,2 года. Опрос осуществлялся с использованием методики А.А. Реана и В.А. Якунина изучения мотивов учебной деятельности студентов в модификации Н.Ц. Бадмаевой [5]. Данные опроса, в соответствии с этой методикой, классифицировались по семи основаниям учебных мотивов: внутренним (учебно-познавательные, творческой самореализации, профессиональные) и внешним (коммуникативные, избегания, престижа и социальные). С использованием онлайн калькулятора [8] вычислялся коэффициент конкордации, оценивалась согласованность мнений респондентов и определялась значимость полученных ответов. Полученные результаты сопоставлялись с результатами подобных исследований других авторов [1, 3].

Обработка данных осуществлялась с использованием статистического пакета Stadia 8.0 prof и онлайн калькулятора интернет-сервиса «Новый семестр» [8]. Проверка справедливости статистических нулевых гипотез осуществлялась при уровне статистической значимости $\alpha=0.05$.

Результаты исследования. Для установления факта согласованности мнений респондентов вычислялся коэффициент конкордации W Кендалла и с использованием критерия Хи-квадрат проверялась справедливость гипотезы: «Коэффициент конкордации отличен от нуля». Установлена справедливость этой гипотезы и, что $W=0.32$, что свидетельствует о слабой согласованности мнений. То есть доказано, что

существует некоторая общая тенденция в ответах студентов, но, при этом, мнения часто различаются.

Также был проведен анализ значимости 34-х вопросов анкеты по сумме рангов ответов респондентов. Результаты представлены на рис.1. Медиана суммы рангов была равна 282.5 (на рисунке показана в виде черной прямой).

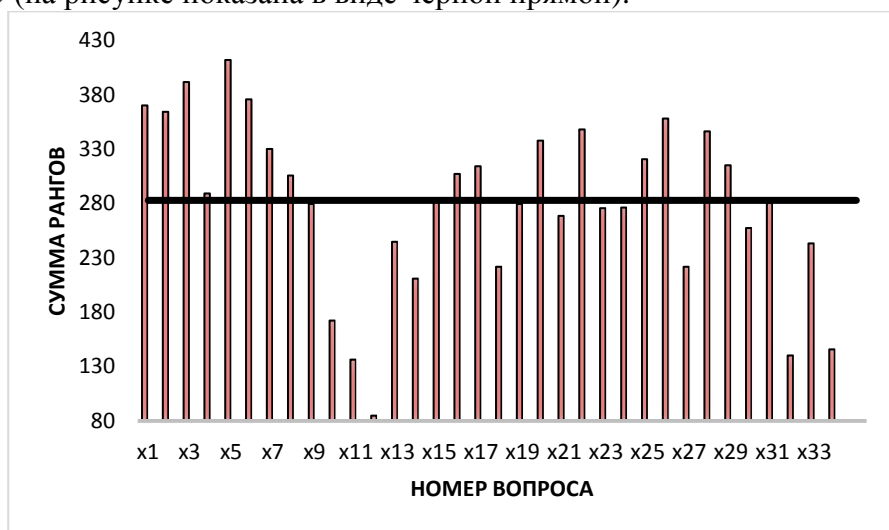


Рис.1. Значимость вопросов анкеты «Мотивы учебной деятельности» по мнению первокурсников (n=83)

В результате проведенного анализа установлено, что наиболее значимыми учебными мотивами первокурсников являются профессиональные и учебно-познавательные мотивы, а наименее значимыми мотивы избегания и коммуникативные мотивы. Полученные результаты сравнивались с подобными результатами, полученными О.И. Крушельницкой и М.В. Полевой, на выборке (с косвенно оцененным объемом в 60-70 человек) студентов – будущих педагогов [1, 3], и социальных работников, соответственно. Различия в оценках учебных мотивов, представленные нами в шкале стенов представлены в таблице 1.

Таблица 1. Оценки учебных мотивов по данным трех исследований

№№	Мотив \ Направление подготовки (автор)	Физическая культура и спорт (И.С. Ованесян и др.)	Социальные работники (Н.В. Белякова и др.[1])	Педагогика (О.И. Крушельницкая, М.В. Полевая [3])
1	Профессиональные мотивы	8.9	8.8	3.9
2	Учебно-познавательные мотивы	8.2	8.2	6.3
3	Мотивы творческой самореализации	8.1	8.2	-
4	Мотивы престижа	7.8	6.7	6.0
5	Социальные мотивы	7.6	7.9	3.3
6	Мотивы избегания	7.2	6.0	4.4
7	Коммуникативные мотивы	6.4	7.3	7.5

Как следует из данных, представленных в таблице, результаты исследования полученные с использованием методики [5], подобны друг другу. Первые места по значимости занимают профессиональные, учебно-познавательные и мотивы творческой реализации. При этом вариации оценок не превышают 3 баллов. А в результатах И.В.

Крушельницкой [3] оценки, во-первых, - меньше по абсолютной величине значимости, и во-вторых, имеют большую вариацию. Этот факт можно объяснить разным содержанием опросных анкет и различиями в методологии обработки результатов. Так в методике [3] выбрано 12 оснований для классификации мотивов, а в нами примененной методике 7 оснований.

Так, например, в методике, составленной в результате констатирующего опроса [3] отсутствуют вопросы, касающиеся творческой реализации, а ответы на другие вопросы могут быть отнесены к нескольким основаниям одновременно. И наоборот, в методике Н.Ц. Бадмаевой [5] и в алгоритме классификации ответов также присутствуют неоднозначные правила классификации.

Таким образом, различия в результатах в таблице во-многом определяются различиями примененных методик и алгоритмов обработки результатов опросов, хотя цель этих методик одна и та же: определение значимых учебных мотивов. То есть одним и те же вопросам, но сформулированным по-разному, респонденты придают разную значимость.

Другой возможной причиной различий в оценке значимости мотивов может быть полнота опросных анкет: все ли возможные учебные мотивы включены в опросные анкеты. Так методика Н.Ц. Бадмаевой включает 34 вопроса, ответы на которые разделяются по 7-ми основаниям, а методика И.В. Крушельницкой состоит из 12-ти оснований-вопросов.

Психометрическая надежность первой методики была нами оценена с использованием процедуры множественного факторного анализа с вычислением корреляций Кендалла, нормализацией Кайзера и вращением варимакс. В результате было выявлено 10 ортогональных факторов-оснований для оценки учебных мотивов, объясняющих 52% вариаций оценок мотивов. В частности, в число независимых мотивов-факторов, отдельно определились такие факторы, как фактор дружбы студентов, фактор студенческой конкуренции и фактор интереса к будущей профессии, которые определяют 13.5% вариаций оценок мотивов.

Таким образом, в результате факторного анализа было установлено, что примененная нами методика изучения учебных мотивов оценивает чуть больше половины изменений оценок. То есть 48% изменений оценок мотивов определяются другими неучтенными мотивационными причинами, методологическими ошибками в проведении тестирования, погрешностями в обработке результатов и другими неучтенными влияниями.

При проведении настоящего исследования нами также был осуществлен кластерный анализ испытуемых в пространстве переменные-объекты с Эвклидовой метрикой с использованием дивизивной стратегии динамических сгущений. В результате было выделено два кластера студентов с относительно высоким и низким уровнем оценок учебных мотивов (таблица 2).

Таблица 2. Кластеры первокурсников по оценкам уровней учебных мотивов.

Мотивы	1-й кластер (n=71)	2-й кластер (n=12)
Коммуникативные мотивы	3.3	2.1
Мотивы избегания	3.8	2.6
Мотивы престижа	4.0	2.4
Профессиональные мотивы	4.8	3.3
Мотивы творческой самореализации	4.5	2.5
Учебно-познавательные мотивы	4.3	2.7
Социальные мотивы	4.0	2.4

В первый кластер с относительно высоким уровнем учебных мотивов вошли 72 студента, а во второй – 12 студентов. Причем второй кластер, в основном составили

юноши (10 человек из 12), что предварительно свидетельствует об относительном преобладании девушек с высоким уровнем мотивов к учебе. Также предварительно установлено, что второй кластер с низким уровнем учебных мотивов представлен спортсменами-профессионалами, относящимися к этапу высшего спортивного мастерства.

Выводы. В результате проведенного исследования установлена структура учебных мотивов студентов-первокурсников факультета физической культуры и спорта. Определено что ведущими значимыми мотивами учебной деятельности являются: профессиональные, учебно-познавательные и мотивы творческой реализации. Полученные результаты были сопоставлены с данными подобных исследований, проведенных на выборках студентов других специализаций. Определено сходство учебных мотивов со студентами социального университета и существенные различия со студентами педагогических вузов. Проведен морфологический анализ возможных причин сходства и различий в оценках мотивов полученных с использованием разных методик субъективных оценок. Установлена психометрическая надежность примененной методики ~ 52%. Это свидетельствует о недостаточной полноте примененной опросной анкеты. По величинам оценок учебных мотивов осуществлена кластеризация респондентов. Определено два кластера первокурсников с относительно высокими и низкими уровнями мотивов к учебной деятельности, что может позволить в будущем разрабатывать и применять различные индивидуализированные образовательные технологии.

Библиографический список:

1. Исследование мотивации учебной деятельности студентов социального вуза / Н. В. Белякова, А. В. Романова, В. Ю. Карпов, Д. А. Иванов // Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгафта. – 2019. – № 10(176). – С. 402-407. – EDN BYMALT.
2. Корольков, А. Н. Значимость учебного предмета "Физическая культура" по мнению школьников выпускных классов / А. Н. Корольков, О. В. Лангуева, С. В. Демченко // Физическая культура в школе. – 2020. – № 2. – С. 47-52. – EDN GHRLRR.
3. Крушельницкая, О. И. Зависимость мотивации первокурсников от направления подготовки / О. И. Крушельницкая, М. В. Полевая // Высшее образование в России. – 2017. – № 12. – С. 35-45. – EDN ZXJGFB.
4. Лангуева, О. В. Структура интереса старших школьников к предмету физическая культура / О. В. Лангуева, Д. В. Жук, А. Н. Корольков // Проблемы развития физической культуры и спорта в новом тысячелетии : материалы VII международной научно-практической конференции, Екатеринбург, 28 февраля 2018 года. – Екатеринбург: Российский государственный профессионально-педагогический университет, 2018. – С. 343-348. – EDN YPUTOX.
5. Методика для диагностики учебной мотивации студентов (А.А.Реан и В.А.Якунин, модификация Н.Ц.Бадмаевой) / Бадмаева Н.Ц. Влияние мотивационного фактора на развитие умственных способностей: Монография. – Улан-Удэ, 2004. С.151-154.
6. Престиж профессии по оценкам старших школьников / А. Н. Корольков, А. П. Стрижак, И. В. Кулькова, О. В. Лангуева // Научные технологии. – 2018. – Т. 19, № 5. – С. 55-58. – EDN XPLMPB.
7. Стародубцев, М. П. Анализ мотивов, определяющих направленность занятий физическими упражнениями у студентов / М. П. Стародубцев, Т. А. Иваненко // Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгафта. – 2016. – № 11(141). – С. 208-211. – EDN XCINZD.
8. Онлайн калькуляторы. Коэффициент конкордации: интернет-сервис «Новый семестр»: [Электронный ресурс]. 2006. URL: <https://math.semestr.ru/corel/concordance.php> (дата обращения: 05.10.2023).

УДК 650.75

ДИСПЕРСИОННОЕ КАРТИРОВАНИЕ ЭЛЕКТРОКАРДИОГРАММЫ В ДИАГНОСТИКЕ ПАТОЛОГИИ МИОКАРДА СПОРТСМЕНОВ

*Овечкина И.И., преподаватель,
Федотова И.В., доцент, к.м.н.,
Волгоградская государственная академия физической культуры,
Волгоград, Россия*

В статье представлен анализ научной литературы по проблеме оценки и контроля состояния сердечно-сосудистой системы спортсменов различных специализаций с помощью метода дисперсионного картирования электрокардиограммы.

Методы исследования: контент-анализ базы данных PubMed (MEDLINE), библиотечные базы (E-library, Лань). Результаты исследования: дисперсионное картирование электрокардиограммы отличается от традиционных методов исследования функционального состояния миокарда предоставлением возможности ранней диагностики патологических изменений, более подробной информации о текущем состоянии миокарда и его динамике, срочного контроля и выявления признаков патологии в работе сердца во время тренировки или после нее. Выводы: метод дисперсионного картирования электрокардиограммы перспективен как средство точного, информативного и оперативного получения информации с целью диагностики состояния миокарда при профилактических и медицинских обследованиях спортсменов.

Ключевые слова: дисперсионное картирование электрокардиограммы; диагностика; патологии миокарда; спортсмены.

DISPERSION MAPPING OF ECG IN DIAGNOSTICS PATHOLOGY OF THE MYOCARDIUM OF ATHLETES

*Ovechkina I.I., lecturer,
Fedotova I.V., associate professor, PhD in Medical Sciences,
Volgograd State Academy of Physical Education,
Volgograd, Russia*

The article presents an analysis of the scientific literature on the problem of assessing and monitoring the state of the cardiovascular system of athletes of various specializations using the method of dispersion mapping of an electrocardiogram.

Research methods: content analysis of PubMed database (MEDLINE), library databases (E-library, Lan). Results of the study: dispersion mapping of an electrocardiogram differs from traditional methods of studying the functional state of the myocardium by providing an opportunity for early diagnosis of pathological changes, more detailed information about the current state of the myocardium and its dynamics, urgent monitoring and detection of signs of pathology in the heart during or after training. Conclusions: the method of dispersion mapping of an electrocardiogram is promising as a means of accurate, informative and prompt information acquisition in order to diagnose the state of the myocardium during preventive and medical examinations of athletes.

Keywords: dispersion mapping of ECG; diagnosis of myocardial pathology; athletes.

Актуальность исследования. Своевременная диагностика возможных патологических изменений миокарда у спортсменов разных специализаций – одно из

главных направлений в профилактике заболеваний, связанных со спортивными нагрузками.

В спортивной практике очевидна необходимость систематизации особенностей функционирования кардиальной системы спортсменов высоких квалификационных разрядов с акцентом на комплексное индивидуальное исследование с разработкой системы экспресс диагностики дизадаптивных изменений миокарда атлетов [7].

Медицинское обследование лиц, занимающихся физической культурой и спортом, проводится регулярно, однако не всегда выявляет на ранних стадиях возникающие изменения со стороны сердечной деятельности спортсменов. Ряд авторов считает не обоснованным суждение, при котором связанные с регулярными высокими физическими нагрузками изменения на электрокардиограмме (ЭКГ) спортсменов можно считать вариантом нормы для них. Данные об изменениях электрических явлений в сердце молодых спортсменов отличаются друг от друга [6].

Российские специалисты Московского научно-практического центра спортивной медицины отмечают частую встречаемость при проведении ЭКГ-обследования в электрокардиограммах спортсменов таких патологических изменений, как синусовая брадикардия, синусовая аритмия, миграция водителя ритма, изменения атриовентрикулярной проводимости вплоть до атриовентрикулярной блокады I степени, гипертрофия желудочков [5]. По данным проведенных исследований, отмечают изменения реполяризации, такие как синдром ранней реполяризации желудочков (СРРЖ), встречающийся у спортсменов с высокой частотой (8,9 – 9,4% случаев) [5].

При проведении врачебного контроля описанные отличия ЭКГ спортсменов, по мнению специалистов, не должны вызывать серьезных опасений и препятствовать допуску к их тренировкам и соревнованиям, если не сопровождаются клиническими признаками неблагополучия и отрицательной динамикой этих изменений. У 1/3 детей, занимающихся спортом, выявляются изменения на ЭКГ, которые прогрессируют после физической нагрузки на 10% [5]. В покое, до нагрузки чаще выявляются изменения ЭКГ у легкоатлетов, футболистов и баскетболистов, а после применения физических нагрузок в два раза чаще – у тяжелоатлетов [5].

Патологические изменения в электрокардиограммах спортсменов непросто интерпретировать, так как до сих пор невыяснены пределы диапазона изменчивости функциональных показателей сердечно-сосудистой системы у спортсменов, которые можно считать нормой для данной категории. Все усложняется тем, что традиционные, часто используемые методы оценки сердечной деятельности, в том числе электрокардиография, не выявляют ранних признаков патологических изменений миокарда.

Цель исследования: своевременная диагностика патологических изменений миокарда спортсменов разных специализаций.

Методы исследования: контент-анализ (для поиска источников использованы базы данных PubMed (MEDLINE), библиотечные базы: E-library, Лань. Поиск осуществлялся по сочетанию поисковых слов «дисперсионное картирование ЭКГ», «дисперсионное картирование ЭКГ спортсменов» в русскоязычной базе данных. Для поиска на английском языке применялось сочетание поисковых слов «ECG dispersion mapping». В настоящем обзоре рассмотрены статьи, опубликованные на английском и русском языках.

Работа над настоящим обзором проводилась по следующему алгоритму:

- 1) поиск источников по выше обозначенным базам данных, по ключевым словам;
- 2) первичный отбор по информации из названия статьи и ключевых слов;
- 3) удаление дублирующих источников;
- 4) анализ полнотекстовых статей по вышеприведенным критериям.

Всего по поисковым критериям выбрано 14 статей, из них 10 на русском и 4 на английском языках.

Результаты исследования.

По результатам проведенного контент-анализа выделен ряд факторов, указывающих на возможность и преимущества использования метода дисперсионного картирования у спортсменов.

Во-первых, в настоящее время существует метод оценки функционального состояния сердца, который может быть использован и вне медицинского учреждения, непосредственно на тренировочных или учебных базах [6]. Это стало возможным благодаря созданию компьютерной программы, оценивающей стабильность сердечной деятельности по значениям дисперсий (усредненных разбросов) ЭКГ-сигнала. Этот метод основан на компьютерном анализе микроальтернаций ЭКГ с целью получения ранних предикторов электрической нестабильности миокарда, коррелирующей с риском патологических изменений сердечной деятельности [6].

Во-вторых, метод дисперсионного картирования ЭКГ относится к новым технологиям получения и анализа электрического поля сердца (микроальтернация P-QRS-T) [3]. Известно, что ЭКГ-сигнал содержит достаточно информативные компоненты, ранее не рассматриваемые как предмет для исследования, но аналоги которых детально изучались физиками в области так называемой хаотической динамики [3]. Речь идет о небольших низкоамплитудных изменениях ЭКГ-сигнала в последовательных сокращениях, проявляющихся в незаметных случайных колебаниях линии ЭКГ на однотипных участках записи ЭКГ. Средняя амплитуда этих колебаний незначительна, поэтому они традиционно интерпретируются как малозначимые шумовые помехи [5]. Однако именно малые флуктуации часто несут важную диагностическую информацию, предшествующую патологии и не проявляющуюся в традиционных отклонениях ЭКГ-сигнала [2].

В-третьих, дисперсионное картирование ЭКГ осуществляется при помощи прибора Кардиовизор-06с, который является компьютерным анализатором ЭКГ, формирует поверхностную карту в виде компьютерной трехмерной анатомической модели сердца [1]. Непосредственное наблюдение топологии дисперсионных изменений на цифровой модели сердца позволяет наблюдать самые ранние изменения в его состоянии, которые в стандартных ЭКГ – признаках не проявляются.

Заключение.

Следовательно, основные результаты теоретического анализа сводятся к следующим выводам:

- регулярная диспансеризация спортсменов, проводится с помощью электрокардиографического обследования, которое не всегда выявляет на ранних стадиях возникающие изменения со стороны сердечной деятельности спортсменов;
- дисперсионное картирование ЭКГ – это современный метод, направленный на раннюю диагностику патологических изменений миокарда;
- применение кардиовизора при выявлении дисперсионных отклонений формирует цифровую модель электрических флуктуаций – «портрет сердца». Любые изменения «портрета сердца» отражают электролитные и метаболические изменения миокарда, то есть дают более подробную информацию о текущем состоянии миокарда и его динамике, чем при изучении электрокардиограммы;
- предлагаемый метод исследования сердечной деятельности в процессе срочного контроля с помощью кардиовизора позволяет выявить признаки патологических изменений в работе миокарда в процессе тренировки или после нее и учесть это при построении тренировочной программы.

Таким образом, метод дисперсионного картирования ЭКГ перспективен как средство точного, информативного и оперативного получения информации с целью

ранней диагностики состояния миокарда при профилактических и медицинских обследованиях спортсменов.

Библиографический список:

1. Абдыжапарова, Э. К. Метод дисперсионного картирования - новый метод анализа электрокардиограммы, реализуемый прибором "КардиоВизор - 12С" / Э. К. Абдыжапарова, А. Н. Халматов // Известия ВУЗов (Кыргызстан). – 2009. – № 7. – С. 45-49.
2. Bulanova, Nataliya & Ivanov, G.. (2019). ECG DISPERSION MAPPING: ABILITY TO PREDICT THE PATIENTS' PROGNOSIS (REVIEW). Georgian medical news. 73-78.
3. Evstigneeva OI, Safiulova IA. [ECG dispersion mapping using Cardiovisor-06 C device in outpatient setting
4. Зверева, М. В. Оценка сердечной деятельности студенток-спортсменок с помощью метода дисперсионного картирования ЭКГ / М. В. Зверева, С. Н. Бобкова, Ю. А. Матвеев // Проблемы современного педагогического образования. – 2018. – № 59-3. – С. 298-303.
5. Култышкин, И. Ю. Применение метода дисперсионного картирования ЭКГ для выявления изменений функциональных показателей сердечной деятельности у юных спортсменов различных специализаций / И. Ю. Култышкин, М. В. Зверева // Вестник МГПУ. Серия: Естественные науки. – 2015. – № 3(19). – С. 36-43.
6. Особенности электрических явлений в сердце у лиц, испытывающих физические нагрузки различного характера / Н. И. Потатуев, М. В. Зверева, С. Н. Бобкова [и др.] // Культура физическая и здоровье. — 2020. — № 1. — С. 155-159. — Текст: электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/journal/issue/327932> (дата обращения: 01.10.2023).
7. Федотова И.В. Важность новых диагностических подходов в прогнозировании внезапной сердечной смерти у спортсменов / Ушаков В.В., Камчатников А.Г., Горбачева В.В., Борисенко Е.Г. //Вопросы курортологии, физиотерапии и лечебной физической культуры. 2021. Т. 98. № 3-2. С. 199-200.
8. Шлык, Н.И. Анализ variability сердечного ритма и дисперсионного картирования экг у участников параллельных исследований «марс-500» с разными преобладающими типами вегетативной регуляции (ижевская экспериментальная группа) / Н.И. Шлык, Е.Н. Сапожникова // Вестник Удмуртского университета. — 2012. — № 1(серия 6). — С. 109-113. (дата обращения: 01.10.2023).

УДК 159.943.8

МОТИВАЦИОННЫЕ АСПЕКТЫ СПОРТИВНОЙ КАРЬЕРЫ

*Пашарина Е.С., к.ф.н.,
Волгоградская государственная академия физической культуры,
Волгоград, Россия*

Аннотация. В статье рассматриваются мотивационные аспекты спортивной карьеры. Автор рассматривает понятие карьеры, ее особенности. Выделяет черты спортивной карьеры, характерные для российского общества. В статье выделяются основные этапы спортивной карьеры. Спортивную карьеру мы определяем как многолетние занятия индивида спортом, целью которых является достижение наивысших результатов. Особенность спортивной карьеры состоит в ее раннем возрастном начале и возможностью раннего окончания.

Ключевые слова: спортивная карьера, мотивация, спорт, спортсмен, общество, социализация.

MOTIVATIONAL ASPECTS OF SPORTS CAREER

*Pasharina E.S., PhD,
Volgograd State Academy of Physical Education,
Volgograd, Russia*

The article discusses the motivational aspects of a sports career. The author examines the concept of career and its features. Highlights the features of a sports career characteristic of Russian society. The article highlights the main stages of a sports career. We define a sports career as an individual's long-term involvement in sports, the goal of which is to achieve the highest results. The peculiarity of a sports career is its early age and the possibility of an early end.

Keywords: sports career, motivation, sport, athlete, society, socialization.

В современном обществе карьера рассматривается как некое проявление успешности личности. Человек выстраивает свой профессиональный путь, исходя из своих навыков, умений и других качеств. В этом процессе происходит укрепление связей между различными социальными группами. Психологическая наука определяет карьеру как продвижение в области профессиональной деятельности. Ряд психологических исследований посвящены анализу мотивов, повлиявших на выбор человека своей профессии. В экономике под карьерой понимается тип поведения человека, характерный для трудовой деятельности, направленный на карьерный рост. В политических науках карьера представляет собой позицию индивида по отношению его властных полномочий [2, с. 14]. В социологической науке под карьерой понимается продвижение личности по иерархической лестнице в одной или нескольких сферах деятельности, в зависимости от его знаний, умений и навыков использования своих знаний на практике. Социологи в понятие карьеры вкладывают также социальные факторы, влияющие на карьеру человека. При этом в содержание карьеры входит понятие мотивации. Именно она играет одну из главных ролей в построении человеком своей карьеры. Иными словами, в каждой сфере общества имеется своя специфика образования карьеры.

В настоящее время уделяется большое значение утомлению как функциональному состоянию организма, однако о его влиянии на работоспособность человека известно на удивление мало. У этой дилеммы есть две основные причины: неспособность современной терминологии учесть условия, приписываемые утомлению, и недостаток проверенных экспериментальных моделей.

Утомление можно описать как недостаток энергии, чувство истощения или непреодолимое чувство усталости (физического или психического), которое не снимается отдыхом и является распространенным и изнурительным симптомом при многих долгосрочных состояниях физического здоровья [1,5]. Определение утомляемости как симптома означает, что его можно измерить только с помощью самоотчета. Классические показатели утомляемости, такие как время выполнения предписанной задачи, снижение силы MVC и снижение выработки энергии, являются показателями утомляемости при выполнении упражнений, но не позволяют измерить интенсивность симптома [3]. Скорее, оценка утомляемости требует, чтобы человек интерпретировал соответствующие физиологические и психологические факторы, давая ответы на стандартные вопросы. Как и многие другие симптомы, утомляемость может быть оценена либо как характеристика, либо как переменная состояния. Уровень утомляемости представляет собой средний уровень утомляемости, испытанный в течение нескольких предшествующих дней, тогда как показатели состояния отражают скорость изменения ключевых корректировок во время утомительной задачи [4, с. 117]. Мера утомления в определенный момент времени указывает на состояние уровня утомления. Сохранение и развитие активности

восстановления и его процессов тесно зависит от оптимального сочетания нагрузки и отдыха, а также дополнительных средств, таких как массаж, сбалансированное питание, гигиена, прием витаминных и минеральных комплексов. Показателем качества восстановительных процессов служит готовность к повторной деятельности, а также максимальный объем повторной работы.

Мотивацию мы рассматриваем как процесс, с помощью которого формируется мотив для достижения наивысших результатов в избранном виде спорта. Мотив отвечает за самореализацию личности. В спортивной деятельности нет единой системы мотивов. Мотивы зависят от многих условий, например от возраста спортсмена, от его устойчивого поведения.

Тренер, в мотивационной деятельности в рамках спортивной карьеры, играет главенствующую роль. В рамках построения тренировочного процесса важны нагрузки, но не менее важен настрой спортсмена на результат. Именно тренер, используя различные методы, формирует микроклимат в процессе тренировки.

В современном обществе спорт высших достижений занимает особое место. Это связано с тем, что в настоящее время закладывается новая модель спорта. Возникает вопрос, чем отличается спортивная карьера от другой разновидности карьеры. Спортивную карьеру мы определяем как многолетние занятия индивида спортом, целью которых является достижение наивысших результатов. Особенность спортивной карьеры состоит в ее раннем возрастном начале и возможностью раннего окончания. Спортивная карьера напрямую зависит от физической подготовленности спортсмена.

Библиографический список:

1. Афанасьев В.Г. Психосемантическое исследование мотивации спортсменов высокой квалификации // Педагогико-психологические и медико-биологические проблемы физической культуры и спорта. – 2019. – №2. – С. 12-16.
2. Джалилов А.Л. Субъектно-ориентированный подход тренера к спортсменам – футболистам // Казанский вестник молодых учёных. – 2019. – №2 (10).
3. Жеребцова К.А. Мотивационные аспекты деятельности спортсменов // Материалы Всероссийской научно-практической конференции «Наука и социум». – 2019. – №10. – С. 57-67.
4. Коваль Л.Н. К вопросу мотивационной направленности личности в студенческом спорте // Вестн. Том. гос. ун-та. – 2019. – №438. – С. 115-122.
5. Кузьмин Е.Б., Денисенко Ю.П. Педагогические условия формирования спортивной мотивации у юных спортсменов // Педагогико-психологические и медико-биологические проблемы физической культуры и спорта. – 2014. – №2 (31).
6. Максачук Е.П. Влияние средств повышения мотивации к тренировочным занятиям на физическую подготовленность юных спортсменов // Ученые записки университета Лесгафта. – 2014. – №9 (115). – С. 16-27.

УДК 796.011

ПРОБЛЕМА УТОМЛЕНИЯ В СПОРТЕ

*Пашарина Е.С., к.ф.н.,
Разживина М.С., магистрант
Волгоградская государственная академия физической культуры,
Волгоград, Россия*

Определение утомляемости как симптома означает, что его можно измерить только с помощью самоотчета. Классические показатели утомляемости, такие как время выполнения предписанной задачи, снижение

силы MVC и снижение выработки энергии, являются показателями утомляемости при выполнении упражнений, но не позволяют измерить интенсивность симптома. Скорее, оценка утомляемости требует, чтобы человек интерпретировал соответствующие физиологические и психологические факторы, давая ответы на стандартные вопросы. Как и многие другие симптомы, утомляемость может быть оценена либо как характеристика, либо как переменная состояния. Уровень утомляемости представляет собой средний уровень утомляемости, испытанный в течение нескольких предшествующих дней, тогда как показатели состояния отражают скорость изменения ключевых корректировок во время утомительной задачи.

Ключевые слова: утомление, спорт, психологическое утомление, спортсмен.

THE PROBLEM OF FATIGUE IN SPORTS

*Pasharina E.S., PhD,
Razzhivina M.S., master's student
Volograd State Academy of Physical Education,
Volograd, Russia*

Defining fatigue as a symptom means that it can only be measured through self-report. Classic indicators fatigue, such as time to complete a prescribed task, decreased MVC forces and reduced energy production are indicators fatigue during exercise, but cannot be measured symptom intensity. Rather, the assessment of fatigue requires the individual to interpret relevant physiological and psychological factors by answering standardized questions. Like many other symptoms, fatigue can be assessed as either as a characteristic or as a state variable. Fatigue level represents the average level of fatigue experienced during several preceding days, whereas condition indicators reflect the rate of change of key adjustments during a tedious task.

Keywords: fatigue, sport, psychological fatigue, athlete.

В настоящее время уделяется большое значение утомлению как функциональному состоянию организма, однако о его влиянии на работоспособность человека известно на удивление мало. У этой дилеммы есть две основные причины: неспособность современной терминологии учесть условия, приписываемые утомлению, и недостаток проверенных экспериментальных моделей [1, 2]. Утомление – это временное состояние пониженной работоспособности. Без усталости мышечные волокна работали бы до структурного повреждения их и поддерживающих их тканей. Исторически считалось, что основной причиной усталости является накопление молочной кислоты и соответствующее падение pH (ацидоз). Однако сейчас установлено, что существует несколько механизмов, лежащих в основе мышечной усталости. Эти механизмы включают: Ацидоз и истощение АТФ из-за повышенного потребления АТФ или снижения выработки АТФ; Окислительный стресс, который характеризуется накоплением избыточных активных форм кислорода (АФК; свободные радикалы); Местные воспалительные реакции. Ацидоз и истощение АТФ. Анаэробное дыхание приводит к расщеплению глюкозы на лактат и протоны, что приводит к снижению pH. Пониженный pH имеет несколько клеточных эффектов, включая снижение эффективности Ca^{2+} на актин и в целом меньшее высвобождение Ca^{2+} из саркоплазматического ретикулула.

Лактоацидоз также может возникать, когда дисфункция печени приводит к снижению клиренса лактата (например, при использовании его для производства глюкозы). Обычно повышенный уровень лактата происходит из-за увеличения

производства АТФ в результате анаэробного дыхания, когда производство АТФ при аэробном дыхании снижается.

Во время интенсивных упражнений увеличение производства АФК вызывает расщепление белков, липидов или нуклеиновых кислот. Кроме того, АФК запускают химическое вещество иммунной системы под названием интерлейкин (ИЛ)-6. ИЛ-6 является медиатором воспаления, которое является наиболее вероятной причиной болезненности мышц.

В дополнение к стимуляции ИЛ-6 с помощью АФК, вызывающей воспаление, иммунная система напрямую активируется упражнениями. Т-лимфоциты, тип белых кровяных телец, мигрируют в сильно проработанные мышцы [3]. Присутствие промежуточных продуктов иммунной системы увеличивает восприятие боли, что, скорее всего, служит сигналом для защиты этих тканей от дальнейшего повреждения. Пример мышечной усталости возникает, когда бегун терпит крушение на трассе, и ему нужно помочь. Мышцы бегуна больше не могут функционировать, независимо от того, насколько они настроены. В условиях сильной мышечной усталости мышцы могут перестать сокращаться или расслабляться [6]. Это состояние, называемое физиологической контрактурой, возникает, когда АТФ слишком мало для связывания с миозиновыми миофиламентами. Поскольку связывание АТФ с головками миозина необходимо для высвобождения поперечных мостиков между актином и миозином, поперечные мостики между миофиламентами актина и миозина не могут быть разрушены, и мышца не может расслабиться. Самый распространенный тип усталости, психологическая усталость, поражает центральную нервную систему, а не сами мышцы. Мышцы все еще способны сокращаться, но человек «понимает», что дальнейшее сокращение мышц невозможно [5]. Решительный всплеск активности у уставшего бегуна в ответ на давление со стороны спортсмена – это пример того, как можно преодолеть психологическое утомление.

Хотя усталость снижает выходную мощность, общее преимущество состоит в том, что она предотвращает полное истощение запасов АТФ, что может привести к серьезному повреждению мышечных волокон. Также возможны следующие причины утомления, особенно при тренировках на выносливость: Истощение запасов энергии (креатинфосфат, гликоген); Накопление промежуточных и конечных метаболитических веществ (лактат, мочевины); Подавление ферментов из-за подкисления или изменения концентрации ферментов; Электролитный сдвиг (калий и кальций на клеточной мембране); Истощение гормонов при постоянном интенсивном употреблении (адреналин и норадреналин в качестве нейромедиаторов, дофамин в центральной нервной системе); Изменения органелл клетки (митохондрии и ядра клетки).

Тормозные процессы в центральной нервной системе из-за монотонных нагрузок (чрезмерные требования из-за недостаточных требований); Изменения регуляции в клеточной области на уровне отдельных систем органов по отношению к объединяющему центру управления.

Утомление можно описать как недостаток энергии, чувство истощения или непреодолимое чувство усталости (физического или психического), которое не снимается отдыхом и является распространенным и изнурительным симптомом при многих долгосрочных состояниях физического здоровья.

Библиографический список:

1. Железняк Ю.Д., Петров П.К. Основы научно-методической деятельности в физической культуре и спорте: Учеб. пособие для студ. высш. пед. учеб. Заведений / Ю.Д. Железняк. - М.: Издательский центр «Академия», 2001. – 264 с.
2. Мойкин Ю.В., Киколов А.И., Тхоревский В.И., Милков Л.Е. Психофизиологические основы профилактики перенапряжения. М.: Медицина, 1987.

3. Розенблат В.В., Устьянцев С.Л. Утомление динамической и статической мышеч. деят. чел. // Физиол. Чел., 1989 – Т.15, N 5.
4. Фудин Н.А., Вагин Ю.Е., and Пигарева С.Н. Системные механизмы утомления при физических нагрузках циклической направленности // Вестник новых медицинских технологий. 2014. No 3. С. 118-121.
5. Холодов Ж.К. Теория и методика физического воспитания и спорта (7-е изд., стер.) учеб. Пособие / Ж.К. Холодов. - М.: Академия, 2009. – 480 с.

УДК797.26

**ПСИХОФИЗИОЛОГИЧЕСКИЕ ОСОБЕННОСТИ
ВЫСОКОКВАЛИФИЦИРОВАННЫХ ПРЫГУНОВ В ВОДУ С РАЗЛИЧНЫХ
СНАРЯДОВ**

*Попова И.Е., к.б.н., доцент,
Сысоев А.В., к.п.н., профессор
Воронежская государственная академия спорта,
Дрожжин Н.В., заслуженный мастер спорта СССР по прыжкам в воду,
заслуженный тренер России
Новичихин В.А., заслуженный м.с. России по спортивной акробатике
Спортивная школа олимпийского резерва по прыжкам в воду им. Д. Саутина,
Воронеж, Россия*

В статье представлены результаты исследований по изучению психофизиологических особенностей квалифицированных прыгунов в воду. Установлено, что большинство спортсменов являются экстравертам или амбивалентам с сангвистическим или холеристическим типом темперамента. Прыгуны в воду имеют высокую или среднюю скорость зрительно-моторной реакции, хорошую концентрацию внимания. У них выявлен подвижный тип высшей нервной деятельности, преобладание процесса возбуждения над торможением, нервная система средней силы. Установленные особенности свойств нервной системы прыгунов в воду не зависят от пола и вида прыжковых дисциплин.

Ключевые слова: прыжки в воду, спортивный отбор, критерии.

**PSYCHOPHYSIOLOGICAL FEATURES OF HIGHLY QUALIFIED DIVERS
WITH DIFFERENT PROJECTILES**

*Popova I.E., PhD, Associate Professor,
Sysoev A.V., PhD, professor
Voronezh State Academy of Sports, Voronezh, Russia
Drozhzhin N.V., Honored Master of Sports of the USSR in diving, Honored Coach of
Russia
Novichikhin V.A., Honored Master of Sports of Russia in sports acrobatics
Sports School of the Olympic Reserve for Diving named after D. Sautin, Voronezh*

The article presents the results of research on the study of psychophysiological characteristics of qualified divers. It has been established that most athletes are extroverts or ambivalents with a sangvistic or choleric type of temperament. Jumpers in the water have a high or medium speed of visual-motor reaction, good concentration of attention. They revealed a mobile type of higher nervous activity, the predominance of the process of excitation over inhibition, a nervous system of medium strength. The established features of the properties of the nervous system of water jumpers do not depend on the gender and type

of jumping disciplines

Key words: diving, sports selection, criteria

Актуальность. Важнейшим условием повышения эффективности подготовки спортсмена является учет его психологических и психофизиологических особенностей, лежащих в основе способности спортсмена управлять своим состоянием, концентрироваться, преодолевать утомление и эмоциональное напряжение. Психофизиологические особенности личности являются также неотъемлемым критерием спортивного отбора и спортивной ориентации детей, поскольку во многом определяют способности человека к успешному выполнению различных физических нагрузок. Знание особенностей личного квалифицированных атлетов, достигших высоких спортивных результатов, позволит сформировать модель атлета в конкретном виде спорта, которую в дальнейшем можно использовать с целью повышения эффективности проведения спортивного отбора [2, 3].

Одним из развивающихся видов спорта, в котором Российские спортсмены достигают значительных успехов, является прыжки в воду. Это сложно-координационный вид спорта, который предъявляет высокие требования к развитию силовых, координационных способностей, гибкости, способности управлять своим телом, находясь в воздушной среде. Работ, посвященных изучению психофизиологических особенностей прыгунов в воду высокого уровня в настоящее время крайне мало.

По этой причине **целью исследования** явилось исследование психофизиологических характеристик квалифицированных прыгунов в воду.

Методы исследования. Объектом исследования явились 27 прыгунов в воду, специализирующихся в различных дисциплинах вида спорта (трамплин 3 и 5 метров (индивидуальный прыжок, синхронный прыжок); вышка 3 и 5 метров (индивидуальный прыжок, синхронный прыжок); вышка 10 метров (индивидуальный прыжок)), имеющих уровень спортивного мастерства мастер спорта и мастер спорта международного класса.

Психофизиологические особенности спортсменов определяли при помощи компьютерного комплекса для проведения психофизиологических и психологических тестов с регистрацией вегетативных и эмоциональных реакций «НС Психотест», используя следующие тесты: «Личностный опросник Айзенка», «Опросник Юнга», «Оценка внимания», «Помехоустойчивость», «Простая зрительно-моторная реакция», «Реакция различения», «Реакция выбора», «Реакция на движущийся объект», «Критическая частота слияния мельканий», «Теппинг-тест» [1].

Полученные данные обрабатывали общепринятыми методами вариационной статистики с оценкой достоверности различных эмпирических выборок по критерию Стьюдента.

Результаты исследования. При оценке типа темперамента спортсменов при помощи теста «Личностный опросник Айзенка» у 62 % испытуемых, специализирующихся как в индивидуальном прыжке с различной высоты, так и в синхронных прыжках с вышки и трамплина, выявлен сангвистический тип темперамента, у 16 % - холеристический, у 22 % - тип темперамента, сочетающий черты холерического и сангвинического. То есть большинство прыгунов в воду являются сангвиниками, а также сочетают черты сангвиника и холерика.

При выявлении типологических особенностей личности при помощи опросника Юнга показано, что 72 % прыгунов в воду являются экстравертами и 28 % - амбивалентами, то есть сочетают черты направленности как на внешний мир, так и на собственный внутренний мир.

Для диагностики концентрации и устойчивости внимания применяли методику «Оценка внимания». При анализе результатов теста показано, что времена реакции

прыгунов в воду, выполняющих как индивидуальные, так синхронные прыжки с различной высоты, колеблется в пределах от $274 \pm 15,2$ мс. Установлена высокая устойчивость и концентрация внимания у квалифицированных прыгунов в воду независимо от пола и вида прыжковых дисциплин (показатель устойчивости внимания в среднем составил 1,0; концентрации внимания – 0,8).

Для оценки способности спортсменов воспринимать какой-либо объект в условиях фоновых признаков (помех) применяли тест «Помехоустойчивость» [2]. Для элитных прыгунов в воду среднее значение времени реакции составило $335,0 \pm 11,7$ мс. Для оценки степени помехоустойчивости вычисляли разницу показателей тестов «Помехоустойчивость» и «Оценка внимания». Среднее значение данного показателя для испытуемых составило $51,7 \pm 7,9$ мс. Данные отличия не зависят от пола спортсменов и вида прыжковых дисциплин.

С целью оценки зрительного и центрального утомления, качества сенсомоторного воздействия, подвижности нервной системы проводили тест «Простая зрительно-моторная реакция». Среднее значение времени простой зрительно-моторной реакции элитных прыгунов в воду составило в среднем $221,7 \pm 12,0$ мс. То есть высококвалифицированные спортсмены имеют высокую скорость зрительно-моторной реакции.

С целью изучения сложных сенсомоторных реакций проводили тест «Реакция различения». При анализе результатов теста показано, что 82 % элитных спортсменов имеют подвижный тип высшей нервной деятельности (среднее значение скорости реакции составляет $257,8 \pm 12,7$ мс). Это указывает на то, что нервная система данных атлетов может быстро перестраиваться на меняющиеся раздражители, что является одной из главных детерминант скорости центральной переработки информации, в том числе и скорости процесса принятия решения [4]. 18 % Прыгунов в воду имеют промежуточный тип высшей нервной деятельности между инертным и подвижным (среднее значение скорости реакции составило $329,5 \pm 13,9$ мс).

К разновидности сложной сенсомоторной реакции относится также реакция выбора. В результате проведения теста «Реакция выбора» установлено, что 68 % квалифицированных прыгунов в воду имеют высокую скорость сенсомоторной реакции ($315,8 \pm 8,7$ мс) и 32 % - среднюю скорость сенсомоторной реакции ($405,9 \pm 19,8$ мс). При этом не установлено зависимости данного показателя от пола и вида прыжковой дисциплины.

Для анализа скорости проведения возбуждения и торможения по рефлекторной дуге применяли тест «Реакция на движущийся объект» («РДО») [1]. Показано, что у 88 % прыгунов в воду независимо от пола и вида прыжковых дисциплин преобладает возбудительный процесс, у 12 % испытуемых выявлен сбалансированный вариант тормозного и возбудительного процесса. Для людей с преобладанием процессов возбуждения над процессами торможения характерны высокая реактивность, активность, быстрый темп реакций.

Критическая частота слияния мельканий (КЧСМ) отражает скорость возникновения и прекращения нервных процессов, лабильность нервной системы. Для уточнения типологические особенности нервной системы проводили тест КЧСМ [1]. Установлено, что у 48 % испытуемых различного пола и вида прыжковых дисциплин подвижность нервных процессов в корковом отделе зрительного анализатора находится в пределах средних значений, что соответствует норме, а у 52 % выявлена высокая подвижность нервных процессов в корковом отделе зрительного анализатора.

Для анализа силы нервной системы применяли «Теппинг-тест». Установлено, что 86 % испытуемых имеют нервную систему средней силы, а 14 % - сильную нервную систему. Полученные данные указывают на то, что большая часть квалифицированных прыгунов в воду имеют нервную систему промежуточного типа между средней и слабой силы. Этот тип характеризуется выраженным контролем коры над безусловными рефлексам и эмоциями. Активны и стойки при выполнении

сложных заданий, что является необходимым в прыжках в воду.

Выводы

1. Показано, что большинство прыгунов в воду являются экстравертам или амбивалентам с сангвистическим или холеристическим типом темперамента.

2. Выявлены следующие особенности свойств нервной системы квалифицированных прыгунов:

- высокая или средняя скорость зрительно-моторной реакции и хорошая концентрация внимания;

- подвижный тип высшей нервной деятельности, преобладание процесса возбуждения над торможением, средняя сила нервной системы.

3. Установленные особенности свойств нервной системы спортсменов не зависят от пола и вида прыжковых дисциплин.

Библиографический список:

1. Попова, И.Е. Морфо-функциональные и психологические особенности квалифицированных прыгунов в воду в различных дисциплинах вида спорта : методические рекомендации / И.Е. Попова, С.В. Седоченко, Е.А. Двурекова. – Воронеж : ИПЦ «Научная книга», 2022. – 66 с.

2. Попова, И.Е. Психофизиологические особенностей квалифицированных прыгунов в воду / И.Е. Попова, В.М. Лихачева // Проблемы физкультурного образования: содержание, направленность, методика, организация : Материалы VI Международного научного конгресса. – Воронеж: ИПЦ «Научная книга», 2021. – С. 123-128.

3. Распопова, Е.А. Личностные качества как основа результативности прыгунов в воду высокого класса / Е.А. Распопова // Вестник МГПУ. Серия: Естественные науки. – 2014. – № 3(15). – С. 56-60.

4. Шогенов Р.Х. Роль темперамента в спорте / Р.Х. Шогенов, С.М. Ветвицкая // Международный студенческий научный вестник. – 2017. – № 6. – URL:<http://eduherald.ru/ru/article/view?id=17866> (дата обращения: 21.04.2022).

УДК 796

ЭФФЕКТИВНОСТЬ ИСПОЛЬЗОВАНИЯ КОМПЛЕКСОВ УПРАЖНЕНИЙ В ТЕХНИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКЕ ФУТБОЛИСТОВ 9–10 ЛЕТ

Савченко М.Б., к.п.н., доцент,

Ткачук П.В.,

Занина Т.Н.,

Ростовский государственный экономический университет (РИНХ)

Таганрогский институт имени А.П. Чехова (филиал),

Таганрог, Россия

В статье представлена методика направленная повышение уровня технической подготовленности футболистов 9–10 лет, занимающихся в условиях общеобразовательного учреждения. Актуальность педагогического исследования состоит в недостаточно эффективном обучении технике футбола на начальном этапе подготовки. Целью исследования является выявление наиболее эффективных средств спортивной тренировки и на их основе разработка методики, направленной на повышение уровня технической подготовленности юных футболистов, методы исследования теоретический анализ и обобщение данных литературных источников, педагогическое наблюдение, педагогический эксперимент, педагогическое тестирование. Результаты, полученные в ходе эксперимента, показали эффективность разработанной методики, направленной на повышение уровня технической подготовленности юных футболистов.

Ключевые слова: футбол, учебно-тренировочный процесс, комплексы упражнений, техника элементов футбола.

EFFECTIVENESS OF USING COMPLEXES OF EXERCISES IN TECHNICAL TRAINING OF FOOTBALL PLAYERS 9–10 YEARS OLD

Savchenko M.B., PhD, Associate Professor

Tkachuk P.V.,

Zanina T.N.,

Federal State Budgetary Educational Institution of Higher Education Rostov State

Economic University (RINH)

Taganrog Institute named after A.P. Chekhov (branch)

Taganrog, Russia

The article presents a methodology aimed at increasing the level of technical preparedness of football players aged 9–10 years, training in a general education institution. The relevance lies in the insufficiently effective teaching of football techniques at the initial stage of preparation. The aim of the study is to identify the most effective means of sports training and, based on them, to develop a methodology aimed at improving the level of technical readiness of young football players, research methods: theoretical analysis and generalization of data from literary sources, pedagogical observation, pedagogical experiment, pedagogical testing. The results obtained during the experiment showed the effectiveness of the developed methodology aimed at increasing the level of technical readiness of young football players.

Keywords: football, educational and training process, exercise complexes, technique of elements of football.

Актуальность темы исследования. Спортивная игра футбол уже на протяжении многих лет является одним из самых популярных видов спорта среди детей и подростков. Футбол обладает широкими возможностями для развития физических качеств и функций организма, укрепления здоровья, повышения двигательной активности. Начальное обучение игре в футбол осуществляется как в спортивных школах различного профиля, так и спортивных секциях в условиях общеобразовательных учреждений.

Одной из внеурочных форм работы является школьная спортивная секция. Направленность работы спортивных секций в общеобразовательных учреждениях состоит в основном в повышении двигательной активности занимающихся по различным видам спорта. В своей работе педагог способствует физическому развитию, повышению физической подготовки учащихся, обучает различным двигательным действиям, в том числе техническим действиям по видам спорта, проводит инструкторскую деятельность по обучению правилам спортивных игр и т. д.

Посредством занятий в школьной секции решаются и воспитательные задачи. Футбол – спортивная игра, в процессе игровой деятельности которой возникают различные непредвиденные ситуации, в которых необходимо принимать быстрые, правильные решения. Занятия футболом способствуют формированию у занимающихся смелости, решительности, настойчивости, взаимопонимания, взаимовыручки, уверенности в себе.

Полученные умения и навыки учащиеся могут реализовать в соревновательной деятельности. Спартакиада среди общеобразовательных учреждений города, Школьная футбольная лига и др. во многом способствуют переходу юных спортсменов для дальнейшего повышения спортивного мастерства в спортивные школы, где образовательный процесс строится на основании действующих Федеральных

стандартов спортивной подготовки по видам спорта. В школьной спортивной секции для проведения учебно-тренировочного процесса учитель разрабатывает программу на основании вида спорта. Исходя из материально-технической базы школы, педагог планирует тренировочный процесс, в котором определяет цели и задачи работы, объем и содержание. В условиях школьной спортивной базы, обеспеченности спортивным инвентарем и оборудованием, подготовленности педагогических кадров необходима разработка педагогически оправданных технологий обучения навыкам игры в футбол, применение наиболее эффективных на начальном этапе подготовки средств и методов для овладения техническими навыками игры [1].

В последние десятилетия специалистами в области футбола отмечается недостаточный уровень технического мастерства российских футболистов, в отличие от зарубежных спортсменов. Причины таких результатов кроются в недостаточно эффективном обучении технике футбола на начальном этапе подготовки. Невысокий уровень в освоении техники футбола на этапе начального обучения будет негативно влиять на подготовку футболистов. Нельзя допускать, чтобы обучение различным приемам, выполнялось с ошибками в детском возрасте, которые будут затем и на этапах спортивного совершенствования [2]. На данную ситуацию необходимо обращать внимание и при занятиях с обучающимися, посещающими школьную спортивную секцию, многие из этих ребят затем переходят заниматься в спортивные школы.

Цель исследования: выявление наиболее эффективных средств спортивной тренировки и на их основе разработка методики, направленной на повышение уровня технической подготовленности юных футболистов.

В педагогическом исследовании использовались следующие методы: теоретический анализ и обобщение данных литературных источников, педагогическое наблюдение, педагогический эксперимент, педагогическое тестирование.

Одной из важных задач исследования являлось изучение влияния комплексов подводящих упражнений и подвижных игр на овладение основными техническими приемами в футболе. Поэтому для подтверждения или опровержения эффективности экспериментального комплекса необходимо провести тестирование учащихся, чтобы увидеть динамику в освоении технических приемов футбола. В результате анализа литературных источников по проблеме исследования были отобраны наиболее информативные тестовые задания. Техническая подготовка футболистов 9–10 лет оценивалась с помощью контрольных упражнений. В таблице 1 представлены тестовые упражнения, используемые в педагогическом эксперименте.

Таблица 1 – Характеристика контрольных упражнений

Контрольные упражнения	Контроль выполнения
Удары по воротам с расстояния 15,5 м на точность по 5 ударов правой и левой ногой.	Учитывается суммарное количество попаданий в ворота.
Челночный бег 4×9 м	Время фиксируется с точностью до 0,1 с
Ведение мяча 4×9 м	Время фиксируется с точностью до 0,1 с при фиксации мяча на финише.
«Жонглирование мячом с помощью ноги на месте».	Учитывается количество ударов до касания мячом поверхности площадки. Предоставляется две попытки. Фиксируется лучший результат.
Передачи мяча левой и правой ногой в движении, длина передачи – 10 метров. По 5 передач левой и правой ногой.	Учитывается количество точных передач.

С целью комплексной оценки техники ведения мяча учитывался результат теста «Челночный бег 4×9 м», пройденного без мяча (T_1), и время, затраченное на этот же путь, но с ведением мяча (T_2). Затем рассчитывался коэффициент ведения мяча (КВ).

Организация исследования. Исследование проводилось на базе муниципального автономного образовательного учреждения лицей № 28 города Таганрога. В педагогическом эксперименте принимали участие 14 человек, регулярно посещающие тренировочные занятия, из них была составлена экспериментальная группа (ЭГ). Тренировочные занятия проходили по программе для детских спортивных школ, адаптированной для секционной работы в условиях школы. В учебно-тренировочный процесс юных футболистов были внедрены комплексы подводящих упражнений, подвижных игр, способствующих эффективному освоению технических действий футбола. Работа в школьной спортивной секции, осуществлялась в соответствии с учебным планом образовательного учреждения. Тренировочные занятия проводились в соответствии с расписанием три раза в неделю по 90 минут и состояли из разминки (15–20 мин), основной части (60–65 мин) и заключительной (5–10 мин).

Основной формой тренировочного процесса являются групповые тренировочные занятия, участие в соревнованиях Городской спартакиады среди общеобразовательных учреждений города. Годичный цикл подготовки планировался таким образом, чтобы занимающиеся могли принимать участие в соревнованиях, которые проводятся по плану городского отдела образования.

В возрасте 9–10 лет техническая подготовка юного футболиста занимает одно из ведущих мест. В этом возрастном периоде дети осваивают примерно 80–85 % общего объема двигательных навыков, поэтому, чем большим объемом двигательных действий они овладеют в этот период подготовки, тем легче в дальнейшем ими будут освоены более сложные технические приемы игры. Начальный этап спортивной подготовки имеет большое значение, т. к. на этом этапе учащиеся младшего школьного возраста осваивают основные элементы техники спортивной игры футбол, воспитывается интерес к тренировочным занятиям.

На начальном этапе внедрения экспериментальной методики в учебно-тренировочный процесс был разработан план проведения тренировочных занятий.

Понедельник: физическая подготовка, технико-тактическая подготовка, игровая подготовка.

Среда: физическая подготовка, техническая подготовка, игровая подготовка.

Пятница: физическая подготовка, технико-тактическая подготовка, подвижные игры.

Были определены основные элементы технической подготовки для освоения юными спортсменами в данной группе, такие как ведение, передачи, прием, удары по воротам. Проведение первых тренировочных занятий показало, что учащиеся выполняют базовые приемы техники футбола с большим количеством ошибок, поэтому возникла необходимость в разработке системы комплексов подводящих упражнений и подборе подвижных игр, чтобы освоение двигательной структуры технических приемов футбола проходило более эффективно. Выполнение основных элементов техники футбола должно иметь высокую стабильность для формирования четкой двигательной модели.

Обучение и закрепление учебного материала по технической подготовке футболистов 9–10 лет проходило с использованием блочной системы.

Понедельник. Техническая подготовка – ведение мяча разными способами, передачи мяча на месте и в движении, комбинации. Игра. – 40–45 мин.

Среда. Техническая подготовка – перемещения (забегание в тройках, введение мяча в игру и т.д.), удары по воротам, комбинации. Игра. – 40–45 мин.

Пятница. Техническая подготовка – подвижные игры с мячом – 40–45 мин.

Сущность эксперимента заключалась в использовании в качестве средств начальной технической подготовки системы разработанных комплексов подводящих упражнений и подвижных игр, которые способствуют освоению двигательной структуры технических приемов футбола. Выполнение данных комплексов имеет высокую стабильность для формирования четкой двигательной модели, только после их освоения приступали к обучению и совершенствованию приемов техники футбола (ведения, передачи мяча, ударов по воротам). В каждое тренировочное занятие в основную часть в соответствии с задачами включалось по 2–3 подводящих упражнения.

В качестве подводящих упражнений применялись упражнения на «чувство мяча», направленные на формирование двигательного представления и координационной готовности к обучению техническим приемам. На основе простейших движений с мячом в дальнейшем будет строиться обучение более сложным техническим приемам по принципам от простого к сложному. Данные упражнения развивают способность тонко дифференцировать выполняемые движения по пространственным, временным, пространственно-временным и динамическим (величина мышечных усилий, распределение их во времени и пространстве) характеристикам [3].

Также в экспериментальную методику были включены специально отобранные по координационной сложности и адекватности учебно-тренировочному процессу по футболу подвижные игры, игровые задания, содержащие элементы футбола.

Подвижные игры и игровые задания включались в подготовительную часть занятия (разминка) – 5 минут; в каждое третье учебно-тренировочное занятие.

В процессе использования подвижных игр акцентировалось внимание на правильное выполнение технического приема. Для этого необходимо было:

- рассказывать, показывать или проводить опрос правильного выполнения технического действия;
- отмечать типичные ошибки, которые возможно допустить при выполнении двигательного действия;
- оговаривать «штрафное наказание», если технический прием будет выполняться технически неправильно, или поощрение за правильно выполненное движение.

Результаты исследования. После двух месяцев занятий в учебно-тренировочный процесс была внедрена методика, направленная на повышение уровня технической подготовленности обучающихся, занимающихся в школьной спортивной секции футбола. В начале эксперимента был проведен входной контроль, который позволил выявить исходный уровень освоения технических действий футболистами 9–10 лет. Для определения эффективности применения методики необходимо сравнить данные тестирования, проведенного в начале и по завершению педагогического эксперимента. Среднестатистические данные измерений контрольных испытаний представлены в таблице 2.

Таблица 2 – Сравнительные расчетные показатели испытаний по итогам педагогического эксперимента ($\bar{X} \pm m$)

Контрольные упражнения	До эксперимента	После эксперимента	$t_{\text{эмп}}$ $t_{\text{кр}}=2.08$
1. Удары по воротам, кол-во попаданий	4,5±0,5	7,7±0,9	2,6
2. Челночный бег 4×9 м, с	11,9±0,4	11,1 ±0,6	2,2
3. Ведение мяча 4×9 м, с	15,7±0,6	14,9±0,3	2,3
Кoeffициент ведения	0,75±0,01	0,77±0,05	0,7
4. Жонглирование мячом кол-во ударов	4,3±0,7	9,6±0,4	2,4
5. Передачи мяча в движении, кол-во	4,5±0,3	8,1±0,9	2,5

При сравнении показателей технической подготовленности футболистов до начала и после проведения педагогического эксперимента, длившегося в течение семи месяцев, по всем действиям выявлены достоверные различия в уровне освоения технических действий. В тестовом задании 1 прирост в показателях составил 3,2, что соответствует 58,44%. В тестовом задании 2 был показан наименьший прирост результата 0,5, что составило 11,4%. В тестовом задании 3 результат увеличился на 5,3, что составляет 44,7%. В тестовом задании 4 прирост в показателях увеличился на 3,6, что составляет 55,5%. В тестовом задании 5 прирост в показателях увеличился на 0,8, что составляет 105,3%.

На рисунке 1 проиллюстрировано изменение уровня освоения технических действий футболистов по итогам педагогического эксперимента.

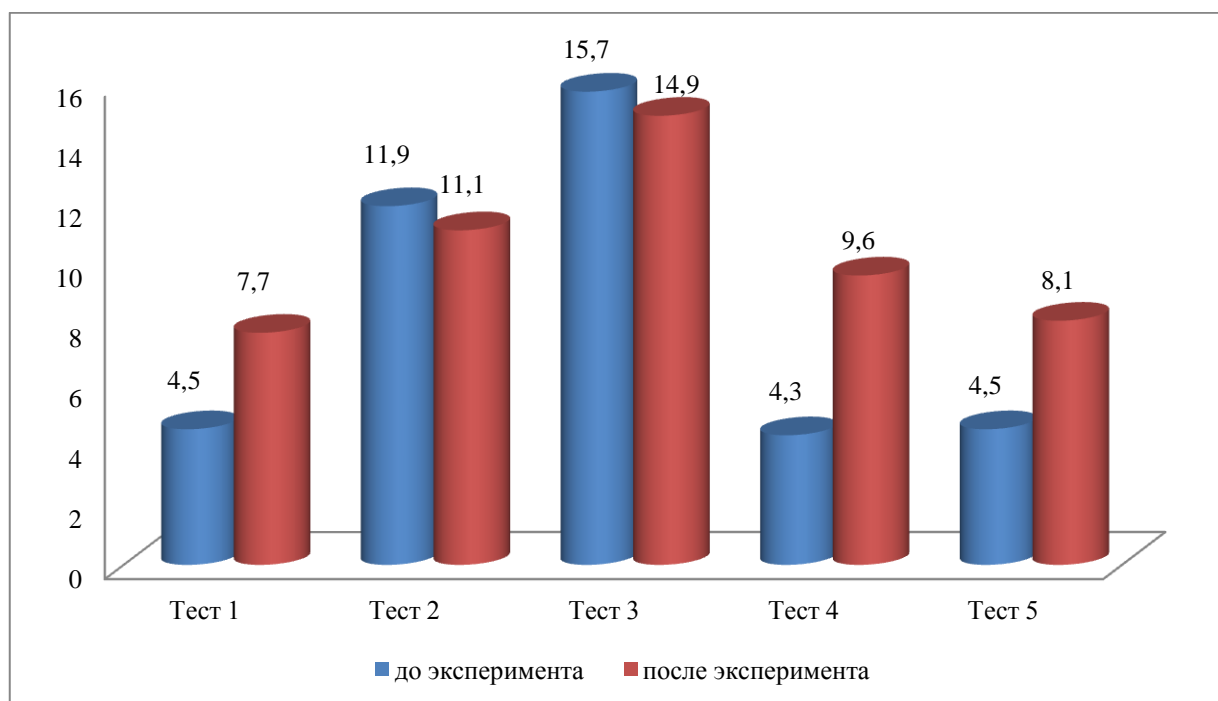


Рисунок 1. – Динамика уровня освоения технических действий футболистов по итогам педагогического эксперимента

Вывод. Прирост показателей технической подготовленности футболистов, полученных в ходе проведения экспериментальной работы, позволяет сделать вывод об эффективности использования комплексов подводящих упражнений, направленных на освоение двигательной структуры базовых технических элементов.

Библиографический список:

1. Андреев С. Н. Футбол в школе: книга для учителя. М.: Просвещение, 1986. 144 с.
2. Лаптев А. П. Юный футболист. М.: Физкультура и спорт, 1983. 186 с.
3. Лексаков А. В. Организация учебно-тренировочного процесса футболистов различного возраста и подготовленности: учеб. пособие. М.: Советский спорт, 2012. 176 с.

УДК 796.015.363

МЕДИКО-БИОЛОГИЧЕСКОЕ ОБОСНОВАНИЕ И ПЕРСПЕКТИВЫ ИСПОЛЬЗОВАНИЯ ХИДЖАМЫ В СОВРЕМЕННОЙ СПОРТИВНОЙ МЕДИЦИНЕ

*Свечкарёв В.Г., д.п.н., профессор,
Майкопский государственный технологический университет,
Майкоп, Россия*

Целью данной работы является - определить возможные механизмы действия хиджамы с точки зрения современных научных и традиционных теорий, а также предоставить логические объяснения множественных оздоровительных эффектов её применения в спортивной медицине. Хиджама — это эффективная восстановительная процедура. Она особенно эффективна после травм и при подготовке к ответственным соревнованиям. Некоторые известные спортсмены используют её в своей подготовке. Хиджама при грамотном использовании безопасна и не является запрещённым к применению в спорте.

Для объяснения эффективности хиджамы в спортивной медицине, было предложено несколько теорий.

1. Уменьшение боли и изменения биомеханических характеристик могут быть объяснены: «Нейронной теорией», «Теорией триггерных точек» и «Теорией рефлекторной зоны».

2. Расслабление мышц, изменения в местных тканевых структурах и усиление кровообращения могут быть объяснены «Теорией оксида азота» и «Теорией триггерных точек».

3. Иммунологические эффекты и гормональные корректировки могут быть отнесены к «Теории активации иммунной системы».

4. Высвобождение токсинов и удаление отходов может быть объяснено «Теорией очищения лимфы и крови».

5. Преодоление вредных последствий дистресса и психосоматическое улучшение состояния может быть объяснено «Психосоматической теорией», а также «Теорией перезагрузки».

6. Омоложение всего организма «Теорией генетической модуляции», «Энергетической теорией» и «Теория физиологической регенерации».

Ключевые слова: спорт, хиджама, реабилитация, эффективность, кровь.

MEDICAL-BIOLOGICAL RATIONALE AND PROSPECTS FOR THE USE OF HIJAMA IN MODERN SPORTS MEDICINE

*Svechkarev V.G., PhD, professor, vital89286686941@mail.ru
Maikop State Technological University, Maikop, Russia*

The purpose of this work is to determine the possible mechanisms of action of hijama from the point of view of modern scientific and traditional theories, as well as to provide logical explanations for the multiple health-improving effects of its use in sports medicine. Hijama is an effective restorative procedure. It is especially effective after injuries and in preparation for important competitions. Some famous athletes use it in their training. Hijama, when used correctly, is safe and is not prohibited for use in sports.

Several theories have been proposed to explain the effectiveness of hijama in sports medicine.

1. Reduction of pain and changes in biomechanical characteristics can be explained by: “Neural Theory”, “Trigger Point Theory” and “Reflex Zone Theory”.

2. Muscle relaxation, changes in local tissue structures and increased blood circulation can be explained by the “Nitric Oxide Theory” and “Trigger Point Theory”.

3. Immunological effects and hormonal adjustments can be attributed to the “Immune System Activation Theory”.

4. The release of toxins and removal of waste can be explained by the "Lymph and Blood Purification Theory".

5. Overcoming the harmful effects of distress and psychosomatic improvement can be explained by the “Psychosomatic Theory” as well as the “Reboot Theory”.

6. Rejuvenation of the whole organism by the “Theory of Genetic Modulation”, “Energy Theory” and “Theory of Physiological Regeneration”.

Keywords: sport, hijama, rehabilitation, effectiveness, blood.

Введение.

Лечение травм и восстановление организма спортсменов после больших тренировочных нагрузок и соревнований имеет свои ограничения, связанные с требованиями антидопингового комитета, что существенно сужает список медицинских препаратов и даже ограничения в продуктах питания. Применение новых и хорошо забытых методов не инвазивного восстановления и лечения является наиболее перспективным направлением спортивной медицины на современном этапе.

Хиджама — это древняя и традиционная для многих стран терапия, скопившая за многие века огромный практический опыт. Великие врачи прошлого такие как Гиппократ, Авицена, Гален, Сашарта, Анелиос и многие другие практиковали хиджаму... На Руси эту процедуру называли – рудометание. Такие бойцы как Хабиб Нурмагомедов, Магомед Исмаилов, Владлен Чемерисов (Краповик) и другие спортсмены высокого класса для реабилитации после травмы применяют хиджаму (Рис. 1), об эффективности, которой они периодически сообщают на своих страницах социальных сетей [5].



Рис. 1. Бойцы во время процедуры хиджамы.

И как показывает наша практика и практика моих коллег хаджамов (людей проводящего процедуру хиджамы) со всей России у спортсменов высокого класса - это практические наработки.

Хиджама - это очень эффективный метод народной медицины, который использовался и используется при лечении широкого спектра заболеваний [2]. Существует много видов хиджамы: однако «сухая» (без забора крови) и «влажная» (классическая с капиллярным кровопусканием) являются двумя основными типами. В этой статье мы будем писать о классической с капиллярным кровопусканием. Хотя хиджама является методом лечения на протяжении многих веков и используется в различных культурах, механизм ее действия не совсем понятен. В последнее время

научный интерес к хиджаме возрос и было проведено несколько сот исследований во всём мире с целью изучения механизмов, лежащих в её основе. В них врачами западной школы, основное внимание уделяется биомедицинским причинам заболевания, в то время как практикующие врачи традиционной народной медицины придерживаются целостного подхода при изучении действия хиджамы.

В настоящее время, многие врачи западной школы не желают обращать внимание на эффективность хиджамы называя её лженаукой и возвратом в средневековье, а неоспоримые факты излечения - эффектом плацебо. Эта теория плацебо о хиджаме будет оставаться в их сознании до того момента, пока хиджама официально не будет признана медициной как эффективный метод лечения (так же было с гирудотерапией и остеопатией). В этой статье я попытаюсь дать теоретико-методическое обоснование эффективности хиджамы с механизмами, лежащими в её основе.

Поиск соответствующей научной литературы по хиджаме, опубликованной на английском языке, проводился в базах данных PubMed, Cochrane Library и Google Scholar. Изучение данных статей показал большой интерес прогрессивных учёных, которые в своих многочисленных медицинско-биологических исследованиях, подтверждают эффективность в лечении заболеваний с помощью хиджамы.

Преимущества хиджамы.

Хиджама – это *естественный* способ эффективного оздоровления организма [1]. Хиджама запускает природные процессы и механизмы оздоровления организма, благодаря которым тело переходит в режим самовосстановления [3]. Задача хиджамы в данном случае максимально эффективно запустить эти механизмы и помочь организму лечить себя самому.

Основные функции хиджамы:

- Очищение организма.
- Усиление иммунитета.
- Запуск самоисцеления организма.
- Избавление от боли, воспалений, застойных явлений.
- Нормализация давления и кровообращения.
- Улучшение работы органов.
- Улучшение внешнего вида и омоложение организма.
- Избавление от стресса и психоэмоционального напряжения.
- Стимуляция нормального кроветворения - постепенное исправление отклонений в показателях крови.

Группы заболеваний, при которых хиджама на практике максимально эффективна

- Инфаркты, инсульты.
- Аутоиммунные заболевания (ревматоидный артрит, болезнь Бехтерева, ВСД, панические атаки, васкулиты и т.д.).
- Боли в спине.
- Опухоли и кисты, поликистозы, спазмы.
- Трофические нарушения.
- Мужское и женское бесплодие.
- Гипертония.
- Головные боли.
- Заболевания суставов.
- Болезни нервной системы.
- Любые воспаления.

Хиджама отлично сочетается с другими методами народной медицины и оздоровительными практиками, тем самым усиливая друг друга!

Результаты. Было предложено и рассмотрено множество теорий для объяснения многочисленных эффектов хиджамы и ее механизмов действия.

А. Нейронной теории. Хиджама вызывает расслабление спазмированных мышц и фасций на системном уровне, и в результате увеличения выработки эндогенных опиоидов в головном мозге, что приводит к уменьшению или вообще исчезновению боли. Насечки от хиджамы на коже и повреждение капиллярных сосудов действует как ноцицептивный стимул. Активация ноцицепторов с помощью хиджамы может стимулировать волокна «А» и «С» с вовлечением таламо-кортикального болевого пути. Хиджама может облегчить боль посредством антиноцицептивных эффектов и противодействия раздражению, что помогает нормализовать функциональное состояние пациента и прогрессирующую мышечную релаксацию, что запускает второй круг снятия болевых ощущений. Важно не сорвать этот механизм большой физической нагрузкой, переохлаждением, нервным напряжением или приёмом вредных для здоровья веществ (алкоголя, курения, наркотиков).

Б. Теория рефлекторных зон.

Основной рабочей рефлекторной зоной у нашего предка была стопа. Хождение босиком, наступание на острые камни постоянно и естественно стимулировал системы и органы, что положительно влияло на его здоровье и самочувствие. С появлением и активным ношением обуви этот механизм нарушился в следствии чего ухудшилась циркуляция крови.

Делая хиджаму на рефлекторную зону, мы улучшаем её кровоснабжение и соответственно улучшаем кровоснабжение связанного с ней органа, что эффективно сказывается на состоянии и функциях организма.

В. Теория высвобождения оксида азота (NO).

Хиджама запускает механизм выработки оксида азота клетками организма. NO является газообразным нейромедиатором, обеспечивает расширение спазмированных сосудов, что обеспечивает нормализацию кровотока и уменьшение артериального давления, снижение сосудистого сопротивления, способствует расслаблению гладкие мышцы сосудов. Такое воздействие NO является профилактическим и лечебным при атеросклерозе и тромбозе. Такое воздействие NO является профилактическим и лечебным при атеросклерозе и тромбозе.

Оксид азота принимает участие в борьбе с различными патогенами, обладает обезболивающими свойствами, регулирует программируемую гибель и пролиферацию клеток, а также выполняет активную функцию в секреторной и репродуктивной системе человека. Поэтому в медицине оксид азота часто называют волшебной молекулой и мастером на все руки.

Г. Теория активации иммунной системы.

Хиджама посредством насечек на коже запускает в организме человека каскад биологических сигналов, которые активируют нейроэндокринно-иммунную систему за счёт местного воспаления, оптимизации системы комплемента и повышении уровня иммунных продуктов, таких как интерферон и фактор некротизации опухоли, а тимус увеличивает поток лимфы. Таким образом, хиджама защищает организм от болезней значительно улучшая иммунологические функции, который имеет пролонгированный эффект.

Д. Теория очищения лимфы и крови. Наша кожа является важным органом в очистительной системе человека. При нанесении насечек во время выполнения хиджаме включается древний механизм очищения и выведения с лимфой и кровью различных токсичных, вредных веществ, старых и повреждённых клеток.

Поэтому многие пациенты просят взять у них большое количество крови. Но опытный хаджам знает, что организм человека сам регулирует кровотока в зависимости от многих факторов. Умышленное изъятие крови сверх нормы, через дополнительную постановку банок, уже не несёт оздоровительного эффекта. Я рекомендую не брать без особого показания у мужчин более 500 мл крови, а у женщин более 300 мл крови.

Наиболее полезна хиджама женщинам с наступлением климакса – это продляет

им молодость и регулирует гормональный фон. Причём хиджама во много раз полезнее для здоровья чем донорство крови, т.к. при донорстве мы теряем венозную кровь (полезную кровь), а при хиджаме избавляемся от «плохой» крови, но даже при этом всем известно, что доноры крови живут дольше и реже болеют [7].

Очищения лимфы и крови не заканчивается самой процедурой хиджамы. Эффект от неё пролонгированный в течении 3-4 дней, что видно по цвету мочи и запаху, а также запаху пота. Поэтому после процедуры необходимо увеличить приём чистой воды (идеально талой или протиевой), что обеспечит выход различных шлаков.

Обновление и очищение крови и лимфы важные факторы при профилактике и лечении, особенно при современной экологии и той химии которой нас пичкает пищевая промышленность.

Е. Психосоматическая теория. Хиджама является мощной психосоматической корректировкой, которая позволяет эффективно «очистить» физическое тело от деструктивных последствий разных эмоциональных состояний. В процессе даже самой процедуры хиджамы бывают случаи, когда у пациентов «выходит психосоматический блок», что выражается в произвольных мелких движениях или в воспоминаниях и переживании отрицательных эмоций с «раскруткой» причины их возникновения, осмысления их последствий и принятии решений об изменении к ним отношения, а также недопустимости их повторений. Человек начинает меняться в оценки ситуации и в реакции своих действий. Собственные наблюдения показывают, что после хиджамы у людей проходит уныние и отчаяние, уходят мрачные мысли, страхи, различные беспокойства. Пациенты после хиджамы начинают даже по-другому двигаться, разглаживаются некоторые морщины, меняется цвет лица (данный эффект накопительный). Люди становятся оптимистичными, более добрыми, радостными, у них появляется желание меняться в лучшую сторону. Это всё вызывает мощный оздоровительный импульс и очень хорошо сказывается на душевном состоянии человека, что является архиважным для современного человека.

Ё. Теорией перезагрузки. Во время процедуры некоторые люди могут входить в транс (особенно это касается тех людей, которые воспринимают хиджаму как божественное откровение, здесь важное значение имеет ещё и фактор доверия к хаджаму) и тогда их нервная система «перезагружается» от чего вегетативная система перенастраивается, выравнивает потенциал полушарий.

При перегрузке нервной системы у человека пропадает аппетит, ускоряются процессы старения, падает работоспособность, появляется уныние, раздражительность и ряд других вредных для здоровья факторов. В этом состоянии нервная система работает крайне непродуктивно, поток импульсов хаотичен и разнонаправлен, тем самым внося хаос в другие системы и вызывая сбои на всех уровнях функционирования [8].

Без внешнего стимула наша нервная система часто не может выйти из этого состояния. Хиджама может являться тем пусковым механизмом, который за счёт в ведения человека в особый целительный транс позволяет «перезагрузить» нервную систему, при которой происходит регулирование процессов восприятия, а также процессы торможения и возбуждения.

Вообще перегрузка нервной системы при хиджаме проходит очень мягко и по эффекту напоминает управляемую транспиксию по А.Т. Огулову, но без потери сознания.

Ж. Теорией триггерных точек. Хиджама эффективно борется с триггерными точками, ограничением подвижности и их болевым паттерном. Что ведет к восстановлению двигательного стереотипа и различных функциональных нарушений. Хиджама блокирует выброс брадикинина в ткани и миопатические цепные реакции, что ведёт к восстановлению местного кровообращения и ослаблению ишемического кризиса.

При хиджаме воздействуя на выявленную «основную» триггерную точку уходит локальное напряжение мышц, вследствие чего проходит «ущемление нерва», а также прекращается появление так называемых вторичных триггерных точек. Уменьшение

боли, при хиджаме, происходит вследствие анти возбуждения и модуляции боли как при иглоукалывании.

З. Теория генетической модуляции. При хиджаме выполняются насечки или проколы кожи, что запускает анаэробный метаболизм и могут создавать физиологические и механотрансдукционные сигналы. Эти сигналы могут запускать или препятствовать экспрессии генов. Эффект заключается в активации факторов транскрипции с помощью сигнальных каскадов, которые приводят к запуску или препятствию транскрипции чувствительных генов-мишеней. Этот механизм действия хиджамы может вызывать некоторые местные и системные терапевтические эффекты запуская процессы регенерации на уровне ДНК, что ведёт к общему омоложению организма, а также восстановлению повреждённых генов.

И. Энергетическая теория. Врачи традиционной китайской медицины считают, что болезни вызваны застоем или блокировкой «ци», жизненной энергии или жизненной силы, и что хиджама способна разблокировать и исправить дисбаланс в потоке «ци», тем самым восстанавливая здоровье. Специалисты других энергетических школ, практикующих хиджаму также говорят о «божественной», «космической», «психической» энергии, «оренде», «лунге», «чи», «ки», «ра», «пране», «живе». Правильная циркуляция и накопление данной энергии позволяет вывести здоровье человека на новый уровень. Здесь важно соблюдение баланса (инь-янь) и гармонии.

Й. Теория физиологической регенерации. В основе теории регенерации лежит принцип самообновления. Согласно термодинамическим представлениям, теория регенерации – это не что иное как теория жизнедеятельности стволовых клеток. Прослеживается зависимость регенерации от возраста. У взрослых эти процессы протекают в разы медленнее, с определенным возрастом в некоторых тканях они прекращаются вовсе.

Огромную роль в процессах регенерации тканей играют вещества, инициирующие деление клетки. Хиджама за счёт рефлекторного воздействия запускает многие факторы роста: тромбоцитарный, эпидермальный, фибробластовый, факторы роста нервов, эритропоэтин, интерлейкин 2 и интерлейкин 3, а также инсулиноподобный фактор роста в связке с соматотропином. А также повышает активность уже имеющихся в организме стволовых клеток.

Хиджама приводит к росту количества циркулирующих эндотелиальных клеток-предшественников, из которых образуются новые капилляры и таким образом улучшается кровоснабжение органов и систем, запускаются процессы регенерации в них.

Все эти механизмы выше перечисленных теорий работают совместно, дополняя и взаимно усиливая друг друга для получения максимального терапевтического эффекта для различных людей с разной тяжестью заболевания. По-видимому, существуют так же другие теории и пусковые механизмы, объясняющей эффекты хиджамы. Необходимы дальнейшие полномасштабные исследования, чтобы подтвердить или опровергнуть вышеупомянутые теории.

Суммируя все эффекты от хиджамы, мы можем говорить, о высокой перспективности применения хиджамы в спортивной медицине. Ведь после хиджамы спортсмен получает:

- Повышение выносливости.
- Повышение противовоспалительных гормонов, что ведёт к более быстрому восстановлению.
- Повышение чувствительности к гормонам.
- Повышения анаболизма.
- Ускоренное восстановление после травм и миорелаксацию.
- Восстановление психоэмоционального фона [4].

Спазмы, от которых спортсмен избавляется после процедуры, больше не мешают работать мышцам в полную силу, а диафрагма двигается гораздо свободнее,

повышая газообмен в лёгких (эффект как от мильдония) [6].

Хиджама — это не симптоматическое лечение, она воздействует на саму суть заболевания. Врача и целителя всегда должна интересовать первопричина.

Заключение

В этом обзоре определены некоторые возможные пусковые механизмы оздоровительного воздействия хиджама, основанные на определенных теориях, которые объясняют ее разнообразные эффекты. Ни одна теория не может объяснить весь спектр её эффектов. Положительные эффекты хиджама должны быть подтверждены крупными рандомизированными клиническими испытаниями, систематическими обзорами и мета-анализами. Также необходимы фундаментальные научные инновационные исследования для проверки обсуждаемых теорий о хиджама наряду с предложением новых теорий. Преобладающие теории о механизме действия хиджама, которые связаны с традиционной медициной различных народов или другими традиционными методами лечения, должны быть рассмотрены в новом инновационном исследовании.

Однако необходимо понимать, что хиджама - вовсе не панацея и не лекарство от всех болезней. Она является ОДНИМ из эффективных методов естественного оздоровления, который прекрасно сочетается с другими методами народной и классической медициной. Хиджама является тем не инвазивным биохакингом, который сейчас ищут врачи и биологи во всём мире...

Библиографический список:

1. Алиева, В.О. Лечение вакуумом (хиджама как разновидность физиотерапии) / В.О. Алиева // В сборнике: Актуальные вопросы медицинской, биологической физики и информатики: Материалы межд. научно-практической конференции. КемГМУ, 2021. С. 22-25.
2. Камолиддин, О.П. Хиджама что лечит и его применение в медицине / О.П. Камолиддин // Scientific progress. - 2021. № 2(3). С. 543-546.
3. Орынбасарова С.А. Новая система лечение болезней - капиллярное кровопускание / С.А. Орынбасарова // В сборнике: Молодежь и медицинская наука в XXI веке. Сборник трудов XX Всероссийской научной конференции студентов и молодых ученых с международным участием. 2019. С. 49-50.
4. Свечкарёв, В.Г. Влияние хиджама на организм спортсменов / В.Г. Свечкарёв // В сборнике: Актуальные медико-биологические проблемы спорта и физической культуры. Сборник материалов Всероссийской с международным участием конференции. Часть 1. Волгоградская государственная академия физической культуры. 2023. С. 17-21.
5. Свечкарёв, В.Г. Спортсмены и хиджама / В.Г. Свечкарёв // В сборнике: Физическая культура и спорт в XXI веке: актуальные проблемы и пути решения. Сборник материалов II-й Международной научно-практической конференции. 2022. С. 403-407.
6. Свечкарёв В.Г. Современный спорт и хиджама / В.Г. Свечкарёв // В сборнике: Физическая культура и спорт: проблемы и перспективы. Материалы XXI Всероссийской научно-практической конференции с международным участием. Сургут, 2022. С. 464-468.
7. Свечкарёв В.Г. Медико-биологическое обоснование эффективности хиджама в спорте / В.Г. Свечкарёв // В сборнике: Актуальные вопросы физического воспитания молодежи и студенческого спорта. Сборник трудов VI Всероссийской научно-практической конференции. Саратовский национальный исследовательский государственный университет имени Н.Г. Чернышевского. Саратов, 2023. С. 485-489.
8. Черкесов, Ю.Т. Биомеханические аспекты валеологии / Ю.Т. Черкесов, В.И. Жуков, В.Г. Свечкарёв, Н.Ю. Хажилиев // В книге: Биомеханика и новые концепции физкультурного образования и системы спортивной подготовки. 1999. С. 147-149.

ОСОБЕННОСТИ ЗАНЯТИЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРОЙ С ИНОСТРАННЫМИ СТУДЕНТАМИ

*Ушакова И.А., к.б.н., доцент,
Волгоградский государственный медицинский университет,
Волгоград, Россия*

В статье представлен анализ особенностей занятий физической культурой с иностранными студентами, которые рассматриваются с точки зрения фактора, ускоряющего успешную адаптацию к непривычным условиям обучения и проживания. Новые подходы к содержанию занятий с учетом этнических особенностей иностранных студентов ориентируют не только на двигательную подготовку учащихся, но и на развитие личности, на индивидуальное восприятие учебного материала. В ходе поиска инновационных подходов к организации учебных занятий с зарубежными учащимися учитывается особая значимость и привлекательность для них игровой деятельности. На занятиях решаются задачи формирования у иностранных студентов позитивного отношения к двигательной активности, развития устойчивого интереса к физической культуре, совершенствования необходимых профессиональных качеств будущего специалиста врача.

Ключевые слова: физическая культура, иностранные студенты, особенности занятий, содержание занятий.

FEATURES OF PHYSICAL EDUCATION CLASSES WITH FOREIGN STUDENTS

*Ushakova I.A., PhD, Associate Professor, irinayshakova1@mail.ru,
Volgograd State Medical University,
Volgograd, Russia*

The article presents an analysis of the characteristics of physical education classes with foreign students, which are considered from the point of view of a factor that accelerates successful adaptation to unusual learning and living conditions. New approaches to the content of classes, taking into account the ethnic characteristics of foreign students, focus not only on the motor training of students, but also on personality development, on individual perception of educational material. In the search for innovative approaches to organizing training sessions with foreign students, the special significance and attractiveness of gaming activities for them is taken into account. During the classes, the tasks of forming a positive attitude towards physical activity among foreign students, developing a sustainable interest in physical Education, improving the necessary professional qualities of a future medical specialist.

Keywords: physical Education, foreign students, features of classes, content of classes.

Актуальность. Деятельность высших учебных заведений направлена на подготовку кадров высокой квалификации. Среди главных направлений, связанных с утверждением престижности российского образования в общемировом образовательном пространстве находится поиск передовых методов и средств, которые оптимизируют адаптационный процесс студентов из-за рубежа.

Интернационализация высшего образования на современном этапе выдвигает на первый план проблемы адаптации иностранных студентов к непривычной для них действительности быта, образования в чужой стране [3, 4].

Находясь в иной социокультурной среде, иностранному студенту необходимо адаптироваться к ней с различных позиций: в роли представителя родной страны, носителя своих социокультурных ценностей, устоев, поведенческих норм; как личность со свойственными ей уникальными особенностями; в роли объекта при воздействиях педагогической среды [2].

Цель исследования. Дать характеристику особенностей занятий физической культурой (ФК) со студентами из-за рубежа в медицинском вузе.

Методы исследования. Проводился анализ научных работ по теме исследования, анализировались факторы, оказывающие влияние на эффективность занятий ФК.

Результаты исследования. На важный процесс приспособления каждого из представителей иных этнических групп к принимающей среде влияют многие факторы: социальная и культурная дистанция между местными представителями и иностранными студентами; уровень индивидуальной психологической гибкости; религиозное мировоззрение; языковая способность и др.

В научной литературе большое внимание уделяется средствам и методам физической культуры, позволяющим решать разнообразные задачи социологического, медико-биологического и педагогического характера, связанные с пребыванием учащихся из-за рубежа в инонациональной среде [1, 5]. Руководством Волгоградского государственного медицинского университета (ВолгГМУ) занятия по физической культуре для иностранных студентов рассматриваются с точки зрения фактора, ускоряющего успешную адаптацию к непривычным условиям обучения и проживания. В преподавании дисциплины «Физическая культура» у иностранных студентов предполагается учет этнического своеобразия данного контингента молодых людей.

В качестве примера, девушки-масульманки склонны заниматься только отдельно от юношей. Двигательные и оздоровительные методики, особенно в весенне-летний период учебного года, выбираются с учетом особенности одежды студенток. Тело девушек, исключая лицо и кисти рук закрыты, поэтому в занятиях нет упражнений, которые могут вызвать перегрев организма.

По причине наличия периода ограничений в еде, в связи с религиозными мотивами, из учебного процесса по физической культуре в этот промежуток времени исключаются упражнения повышенной интенсивности и с проявлением физического качества выносливость. В уроках используются различные игры, в том числе национальные, применяются упражнения на развитие гибкости и координации.

Также обязательно принимается во внимание отличительная линия поведения студентов. Более активно в занятиях проявляют себя африканские, китайские, арабские обучающиеся, которые достаточно быстро осваивают предлагаемый учебный материал, с удовольствием поддерживают общение с преподавателями. Более пассивно себя проявляют студенты из Индии. У большинства из них низкий уровень двигательных навыков. Вместе с тем, индийские девушки очень стеснительны, не охотно демонстрируют свою физическую подготовленность. И поэтому в уроках с индийскими студентами внимание акцентируется на достижения учащихся, удовлетворяются их потребности общения и самоутверждения. Занятия исключают жесткую регламентацию, имеют повышенный эмоциональный фон, включают максимально разнообразные формы и методы физической культуры, широко используются наглядные и технические средства. Физическая нагрузка уроков формируется относительно уровня подготовленности занимающихся, отводится некоторое время для выполнения упражнений, выбираемых по желанию юношей и девушек. В таком подходе стимулируется приобретение дополнительных навыков выполнения упражнений в рамках процесса самостоятельных занятий.

Для большинства иностранных студентов проводится воспитательная работа с целью:

- научить выполнять требования гигиены;

- убедить в необходимости своевременного начала занятия физической культурой, по учебному расписанию;
- сформировать потребность в систематических занятиях физической культурой;
- сформировать знания по соблюдению техники безопасности на занятиях физическими упражнениями.

Тестирование физических качеств, обучающихся из-за рубежа требует особенного внимания. Как показывает практика, с нормативами по физической подготовленности в российском медицинском вузе могут справиться менее 50% учащихся. Поэтому оценка результатов тестирования проводится по специально разработанной таблице, а при характеристике итогов акцент делается на индивидуальный показатель прироста в каждом из тестов, что побуждает студентов стремиться к более высокому уровню физической подготовленности, не вызывает отрицательного отношения к занятиям физическими упражнениями, помогает создать положительную психологическую атмосферу. Результаты тестов по сути - это информационные данные, характеризующие текущий уровень физической подготовленности иностранных студентов, которые не сравниваются с установленными в России нормами.

Новые подходы к содержанию занятий с учетом этнических особенностей иностранных студентов ориентируют не только на двигательную подготовку учащихся, но и на развитие личности, на индивидуальное восприятие учебного материала. В ходе поиска инновационных подходов к организации учебных занятий с зарубежными учащимися учитывается особая значимость и привлекательность для них игровой деятельности. Иностранные студенты с удовольствием осваивают новые игры, но в то же время отдают предпочтение уже знакомым, национальным видам спорта. В целом спортивные игры позволяют решить целый комплекс важных задач: удовлетворить их потребность в движении и стабилизировать эмоции, научить владеть своим телом, развивать не только физические качества, но также умственные и творческие способности, нравственные качества и т.д.

Многолетний опыт в работе с иностранными обучающимися на кафедре физической культуры ВолгГМУ обеспечил как подбор своеобразных форм и методов в учебном процессе, так и состава преподавателей.

К работе с группой зарубежных студентов допускаются преподаватели с педагогическим стажем не менее 5 лет, с ученой степенью, со знанием языка-посредника.

Это способствовало формированию у иностранных студентов позитивного отношения к двигательной активности, повышению посещаемости и развитию устойчивого интереса к физической культуре. Так посещаемость занятий за последние 10 лет увеличилась в среднем с 72,4% до 93,2%.

Совместные с российскими студентами тренировки, участие в соревновательной деятельности являются факторами, помогающими иностранным студентам успешно изучать русский язык, свободно и активно проявлять себя в неформальной обстановке, эффективной формой накопления и совершенствования двигательных навыков, полученных на учебных занятиях. После завершения обязательных занятий по дисциплине «Физическая культура» более 30% зарубежных студентов в ВолгГМУ не прекращают заниматься в спортивных секциях. Оптимальная систематическая двигательная активность приводит к положительной динамике физической работоспособности, улучшению функционального состояния иностранных студентов.

Выводы. Применение вариативного подхода, учитывающего этнические особенности иностранных обучающихся, способствует повышению значимости социальных мотивов, нацеленных на укрепление здоровья, совершенствование необходимых профессиональных качеств будущего специалиста врача, позволяет решить воспитательные и педагогические задачи, а также ответить на вопросы физического самосовершенствования.

Библиографический список:

1. Бартновская Л.А. К вопросу об эффективной организации занятий по физической культуре у иностранных студентов / Л.А. Бартновская, В.М. Кравченко, Н.А. Попованова Н.А. // Современные наукоемкие технологии. – 2020. №8. – С. 120-126.
2. Капезина Т.Т. Проблемы обучения иностранных студентов в российском вузе /Т.Т. Капезина // Наука. Общество. Государство. – 2014. – № 1(5). – С. 129-138.
3. Ключникова Е.В. Проблемы адаптации иностранных студентов в России /Е.В. Ключникова //Вестник ТВГУ. Серия «Педагогика и психология». – 2018. – Выпуск 1. – С. 133-140.
4. Ушакова И.А. Проблемы адаптации иностранных студентов к обучению и проживанию в инонациональной среде /И.А. Ушакова, С.А. Голубин // Педагогический опыт; от теории к практике: материалы Всероссийской научно-практической конференции с международным участием / редкол.: О.Н. Широков и др. – Чебоксары: ЦНС «Интерактив плюс», 2021. – С. 47-49.
5. Фазлеева Е.В. Занятия физической культурой в вузе как средство адаптации иностранных студентов к обучению / Е.В. Фазлеева, Н.В. Власенко, А.С. Шалавина //Наука и спорт: Современные тенденции. – 2016. №2 (Том 11). – С. 32-33.

УДК 616-008.3/5

ФАКТОРНЫЙ АНАЛИЗ В ДИАГНОСТИКЕ ПРЕПАТОЛОГИЧЕСКИХ И ПАТОЛОГИЧЕСКИХ СОСТОЯНИЙ МИОКАРДА СПОРТСМЕНОВ

*Федотова И.В. к.м.н., доцент,
Волгоградская государственная академия физической культуры
Волгоград, Россия*

Необходимость изучения основных диагностических признаков патологических изменений миокарда у спортсменов на сегодняшний день не вызывает сомнений. Вегетативно-регулирующие показатели и электрокардиографические факторы являются главенствующими и проанализированы нами в проведенном исследовании. 96 спортсменам в возрасте 18-25 лет, имеющих высокие квалификационные разряды проведена регистрация показателей вегетативной регуляции и электрокардиографических показателей. Использован метод факторного анализа. Выделены наиболее информативные факторы, имеющие ведущее значение в диагностике предпатологических и патологических состояний атлетов, ведущих активную тренировочную и соревновательную деятельность: фактор, отражающий вегетативную регуляцию; фактор, состоящий из показателей variability ритма сердца (связанный с проведением ортостатической пробы и указывающий на активацию функционирования симпатического отдела вегетативной нервной системы); фактор, сформированный исключительно из показателей электрической активности миокарда.

Ключевые слова: факторный анализ, патология миокарда, спортсмены, диагностика.

FACTOR ANALYSIS IN THE DIAGNOSIS OF PRE-PATHOLOGICAL AND PATHOLOGICAL CONDITIONS OF THE MYOCARDIUM OF ATHLETES

*Fedotova I.V., PhD, associate professor,
Volgograd State Physical Education Academy,
Volgograd, Russia*

The need to study the main diagnostic signs of pathological changes in the myocardium in athletes today is beyond doubt. Vegetative-regulating parameters and

electrocardiographic factors are dominant and were analyzed by us in the conducted study. 96 athletes aged 18-25 years with high qualification grades were registered with indicators of autonomic regulation and electrocardiographic indicators. The method of factor analysis is used. The most informative factors that are of leading importance in the diagnosis of pre-pathological and pathological conditions of athletes conducting active training and competitive activities are highlighted: a factor reflecting autonomic regulation; a factor consisting of heart rate variability indicators (associated with an orthostatic test and indicating activation of the sympathetic department of the autonomic nervous system); a factor formed exclusively from indicators of myocardial electrical activity.

Keywords: factor analysis, myocardial pathology, athletes, diagnostics.

Актуальность. В современном мире спорт рассматривается как одна из составляющих здорового образа жизни, включающая профилактику заболеваний различных органов и систем. Однако напряженная многолетняя спортивная деятельность зачастую приводит к развитию заболеваний сердечно-сосудистой системы. Диагностика предпатологических и патологических состояний миокарда у спортсменов, особенно в спорте высших достижений, приобретает все большую значимость [2, 4, 5]. Патология миокарда у атлетов является полиэтиологическим состоянием и важнейшим звеном является адекватное функционирование вегетативной нервной системы [5, 6]. Оценка вариабельности ритма сердца – современный и информативный метод исследования функционального состояния нервной системы [3, 4]. Данные, полученные при оценке вегетативной регуляции, часто используются в спортивной практике. Вегетативная нервная система взаимосвязана со многими физиологическими системами, а показатели частоты сердечных сокращений считаются суррогатными маркерами состояния вегетативной регуляции. Электрокардиография является фундаментальной частью оценки сердечно-сосудистой системы, в том числе и у спортсменов. Знакомство с широким спектром закономерностей, наблюдаемых на электрокардиограммах спортсменов позволяет сформировать понимание влияния сердечных и внесердечных нарушений, формирующихся в процессе тренировочной и соревновательной деятельности.

Ранняя диагностика предпатологических и патологических состояний миокарда является основополагающей задачей врачей общей практики, спортивных врачей, педагогов так как своевременное принятие мер позволяет предотвратить жизнеугрожающие состояния, успешно продолжать спортивную карьеру. Для решения данной проблемы информативный набор признаков сформирован с использованием факторного анализа, который позволяет перейти от исходного пространства признаков большой размерности к пространству факторов меньшей размерности [1]. Основная задача применения факторного анализа в диагностике патологии миокарда у атлетов – классификация исследуемого набора диагностических признаков, выявленных при помощи вариабельности сердечного ритма и показателей электрической активности миокарда.

Цель исследования: определить наиболее значимые вегетативно регулирующие и электрокардиографические факторы, влияющие на развитие предпатологических и патологических состояний миокарда у спортсменов по данным вариабельности сердечного ритма и электрической активности миокарда методом факторного анализа.

Материалы и методы исследования. В исследование включено 96 спортсменов в возрасте 18-25 лет высоких квалификационных разрядов (от первого до мастера спорта) с диагностированными предпатологическими и патологическими состояниями миокарда (нарушение процессов реполяризации, АВ-блокада, частая желудочковая экстрасистолия, дилатация и гипертрофия миокарда левого желудочка, синдром удлиненного интервала QT, клинические проявления вегетативной дисфункции). Всем включенным в исследование вариабельность сердечного ритма

оценивали с помощью методики Баевского Р.М. (2001) при записи коротких – 5-минутных участков электрокардиограммы в положении «лежа» и во время активной ортостатической пробы. Электрокардиографическое исследование проводилось с помощью модульной системы для комплексной функциональной диагностики «Atesdiagnostic» и предусматривало регистрацию электрокардиограммы в 12 стандартных отведениях. Анализ данных электрокардиограммы осуществляли согласно общепринятой методике [1, 3].

Факторный анализ, выполняется для многомерного набора данных с целью выделения двух типов взаимно некоррелированных факторов: общих факторов и всех остальных. Общие факторы, число которых значительно меньше числа наблюдаемых переменных, служат для объяснения вариации всех переменных. С другой стороны, другие факторы объясняют изменения переменных, которые остаются неучтенными общими факторами. Последние факторы называются уникальными факторами в распространенной модели факторного анализа, а в другой модели факторного анализа эти факторы называются специфическими факторами. При формировании набора информативных признаков нами была поставлена задача проанализировать параметры variability ритма сердца, интервалов и амплитудных значений электрокардиограммы и их влияние на наличие/отсутствие предпатологических и патологических состояний миокарда у спортсменов. Проанализированы собственные значения корреляционной матрицы признаков больше 1, процент общей дисперсии, кумулятивная сумма собственных значений и процентов, объясняемой факторами общей дисперсии.

Статистический анализ полученных результатов проводился при помощи программы STATISTICA 10.0 и Excel. Для каждого фактора указывали процент его общей дисперсии и нагрузку каждой исходной переменной (факторная нагрузка), которая входила в него.

Результаты исследования:

По результатам проведенного исследования число выделенных факторов у спортсменов с патологией миокарда равно 3 (общая дисперсия исходных признаков 59%) (Таблица 1).

Таблица 1 – Собственные значения и проценты общей дисперсии факторов для спортсменов с патологией миокарда

Номер фактора	Собственные значения	Процент общей дисперсии	Кумулятивная сумма собственных значений	Кумулятивная сумма процентов общей дисперсии
1	11,75845	28,23193	11,75845	28,23193
2	9,57291	12,49254	18,70148	42,62947
3	7,46183	11,82375	23,60381	59,38597

По полученным данным вращения факторов методом варимакс для исходных нагрузок определены факторные нагрузки для 3 факторов у спортсменов с патологией миокарда (Таблица 2).

Основной, наиболее значимый фактор, объясняющий наибольшую долю дисперсии признаков, позволил описать 32,3% дисперсии рассматриваемой системы признаков. Признаки, имеющие наибольший корреляционный коэффициент (факторную нагрузку) в данном факторе, характеризуют вегетативную регуляцию. Однонаправленное (отрицательное) влияние демонстрирует наличие таких параметров: ЧСС, САД, mRR, SDNN, TP, VLF, LF, HF, LF/HF, IC. Частота сердечных сокращений является потенциальным маркером переутомления в спорте.

Таблица 2 – Факторные нагрузки признаков для спортсменов с патологией миокарда

Признаки	Фактор 1	Фактор 2	Фактор 3
ЧСС	-0,967491*	-0,291465	-0,319872
САД	-0,863759*	-0,639052	-0,601723
ДАД	0,294385	-0,598351	-0,229843
mRR	-0,841830*	-0,456014	-0,476183
SDNN	-0,753196*	0,478310	-0,587465
SDNN<50	-0,572960	0,489942	-0,656721
RMSDD	-0,298547	-0,271483	-0,476413
pNN50	-0,412842	-0,429569	-0,597834
TP	-0,793757*	-0,528749	-0,667342
VLF	-0,978539*	-0,378241	-0,609483
LF	-0,864382*	-0,915482*	-0,365782
HF	-0,825848*	-0,683294	-0,419094
IC	-0,757314*	-0,731853*	-0,237816
LF/HF	-0,920749*	-0,878329*	-0,587346
К 30:15	0,689219	-0,920954*	-0,417876
Кр, %	0,439810	-0,703758*	-0,698376
интервал PQ	0,589257	0,372891	0,762438*
комплекс QRS	0,298405	0,619823	0,773645*
интервал QT	0,357481	0,484532	0,287468
амплитуда зубца Р	0,684329	0,492271	0,568729
амплитуда зубцаТ (-)	0,387593	0,628765	0,892635*
амплитуда зубца R	0,498326	0,357649	0,473859

Примечание: * - значимые факторные нагрузки, большие по абсолютной величине 0,7

Уровень систолического артериального давления и его отклонения от нормы (повышение) является предиктором развития заболеваний сердечно-сосудистой системы, внезапной сердечной смерти. Показатели вариабельности ритма сердца такие как средняя продолжительность интервала RR, стандартное отклонение интервала RR, спектральные показатели, индекс напряжения являются ключевыми в оценке функциональных механизмов адаптации и наличия/отсутствия признаков дизадаптации у спортсменов. Таким образом, подтверждается существенный вклад частоты сердечных сокращений, уровня систолического артериального давления и вегетативной регуляции в формирование патологии миокарда спортсменов.

Второй по значению фактор, объясняющий весомую долю дисперсии признаков, позволил описать 15,8% дисперсии рассматриваемой системы признаков, и он также отражает состояние вегетативной регуляции, но по показателям, связанным с проведением ортостатической пробы и указывающих на активацию функционирования симпатического отдела вегетативной нервной системы (коэффициент К 30:15, Кр, %, LF, LF/HF, IC). Второй фактор показывает весомый вклад меры ортовагального баланса и активации симпатического отдела вегетативной регуляции, в формировании патологии миокарда у спортсменов.

Третий фактор позволил описать 10,9 % дисперсии рассматриваемой системы признаков и сформировал признаки, характеризующие электрическую активность миокарда. Нами выявлены положительные факторные нагрузки: амплитуда зубца Т (-), интервала PQ, комплекс QRS между признаками внутри фактора. Сглаженность, изоэлектричность или отрицательные значения зубца Т на электрокардиограмме свидетельствуют о наличии нарушений процессов реполяризации миокарда от первой до третьей степени. Удлиненный интервал PQ указывает на наличие замедления атриовентрикулярной проводимости, которая может у спортсмена трактоваться как

физиологическое изменение, так и патологическое. Расширение комплекса QRS указывает на реальное существование патологии миокарда. Полученные данные подтверждают особое значение в развитии патологии миокарда у спортсменов изменения параметров, отображающих состояние реполяризации и деполяризации миокарда, времени проведения электрического импульса по предсердиям и атриовентрикулярному узлу.

Выводы:

1. Факторный анализ в диагностике предпатологических и патологических состояний миокарда у спортсменов позволяет разделить полученные диагностические признаки на группы, упорядочить их относительно важности в отношении развития этих состояний.

2. Применение факторного анализа у спортсменов с патологией миокарда позволило из большого количества диагностических параметров variability ритма сердца, значений интервалов и зубцов электрокардиографического исследования выделить 3 наиболее информативных факторов. Наиболее значимый – первый фактор, отражающий вегетативную регуляцию. Второй по значимости – фактор, состоящий из показателей variability ритма сердца, связанных с проведением ортостатической пробы и указывающих на активацию функционирования симпатического отдела вегетативной нервной системы и отражающих ортовагальный баланс и активацию симпатического отдела вегетативной регуляции. Третий фактор сформирован исключительно из показателей электрической активности миокарда.

3. Факторный анализ позволил сократить число переменных с помощью редукции данных из 22 параметров к пространству факторов существенно меньшей размерности, которая равна 3.

4. Для спортсменов целесообразно использовать выделенные с помощью факторного анализа следующие показатели variability ритма сердца и электрокардиограммы как предикторы развития заболеваний сердечно-сосудистой системы: ортовагального баланса и активации симпатического отдела вегетативной регуляции, состояния реполяризации и деполяризации миокарда, времени проведения электрического импульса по предсердиям и атриовентрикулярному узлу.

Библиографический список:

1. Айвазян, С.А. Теория вероятностей и прикладная статистика / С.А. Айвазян, В.С. Мхитарян // М.: Юнити - Диана. – 2001. – Т.1. – 656 с.

2. Бессокирная, Г.П. Факторный анализ: традиции использования и новые возможности / Г.П. Бессокирная // Социология: методология, методы, математические модели. – 2002. – №12. – С. 142-153.

3. Дубров, А.М. Многомерные статистические методы / А.М. Дубров, В.С. Мхитарян, Л.И. Трошин // М.: Финансы и статистика. – 2000. – 350 с.

4. Кулеш, А.А. Клинические проявления и вопросы диагностики хронического цереброваскулярного заболевания (хронической ишемии головного мозга) на ранней (додементной) стадии / А.А. Кулеш, А.Ю. Емелин, А.Н. Боголепова, О.Б. Доронина // Неврология, нейропсихиатрия, психосоматика. – 2021. – Т.3. – №1. – С. 4-12.

5. Старовойтова, И.М. Дисциркуляторная энцефалопатия – причины формирования и их значимость с позиций факторного анализа / И.М. Старовойтова, Н.П. Потехин, А.Н. Фурсов // CardioСоматика. – 2013. – №4. – С. 45 -50.

6. Федотова, И.В. Этический контент социальной адаптации экс-спортсменов / И.В. Федотова, М.Е. Стаценко, М.А. Сухоручко // Биоэтика. – 2016. – Т.9. – № 2. – С. 39-41.

УДК 616.831-009.11

ПРИМЕНЕНИЕ ВИРТУАЛЬНОЙ РЕАЛЬНОСТИ В РАЗВИТИИ ФИЗИЧЕСКИХ НАВЫКОВ У ПАЦИЕНТОВ С ДЦП

*Хафизова А. А.,
Крючкова С. А.,*

*Башкирский государственный медицинский университет,
Уфа, Россия*

Цель: изучение научных источников для проведения исследования влияния виртуальной реальности на физические навыки детей с детским церебральным параличом.

Методы: проведен теоретический анализ и обобщение данных научной литературы.

Результаты исследования: виртуальная реальность положительно влияет на физические способности детей с ДЦП, развивает функции верхней и(или) нижней конечности, хорошо сказывается на параметры ходьбы, улучшает равновесие, ловкость, выносливость, тренирует сердечно-сосудистую систему, сильно упрощает адаптацию в социуме, однако из-за небольшой выборки эффективность до конца не ясна.

Выводы: виртуальная реальность применима в медицине и требует особого внимания. Метод имеет потенциал, но пока недостаточно адаптирован. Необходимо проводить исследования с большей выборкой пациентов, развивать технологии аппаратов и методики для применения к больным с ДЦП.

Ключевые слова: виртуальная реальность, детский церебральный паралич

APPLICATION OF VIRTUAL REALITY IN THE DEVELOPMENT OF PHYSICAL SKILLS IN PATIENTS WITH Cerebral Palsy

*Khafizova A.A., Kryuchkova S.A., alinahafizova142@gmail.com,
FGBOU VO Bashkir State Medical University, Ufa, Russia*

Purpose: to study scientific sources to conduct research on the effect of virtual reality on the physical skills of children with cerebral palsy.

Methods: a theoretical analysis and synthesis of scientific literature data was carried out.

Results of the study: virtual reality has a positive effect on the physical abilities of children with cerebral palsy, develops the functions of the upper and (or) lower limbs, has a good effect on walking parameters, improves balance, agility, endurance, trains the cardiovascular system, greatly simplifies adaptation in society, however Due to the small sample, the effectiveness is not completely clear.

Conclusions: virtual reality is applicable in medicine and requires special attention. The method has potential, but is not yet sufficiently adapted. It is necessary to conduct research with a larger sample of patients, to develop device technologies and techniques for use in patients with cerebral palsy.

Keywords: virtual reality, cerebral palsy

Детский церебральный паралич (ДЦП) принадлежит к группе стабильных нарушений движения и поддержания позы, приводящих к двигательным дефектам, из-за непрогрессирующего повреждения и (или) аномалии развивающегося головного мозга у плода или новорожденного ребенка [3-5]

По неврологической этиологии ДЦП-одно из наиболее часто встречающихся заболеваний в мире, которое приводит к инвалидности. Распространенность ДЦП составляет 2–3,6 случая на 1 000 детей [6]. К причинам ДЦП относятся

преждевременные роды, асфиксия плода во время родов, травма во время родов, а также интоксикация плода во время беременности. ДЦП и рождаемость с низкой массой тела также имеет тесную связь [1,7,8]. К одной из неблагоприятных факторов при выявлении ДЦП относят многоплодную беременность. Чаще всего причиной ДЦП становится не один решающий фактор, а комбинация нескольких факторов риска.

Проявлениями ДЦП являются двигательные расстройства, нарушение мышечного тонуса, параличи, расстройства координации и походки, патологии в психомоторном развитии, интеллектуальные нарушения, трудности обучения. Иногда возникают расстройства слуха и зрения.

К основным методам реабилитации относят:

1)Использование ортезов

2)Физическая реабилитация (массаж, лечебная гимнастика, кинезиотерапия, роботизированная механотерапия), в том числе с применением биологической обратной связи

3)Хирургические ортопедические вмешательства

4) Ботулинотерапия

Главная задача реабилитации поднять уровень физического, социального развития до максимально возможного. Это позволит адаптироваться ребенку в социуме, чувствовать больше независимость, чем дискомфорт, а также значительно повысит качество жизни.

Виртуальная реальность часто ассоциируется с развлечением, досугом и отдыхом, однако ее применение имеет высокий потенциал в разных отраслях медицины. Она применима для развития и поддержания физических качеств у людей с ДЦП, для реабилитации после инсульта, спинномозговых травм, при ограничениях по зрению, слуху, также с ее помощью решаются проблемы социального характера при трудностях в обществе.

Однако всегда важно учитывать реабилитационный потенциал больного и ставить только реально достижимые цели.

Виртуальная реальность моделирует ситуацию, погружает человека в реальную среду с реальными объектами и задачами. В зависимости от цели подбираются аппараты, направленные на разработку того или иного физического параметра. Практикуется использование дополнительных приборов в виде очков или перчаток с датчиками движения. Медицинский персонал изначально выбирает оптимальную нагрузку, подбирает уровень по сложности, силе, ловкости, скорости. С течением времени врач корректирует нагрузки, следит за изменениями и наблюдает за положительной динамикой.

С помощью компьютерной графики и анимации виртуальная реальность затрагивает почти все органы чувств человека: зрение, осязание, слух и равновесие. Пациенты могут выбирать локацию, время года, погоду, компанию, моделировать собственный образ, получать новый опыт. Это является несомненным плюсом, так как человек полностью погружается в процесс, ощущает реальность виртуального мира, забывает о боли, дискомфорте и трудностях обыденной жизни. Виртуальная реальность является нетривиальным способом мотивации пациента в собственной реабилитации.

За счет нейропластичности мозга виртуальная реальность формирует новые связи в ЦНС, а также восстанавливает поврежденные. Основные направления пациентов с ДЦП в работе с аппаратами виртуальной реальности-это улучшение функций верхней и(или) нижней конечности, развитие равновесия, улучшение походки, тренировка сердечно-сосудистой системы, повышение выносливости, ловкости, мелкой моторики, выполнение сложных движений и закрепления их.

Проводилось исследование влияния ВР на улучшение функций нижней конечности. Участвовало 16 детей со спастической тетраплегией. Было проведено 18 сеансов за 4 недели. Система виртуальной реальности GRAIL (Gait Real time Analysis

Interactive Lab) оценивалась с помощью анализа функций, а также инструментально. Наблюдались улучшения в ходьбе, а именно скорость, длина шага, улучшение общих моторных качеств. [2].

На данный момент исследуются разные подходы с применениями виртуальной реальности, их эффективность и рациональность. Игры на аппаратах виртуальной реальности адаптируют под развитие детей с ДЦП, их особенности и возможности взаимодействия. Виртуальная реальность уже является применимым и результативным методом для развития и поддержания физических качеств у детей с ДЦП, хотя и требует значительных доработок.

Библиографический список:

1. Пятакова Г.В., Мамайчук И.И., Умнов В.В. Психологические защитные механизмы у детей с ДЦП в контексте материнского отношения к болезни ребенка //Ортопедия, травматология и восстановительная хирургия детского возраста. 2017. № 5(3). С. 58-67.)

2. Gagliardi C., Turconi A.C., Biffi E., Maghini C., Marelli A., Cesareo A., Diella E. Immersive Virtual Reality to Improve Walking Abilities in Cerebral Palsy: A Pilot Study. Ann. Biomed. Eng. 2018; 46 (9): 1376–1384. DOI: 10.1007/ s10439-018-2039-1.

3. Kantak S.S., Stinear J.W., Buch E.R., Cohen L.G. Rewiring the brain: potential role of the premotor cortex in motor control, learning, and recovery of function following brain injury. Neurorehabilitation and Neural. Repair. 2012; 26 (3): 282–292. DOI: 10.1177/1545968311420845.

4. Meyer-Heim A., van Hedel H.J. Robot-assisted and computer-enhanced therapies for children with cerebral palsy: current state and clinical implementation. Seminars in Pediatric Neurology. 2013; 20 (2): 139–145. DOI: 10.1016/j. spen.2013.06.006

5. Mintaze K.G., Ozgun K.K., Cemil O., Duygu T. Virtual reality in rehabilitation of children with cerebral palsy. In book: Cerebral palsy – challenges for the future. 2014: 273–300. DOI: 10.5772/57486.

6. Oskoui M., Coutinho F., Dykeman J., Jette N., Pringsheim T. An update on the prevalence of cerebral palsy: a systematic review and meta-analysis. Dev. Med. Child Neurol. 2013; 55 (6): 509–519. DOI: 10.1111/dmcn.12080.

7. Stavsky M, Mor O, Mastrolia SA, Greenbaum S, Than NG, Erez O. Cerebral palsy – trends in epidemiology and recent development in prena- tal mechanisms of disease, treatment, and prevention. Front Pediatr. 2017; 5: 21. DOI: 10.3389/fped.2017.00021.rch. 2010; 3: 1-6. DOI: 10.1186/1757-1146-3-16.

8. Williams CM, Tinley P, Curtin M. Idiopathic toe walking and sensory processing dysfunction. Journal of Foot and Ankle Resea

УДК 615.825

ПРОФИЛАКТИКА И РЕАБИЛИТАЦИЯ УСТАЛОСТНЫХ ПОВРЕЖДЕНИЙ КОЛЕННОГО СУСТАВА У ФЛОРБОЛИСТОВ

*Храмова В.О., магистрант,
Левенков А.Е., к.б.н., доцент,
Национальный государственный университет физической культуры, спорта и
здоровья им. П.Ф.Лесгафта,
Санкт-Петербург, Россия*

В статье представлено описание и оценка комплекса упражнений, направленных на профилактику травматизма у флорболистов.

Ключевые слова: флорбол, травмы, колено, комплекс упражнений.

PREVENTION AND REHABILITATION AFTER FATIGUE INJURIES OF THE KNEE JOINT IN FLOORBALL PLAYERS

Khramova V.O., Master's student, khramovav1997@mail.ru

Levenkov A.E., PhD, Associate Professor, levenkov.alescha@yandex.ru

P.F.Lesgaft National State University of Physical Education, Sports and Health, St. Petersburg

The article describes and evaluates a set of exercises aimed at preventing injuries in floorball players.

Key words: floorball, injuries, knees, complex of exercises.

Одной из самых актуальных проблем современного спорта является травматизм в спорте. Это обусловлено возросшим объемом соревновательной деятельности, участием спортсменов в большом количестве турниров, избыточными тренировками и соревновательными нагрузками [1]. Не мало травм спортсмены могут получить сейчас и просто на тренировках в силу того, что, уровень подготовки, особенно в профессиональном спорте, возрастает значительно. Команды развиваются и приходится идти в ногу с этим развитием. Но не всегда это сказывается положительно на организмах спортсменов.

Из-за полученных повреждений спортсмен моментально утрачивает свою способность к физической активности, поэтому важно активно заниматься профилактикой травм. Согласно научным исследованиям, в большинстве случаев у профессиональных спортсменов выявляются хронические травмы и повреждения опорно-двигательной системы, составляющие значительный процент от общего числа случаев – от 53,1% до 72,4% [2,3].

Повторные перегрузки и избыточные нагрузки во время тренировок увеличивают вероятность получения травм и развития последующих заболеваний у спортсменов. Поэтому крайне важно использовать профилактические и лечебные методы, которые способны улучшить кровообращение, лимфообращение, и обмен веществ в организме [4,5]. Даже незначительные повреждения могут вызывать осложнения и приводить к заболеваниям, что, разумеется, сказывается на физической активности и спортивных достижениях.

Профилактика и лечение травм опорно-двигательной системы сегодня стали важными задачами не только в медицине, но и в социальной сфере, так как они способствуют снижению числа нетрудоспособных спортсменов. В условиях экстремальных физических нагрузок, с которыми сталкиваются спортсмены, значение профилактики травм и перегрузок становится особенно высоким [4]. По этой причине профилактические и реабилитационные мероприятия включаются в общий план подготовки спортсменов.

Анализ научно-методической литературы показал, что в практике спортивной подготовки флорболистов недостаточно внимания уделяется профилактике и реабилитации травм коленного сустава. Исходя из этого, мы решили исследовать особенности средств профилактики и реабилитации усталостных повреждений коленного сустава у флорболистов.

Цель нашей работы: изучить распространенность микротравматической болезни и разработать комплекс методов профилактики и ранней реабилитации усталостных повреждениях коленного сустава у игроков занимающихся флорболом.

С целью изучения распространенности микротравматической болезни проведено обследование 53 спортсменов, занимающихся флорболом (21-24 лет, имеющих I разряд, КМС), выявлены следующие стадии микротравматической болезни: у 41,5 % (22 человека) выявлена III стадия (боль, возникающая во время и после физической

нагрузки и оказывающая влияние на спортивные результаты), у 28,3% (15 человек) - II стадия микротравматической болезни (боль, возникающая во время и после физической нагрузки, но не оказывающая влияние на спортивные результаты), у 13,2% (7 человек) - I стадия МТБ, у 17% (9 человек) МТБ не выявлено. Болевой синдром у игроков выражен в области коленного (70,5%) и голеностопного суставов (29,5%).

В дальнейшем из обследованных лиц с микротравматической болезнью 2-3 стадии были сформированы две группы - контрольная и экспериментальная. по 10 человек в каждой. В контрольной группе дополнительно к тренировочным занятиям проводились 1 раз в два дня проводились 30-минутные занятия по стандартным реабилитационным методикам, направленным на укрепление коленного сустава. В экспериментальной группе проводилась комплексная методика профилактики усталостных повреждений связок коленного сустава у флорболистов, которая включала в себя: комплекс физических упражнений при микротравматической болезни нижних конечностей, применении комплексного антигомотоксического средства Траумель С и спортивного тейпинга. Задачи комплекса - нормализация лимфо- и кровообращения нижних конечностей, укрепление связочного аппарата суставов, снижение болевого синдрома и тем самым снижение тяжести микротравматической болезни. Комплекс упражнений представлен в таблице 1, выполняется через день по 30 минут, сочетается с ежедневным применением антигомотоксического средства Траумель С и наложением спортивного тейпинга 1 раз в два дня. Длительность применения курса реабилитационных процедур в контрольной и экспериментальной группе составляла 1 месяц. Комплекс упражнений при микротравматической болезни нижних конечностей представлен в Таблице 1.

Таблица 1 Комплекс упражнений при микротравматической болезни нижних конечностей

п/п №	Исходное положение	Содержание	Дозирование	Примечания
1	Сидя на полу, руки сзади, ноги прямые, положить под колено валик или скрученное полотенце или скрученный тренировочный коврик.	Медленно выпрямить ногу в коленном суставе Опустить в исходное положение	10 *3	нет
2	И.п. – широкая стойка, стоя на подушках. Перекаты на подушках	Спина прямая, небольшой наклон вперед, руки перед собой	30 раз	Упражнения на нестабильных основах рекомендуется выполнять постепенно с поддержкой специалиста
3	Поставьте ноги на ширине бёдер, направьте носки стоп чётко вперёд.	Поднимите левую ногу и удерживайте баланс на правой. Согните правую ногу и медленно опуститесь в приседание.	5 *3	Следить чтобы колено не уходило далеко вперёд и не заворачивалось внутрь. Выпрямитесь и повторите

4	Комбинированные упражнения на тренажере Кроссовер. И.п. – то же: Присед на 1 ноге 45° и жим руками вперед	Упражнения варьируются. Можно делать жим руками над головой или разноименный. Задача – усложнить упражнение движениями верхней части тела.	15*3	нет
5	Ягодичный мостик	Лягте на пол, положите руки вдоль тела, согните ноги и поставьте стопы на пол. Сожмите ягодичы и поднимите таз настолько высоко, насколько сможете. Зафиксируйте на секунду, вернитесь в исходное положение и повторите ещё раз.	10 *3	Используйте утяжители на ноги
6	Поднимание, отведение в сторону, отведение назад свободной конечности на 30°	Упражнение выполняется с чередованием открытых и закрытых глаз.	5*3 на каждую ногу	Постепенно увеличивая количество раз и время задержки.

Для оценки эффекта применения разработанного комплекса у контрольной и экспериментальных групп проведена оценка болевых ощущений во время выполнения физических нагрузок. Оценка проведена по 5-бальной вербальной шкале оценки боли (Frank A.J.M., Moll J.M.H., Hort J.F., 1982). До применения комплекса в обеих группах болевые ощущения были примерно одинаковыми и составляли 2,7 - 2,8 баллов. После эксперимента в обеих группах отмечается снижение болевых ощущений, однако в экспериментальной группе оно более выражено и статистически достоверно, в контрольной группе менее выражено и статистически недостоверно (экспериментальная группа $2,7 \pm 0,5$ баллов до эксперимента, $1,2 \pm 0,3$ балла после эксперимента, $p < 0,05$, контрольная группа $2,8 \pm 0,6$ баллов до эксперимента, $2,0 \pm 0,4$ балла после эксперимента, $p > 0,05$).

Для оценки влияния физической нагрузки на состояние суставов в обеих в обеих группах проводилось локальное измерение температуры подколенной мышцы перед и через 1 минуту после выполнения физической нагрузки. До эксперимента в обеих группах в 70-80% случаев отмечалось повышения температуры в области подколенной мышцы после физической нагрузки. После проведения реабилитационных мероприятий в контрольной группе намечается тенденция к быстрому восстановлению температурного баланса (в 70% случаев), в то время как в контрольной группе сохраняется тенденция к повышению температуры, но менее выраженная (у 40% испытуемых). Быстрое восстановление температуры до исходных уровней свидетельствует о нормализации микроциркуляции в пораженной области, что является следствием сочетанного использования тейпирования, антигомотоксического средства Траумель С и разработанного восстановительного комплекса физических упражнений.

Выводы:

1. Изучена структура усталостных повреждений нижних конечностей у флорболистов. Установлено, что чаще всего наблюдаются повреждения происходят повреждения связочного аппарата коленного сустава.

2. Разработана и научно обоснована комплексная методика профилактики усталостных повреждений связок коленного сустава у флорболистов, которая включала

в себя: комплекс физических упражнений при микротравматической болезни нижних конечностей, применение комплексного антигомотоксического средства Траумель С и спортивного тейпинга.

3. Применение разработанного комплекса снизило болевой синдром у испытуемых и способствовало снижению нагрузки на суставы и улучшению восстановления пораженных конечностей после физической нагрузки

Библиографический список:

1. Башкиров, В.Ф. Возникновение и лечение травм у спортсменов / В.Ф.Башкиров // М.:ФиС, 1981. - 224 с.

2. Коваленко Ю. А. Проблемы травматологии в современном спорте / Ю.А. Коваленко // Теория и практика физической культуры. – 2006. - №5. – с. 22

3. Консервативное лечение травм у спортсменов : пер. с англ. / под ред. Е. Томаса, Хайда, М.С. Генгебах. – М. : Медицина, 2005. – 776 с.

4. Лечебная физическая культура (кинезотерапия): учеб. для студ. высш. учеб. заведений / В.И. Дубровский — 2-е изд., стер. — М.: Гуманит. изд. центр ВЛАДОС, 2001. — 608 с.: ил.

5. Лутков, В.Ф. Методика тейпирования для профилактики спортивного травматизма: Учебно-методическое пособие / В.Ф. Лутков; СПб ГУФК им. П.Ф.Лесгафта. – СПб.: изд-во СПб ГУФК им. П.Ф.Лесгафта, 2006. – 91 с.

УДК 796.011.1+ 614.87

ОТНОШЕНИЕ СТУДЕНТОВ К ОЦЕНКЕ ФИЗИЧЕСКОГО РАЗВИТИЯ И ФУНКЦИОНАЛЬНОГО СОСТОЯНИЯ ШКОЛЬНИКОВ В СЕВЕРНОМ РЕГИОНЕ

*Чистова В.В., младший научный сотрудник,
Научно-исследовательская лаборатория «Здоровый образ жизни и охрана здоровья»,
Сургутский государственный педагогический университет
Сургут, Россия*

В статье рассматривается с помощью анкетирования понимание студентами важности мониторинга физического развития и функционального состояния школьников в учебном и тренировочном процессе, помимо оценки физической подготовленности.

Ключевые слова: студенты северного вуза, оценка физического развития, оценка функционального состояния, школьники.

STUDENTS' ATTITUDE TO ASSESSMENT OF PHYSICAL DEVELOPMENT AND FUNCTIONAL STATE OF SCHOOLCHILDREN IN THE NORTHERN REGION

*Chistova V.V., junior researcher, victoria_chistova@mail.ru,
Research Laboratory "Healthy Lifestyle and Health Protection",
Surgut State Pedagogical University
Surgut, Russia*

The article examines, using a questionnaire, students' understanding of the importance of monitoring the physical development and functional state of schoolchildren in the educational and training process, in addition to assessing physical fitness.

Key words: northern university students, assessment of physical development, assessment of functional state, schoolchildren.

Воспитание ценностного отношения к здоровью и здоровому образу жизни студенческой молодежи, является главной задачей университетов, формирование личности, способной использовать разнообразные средства физической культуры и спорта, для сохранения и укрепления здоровья, а так же для подготовки к будущей профессиональной деятельности.

В современных условиях требования к физической подготовленности молодежи остаются прежними, но в последние годы происходит постоянное ухудшение состояния здоровья детей в России. По данным ВОЗ всего 11% детей можно назвать здоровыми и многие педагоги и тренеры приходят к выводу, что нынешнее поколение слабо физически развито и не тянет физические нагрузки, которые на сегодняшний день установлены федеральными стандартами [1].

Ухудшение состояние здоровья обусловлено не только наследственностью и комплексом природно-климатических факторов северного региона влияющих на организм, но и в отсутствии профилактических работ направленных на формирование здорового образа жизни, а так же внедрение в системы образования дисциплин отражающих медико-биологические аспекты в оценке состояния здоровья. Даже имея несколько дисциплин, отражающих содержание всестороннего и гармоничного развития личности для подготовки специалиста, важно изменить отношение вузовских преподавателей к преподаванию физической культуры, ведь многие преподаватели не знают основ здорового образа жизни.

Важно осознавать, что будущие учителя и тренеры не просто должны давать задания по программе, они должны получать такую информацию и овладеть такими практическими методами, которые смогут использовать в будущей профессии и строить эффективный и безопасный тренировочный или образовательный процесс на уроках физической культуры [3].

В положении о внедрении комплекса ГТО в систему физического воспитания подрастающего поколения в качестве основного критерия педагогической эффективности предусматривают выполнение нормативных требований физической подготовленности. В повышении эффективности подготовки подрастающего поколения к выполнению нормативов комплекса ГТО практическое значение приобретает количественная оценка физического здоровья с учетом показателей физической подготовленности [2].

Многие авторы считают, что для повышения эффективности подготовки школьников и студентов к выполнению нормативов комплекса ГТО практическое значение приобретает количественная оценка физического здоровья с учетом показателей физической подготовленности [2].

Количественная оценка здоровья человека возможна не только на основе нормативов, а с учетом оценки физических (соматических) и функциональных показателей. Учителям физической культуры и тренерам в процессе физической подготовки целесообразно на основе полученных данных дифференцированно комплектовать учебные группы, дозировать физическую нагрузку с учетом комплексной оценки состояния здоровья, оценки физического развития, функционального состояния и результатов физической подготовленности.

Безусловно, оценка физической подготовленности имеет важнейшее значение в процессе профессионально-прикладной физической подготовки на всех уровнях физкультурного образования, но для повышения эффективности физической подготовки и полноценно гармоничного развития учащихся стоит обучить самих студентов владеть медико-биологическими методами и применять это на практике в своей профессиональной деятельности, а не только проводить ежегодный мониторинг

показателей здоровья и оценки физического развития первокурсников для правительства РФ.

Цель работы: методом анкетирования определить владение и отношение студентов к методам оценки физического развития и функционального состояния школьников.

Материалы и методы. Обследовано 178 студентов с первого по третий курс факультета физической культуры и спорта СурГПУ. С целью выявления отношения студентов к важности владения методиками оценки и контроля функционального состояния и физического развития детей в школьных учреждениях и на разных этапах подготовки в спортивных школах.

Данные полученные методом анкетирования и включающие следующую информацию: достаточно ли оценивать только показатели физической подготовленности детей?; Знакомы ли вы с методами оценки физического развития? (если знакомы, перечислите); Знакомы ли вы с методами функционального состояния? (если знакомы, перечислите); Как вы считаете педагогу или тренеру важно владеть медико-биологическими методами исследования?; Будете ли вы использовать на практике перечисленные вами методы исследования?.

Результаты. В исследовании было выявлено, что 83% студентов с первого по третий курс факультета физической культуры и спорта не понимают важность владения методиками оценки и контроля функционального состояния и физического развития детей в школьных учреждениях и на разных этапах подготовки в спортивных школах. И только 17% студентов смогли перечислить некоторые методы для оценки физического развития и функционального состояния детей, а так же обосновать важность и подтверждение, что будут применять на практике знающие методы.

Выводы. Крайне необходимо уделить больше внимание на воспитание осознанного понимания и применения средств и методов, которые бы повысили интерес к изучению и тестированию детей не только по физической подготовленности, но и оценивать физическое развитие детей и уметь контролировать функциональное состояние. Что в свою очередь положительно повлияет на становление студента, как специалиста в профессиональной деятельности. Ведь как будущий тренер, специалист или преподаватель по физической культуре, сам обязан уметь комплексно оценивать и контролировать свое состояние здоровья, и передать эти знания своим воспитанникам, и на основе полученных комплексных данных обеспечивать более эффективный и безопасный тренировочный процесс или занятий по физической культуре.

Библиографический список:

1. Бабажанова А. Е. Изучение взаимосвязи функционального состояния человека с психофизиологией // Глобус. 2022. №1 (66). С. 3-6.
2. Погудин С.М., Фонарев Д.В. Оценка оздоровительной эффективности физической подготовки и направления ее индивидуализации у школьников // Вестник Удмуртского университета. Серия «Философия. Психология. Педагогика». 2017. №2. С. 241-248.
3. Татарова С.Ю. Мониторинг показателей здоровья и физического развития первокурсников вуза // Евразийский Союз Ученых. 2015. №1-4 (10). С. 241-248.

ПРИМЕНЕНИЕ ПЕДАГОГИЧЕСКИХ СРЕДСТВ У ЮНЫХ СПОРТСМЕНОВ-ФЕХТОВАЛЬЩИКОВ (12-14 ЛЕТ) ДЛЯ КОРРЕКЦИИ НАРУШЕНИЯ ОСАНКИ И ПРОФИЛАКТИКИ ЗАБОЛЕВАНИЙ ОПОРНО-ДВИГАТЕЛЬНОЙ СИСТЕМЫ.

*Шадрин Д.И., к.п.н., доцент,
Боберская А.С.,*

*Национальный государственный университет физической культуры, спорта и
здоровья им. П.Ф.Лесгафта,
Санкт-Петербург, Россия*

В данной статье, проводится анализ промежуточных результатов коррекции асимметрии осанки юных спортсменов-фехтовальщиков 12-14 лет. Полученные данные позволяют оценить осанку у юных спортсменов их знание по профилактике нарушений осанки, а также эффективность использование педагогических средств для коррекции нарушений осанки и заболеваний опорно-двигательной системы (ОДС).

Ключевые слова: юные спортсмены, опорно-двигательная система, осанка, асимметрия, заболевания ОДС.

APPLICATION OF PEDAGOGICAL MEANS FOR YOUNG FENCERS (12-14 YEARS OLD) FOR CORRECTION OF POSTURE DISORDERS AND PREVENTION OF DISEASES OF THE MUSCULOSKELETAL SYSTEM.

*Shadrin D.I., PhD, associate professor,
Boberskaya A.S.,*

aboberskaya@mail.ru P.F. Lesgaft NSU, Saint Petersburg, Russia

In this article, the analysis of intermediate results of correction of asymmetry of posture of young athletes-fencers of 12-14 years is carried out. The data obtained make it possible to assess the posture of young athletes, their knowledge of the prevention of posture disorders, as well as the effectiveness of the use of pedagogical tools to correct posture disorders and diseases of the musculoskeletal system (ODS).

Keywords: young athletes, musculoskeletal system, posture, asymmetry, ODS diseases.

Введение. Мышцы спины выполняют большую физическую нагрузку, они помогают удерживать позвоночник в вертикальном положении являясь антигравитационными и дают возможность удерживать туловище в вертикальном положении как в условиях быта, учёбы, так и в спортивной деятельности [1, 2]. Г.И. Смирнов с соавторами пишет: условия внешней среды, а также функциональное состояние мускулатуры могут изменять осанку человека. Прочное положение тела при стоянии и сидении принимает характер нового динамического стереотипа и таким образом неправильная осанка закрепляется. Неблагоприятные условия внешней среды особенно отражаются на осанке. Она может также изменяться под влиянием неблагоприятных рабочих поз (круглая спина у слесаря, токаря), под влиянием односторонних поз в спорте (осанка боксёра, фехтовальщика, велосипедиста и др.) [7].

Нарушения осанки влекут за собой перенапряжение мышечного корсета. На начальной стадии перенапряжение мышц сопровождается болевыми ощущениями, если не предпринимать комплексные меры, данное нарушение может перейти в хроническое патологическое состояние (дистрофию и асептическое воспаление). Все эти функциональные сдвиги на фоне сохраняющихся тренировочных нагрузок приводят к

возникновению вторичного воспаления и переходу к форме хронического перенапряжения в фазу обострения и приводят к развитию заболеваний ОДС.

Кроме этого некоторые авторы отмечают, что современная система подготовки спортсменов характеризуется высокими объёмами и интенсивностью тренировочных и соревновательных нагрузок (внешние факторы риска), которые могут приводить к перенапряжению процессов адаптации и тем самым к заболеваниям различных систем и органов спортсмена. У спортсменов чаще всего выявляется перенапряжение ОДС, которое диагностируется как микротравматическая болезнь (МТБ). Одной из актуальных проблем современного спорта является профилактика и реабилитация спортсменов с перенапряжением различных звеньев ОДС [5, 8], особенно это связано с туловищем и позвоночником. В.Ф. Лутков с соавторами отмечают, что отсутствуют восстановительные средства в структуре тренировки и специфические факторы риска являются основным фактором приводящие к травматической болезни [4, 6].

Однако, различные нарушения осанки хотя и составляют группу функциональных расстройств ОДС человека и не являются в полном смысле этого понятия заболеваниями, сопровождаются нарушениями функций нервной системы и внутренних органов, делают организм более подверженным целому ряду заболеваний и, в первую очередь, заболеваниями позвоночного столба. Занятия любым видом спорта должны проходить в сочетании с физическими упражнениями, способствующими улучшению общего физического развития спортсмена, а также включать мероприятия, направленные на формирование правильной осанки [7].

Функциональное перенапряжение в отдельных мышечных группах и сопутствующее ему утомление, протекающее с накоплением недоокисленных продуктов обмена веществ в работающих мышцах, приводят к изменению состава тканей, нарушению кровообращения, что выражается болевыми ощущениями и повышенной чувствительностью соответствующих мышц. Тренеры (преподаватели) не занимаются коррекцией асимметричной осанки или по причине не достаточными знаниями в этой области, или по нежеланию уделять этому (коррекции нарушений) достаточного внимания [4, 5, 6, 8].

На современном этапе в литературных источниках недостаточно освещены сведения, касающиеся асимметрии у юных спортсменов-фехтовальщиков и их коррекции. Большинство спортсменов-фехтовальщиков уже в юном возрасте страдают хроническими заболеваниями ОДС (суставы и связки нижних конечностей, болевые ощущения в спине). В связи с этим становится актуальным исследование нарушения осанки и коррекции мышечного перенапряжения у спортсменов-фехтовальщиков.

Цель исследования: провести анализ нарушения осанки, коррекции её и знания по её сохранению у юных спортсменов-фехтовальщиков (12-14 лет).

Методы и организация исследования. Для решая поставленной цели были использованы следующие методы: анкетирование (анкетный опрос), анализ литературных источников, фото-фиксация (для оценки осанки), тестирование (плечевого индекса, измерений асимметрии лопаток), математическая статистика.

На первом этапе исследования проводилось анкетирование специалистов по фехтованию о значимости поддержания здоровья юных спортсменов. На втором этапе исследования произведено тестирование осанки юных спортсменов фехтовальщиков. На третьем этапе проведено анкетирование спортсменов о значимости поддержания здоровья и осанки в жизни и спорте, далее, с помощью специальной научно-методической литературы, был осуществлён подбор педагогических средств для коррекции осанки у юных спортсменов. На четвёртом этапе проведено обобщение и анализ полученных данных.

Результаты исследования и их обсуждение. Проведенное анкетирование среди 15 тренеров-преподавателей по фехтованию СШОР КШВСМ г. Санкт-Петербург показало, что большинство, опрошенных специалистов, считают важным поддержание

здоровья у спортсменов с юного возраста. Результаты анкетного опроса показали, что 87% опрошенных тренеров, считают важным формирование правильной осанки у спортсменов с юного возраста для органичного развития в целом, только 13% указали, что это не является необходимостью. 100% респондентов отметили, что фехтование влияет на асимметричное развитие ОДС. 73% тренеров указали, что нарушение осанки у спортсменов приводит к травмам ОДС, 27% – не согласны с этим мнением.

Для оценки состояния осанки у юных спортсменов-фехтовальщиков 12-14 лет были выбраны 15 человек, которые 3-4 года занимаются по избранному виду спорта СШОР КШВСМ г. Санкт-Петербурга. Для точной визуальной оценки осанки геометрического и симметричного расположения звеньев тела предлагается проводить осмотр на однотонном фоне с сеткой [3]. Для этого использовалось фото-фиксация (в профиль и в анфас), далее на фотографии, с помощью специальной программы Draving Grid, была наложена сетка (10x10 мм) (рис. 1), благодаря которой смогли оценить состояние осанки в сагиттальной и во фронтальной плоскостях [9].

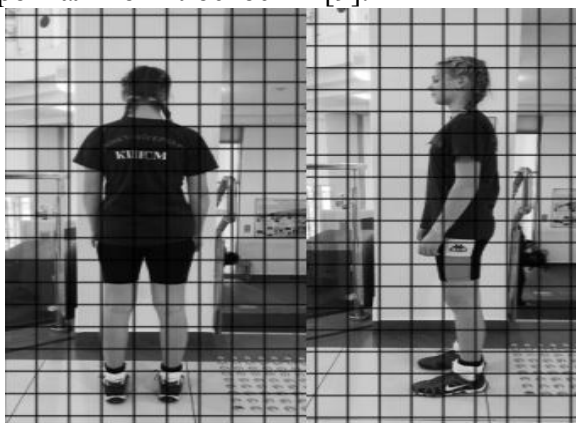


Рисунок 1. Оценка осанки с помощью специальной программы Draving Grid.

Результаты анализа фото-фиксации с помощью специальной программы Draving Grid юных спортсменов-фехтовальщиков свидетельствуют о нарушении осанки как в сагиттальной плоскости, так и во фронтальной.

Были проведены тесты плечевого индекса, измерения расположения лопаток, свидетельствуют о наличии у всех спортсменов признаков сутулости и наличии асимметрии (табл. 1).

Таблица 1. Результаты первого исследования плечевого индекса у спортсменов-фехтовальщиков.

Спортсмен	Ширина плеч (см)	Плечевая дуга (см)	Индекс (%)
1	34	37	91,9
2	32,5	36	90,3
3	39	43	90,7
4	32	35	91,4
5	34	36	94,4
6	33	36	91,6
7	38	41	92,7
8	32,4	35	92,6
9	33	37	89,2
10	40	43	93
11	38	41	92,7
12	35	36	97,2
13	32	33	96,9
14	32	34	94,1
15	31,6	35	90,3

Так же было проведено анкетирование спортсменов фехтовальщиков о локализации боли и её выраженности по Визуально-аналоговая шкала (ВАШ) боли. Результаты анкетного опроса показали, что у 14 спортсменов (93,3 %) отмечается боль в голеностопе - из них выраженная у 8 спортсменов, умеренная у 6. Также отмечаются выраженные боли в правом колене у 15 (100 %) человек, умеренная боль в левой части таза у 9 спортсменов (60 %), умеренная боль в области шеи у 13 спортсменов (86,6 %), так же появились болевые ощущения в пояснице - 12 спортсменов (80 %) у 4-х незначительная боль, у 8-ми умеренная. 8 (53,3 %) спортсменов отмечают болевые ощущения в левой трапециевидной мышце - у 5 - незначительная и у 3 – умеренная. Незначительные боли в правом плече отмечают 4 человек (26,6 %) и незначительные болевые ощущения в правом локте 5 спортсмена (33,3 %).

На основе полученных данных и анализа научно-методической литературы, было составлено два комплекса упражнений для расслабления мышц спины, коррекции осанки и. Так же проводились лекции по основам понятий «здоровье» и «осанка».

Перед повторным тестирование было проведено анкетирование спортсменов о значимости поддержания здоровья и осанки в жизни и спорте. Результаты анкетного опроса показали, что 100% опрошенных спортсменов, считают важным формирование правильной осанки. 100% респондентов отметили, что фехтование влияет на асимметричное развитие ОДС. 100% спортсменов-фехтовальщиков указали, что нарушение осанки у спортсменов приводит к перенапряжению и травмам ОДС.

Было повторно провели анкетирование, о локализации боли и её выраженности по ВАШ. По результатам опроса у 3 (21,4 %) спортсменов боли в голеностопе прошли полностью, у остальных боль стала незначительная. Только у 8 (53,3 %) спортсменов осталась умеренная боль в правом колене. На данном этапе отмечается незначительная боль в левой части таза у 1 (11 %) спортсмена-фехтовальщика и незначительная боль в области шеи у 3 (23,1 %). В пояснице отмечается незначительная боль у 4 (33,3 %) спортсменов. Болевые ощущения в в левой трапециевидной мышце, в правом плече и в правом локте больше не беспокоят спортсменов-фехтовальщиков.

При повторном проведении тестирование спортсменов-фехтовальщиков с помощью фото-фиксации с помощью специальной программы Draving Grid можно заметить значительные изменения в сохранении правильной осанки (рис.2).



Рисунок 2. Повторная оценка осанки с помощью специальной программы Draving Grid.

Повторное измерение плечевого индекса юных спортсменов-фехтовальщиков представлено на рисунке 3.

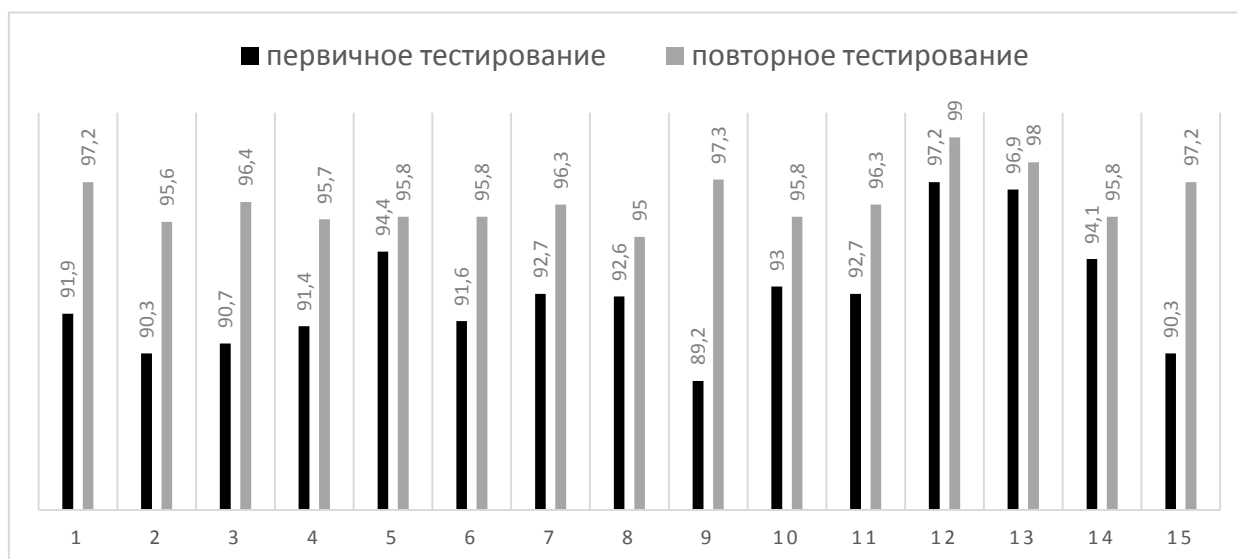


Рисунок 3. Результаты исследования плечевого индекса юных спортсменов.

По результатам повторного тестирования плечевого индекса можно заметить улучшения показателей плечевого индекса у юных спортсменов-фехтовальщиков.

Заключение. Таким образом мы пришли к следующим выводам. Проведенное анкетирование среди тренеров-преподавателей по фехтованию считают важным формирование правильной осанки у спортсменов с юного возраста, а также что фехтование влияет на асимметричное развитие ОДС. Большинство тренеров считают, что нарушение осанки приводит к перенапряжению и травмам ОДС у спортсменов-фехтовальщиков. Проведенное исследование среди юных спортсменов-фехтовальщиков показывает о наличии асимметричных нарушениях осанки, и об эффективности применения подобранных комплексов упражнений, которые могут корректировать асимметрию осанки у юных спортсменов-фехтовальщиков, что в последующем снижают перенапряжение и развитие заболевания ОДС.

Библиографический список.

1. Васильев, О.С. Вопросы коррекции нарушения осанки // Физкультура в профилактике, лечении и реабилитации. 2007. №4. С. 57-61.
2. Власова, В. П. Спортивная медицина: учебник / авт.- сост. В. П. Власова ; Мордов. гос. пед. ин-т.: Саранск, 2019. – 322 с.
3. Кашуба, В.А. Биомеханика осанки / В.А. Кашуба; -Киев: Олимпийская литература, 2003. -280с.
4. Лутков, В.Ф. Современный подход к профилактике и реабилитации перенапряжения опорно-двигательной системы у спортсменов / В.Ф. Лутков, Л.Л. Миллер, Г.И. Смирнов, Д.И. Шадрин. Теория и практика физической культуры. 2021. № 12. С. 68-70.
5. Левенков, А. Е. Физические методы в комплексной реабилитации заболеваний и спортивных травм : учебное пособие / А. Е. Левенков ; Национальный государственный университет физической культуры, спорта и здоровья имени П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург. — СПб. : [б.и.], 2020. — 118 с.
6. Макаров, Г.А. Спортивная медицина: Учебник. - М.: Советский спорт, 2003. - 480 с.

7. Смирнов, Г.И. Основы лечебной физической культуры в травматологии и ортопедии : учебное пособие / Г.И. Смирнов, Д.И. Шадрин; под ред. Г.И. Смирнова ; Национальный государственный университет физической культуры, спорта и здоровья имени П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург. — СПб. : [б.и.], 2021. — 173 с.

8. Чащин, М. В. Профессиональные заболевания в спорте / М.В. Чащин, Р.В. Константинов. - Москва : Советский спорт, 2010. - 175 с.

9. Шадрин, Д.И. Определение и контроль осанки у юных спортсменов (лыжников) в процессе учебно-тренировочных занятий /Д.И. Шадрин, А.С. Манжула, Н.Н. Самойло, Н.Н. Ракина / Актуальные вопросы физического и адаптивного физического воспитания в системе образования: Сборник материалов III Всероссийской с международным участием научно-практической конференции. Том 2 / под общей ред. Финогеновой Н.В., Дробышевой С.А., Борисенко Е.Г., Горбачевой В.В. – Волгоград: ФГБОУ ВО «ВГАФК», 2021. – С. 247-252.

УДК 612.143

ОСОБЕННОСТИ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ У ЛЮДЕЙ С ГИПЕРТОНИЧЕСКОЙ БОЛЕЗНЬЮ

*Швейкин А.А.,
Научный руководитель: Ишмухаметов И.З.
Башкирский государственный медицинский университет,
Уфа, Россия*

Распространение гипертонической болезни в современном мире набирает стремительные обороты, причем заболевание все чаще затрагивает более молодые возрастные периоды человека. При этом пациенты с первичной артериальной гипертензией требуют особого внимания, так как у них увеличивается риск развития сопутствующих цереброваскулярных, сердечно-сосудистых, почечных заболеваний и, кроме того, они уязвимы к некоторым инфекционным заболеваниям, в том числе к новой коронавирусной инфекции SARS-CoV-2. Потенциально умеренные физические нагрузки обладают терапевтическим и профилактическим эффектами и могут быть использованы в борьбе с гипертонической болезнью.

Ключевые слова: гипертоническая болезнь, первичная артериальная гипертензия, физические нагрузки, профилактика гипертонической болезни.

THE FEATURES OF PEOPLE'S PHYSICAL EDUCATION WITH ESSENTIAL HYPERTENSION

*Shveykin A.A.
Scientific advisor: Ishmukhametov I.Z.,
Bashkir state medical University, Ufa*

The rapid spread of essential hypertension in the modern world is gaining momentum, and the disease is increasingly affecting younger age periods of a person. At the same time, patients with primary arterial hypertension require special attention, as they have an increased risk of developing comorbidities like cerebrovascular, cardiovascular, renal disease and, in addition, they are vulnerable to certain infectious diseases, including the new SARS-CoV-2 coronavirus infection. Potentially moderate physical activity has therapeutic and preventive effects and can be used in the fight against primary hypertension.

Keywords: essential hypertension, primary hypertension, physical activity, prevention of essential hypertension.

Актуальность: гипертоническая болезнь быстро распространилась по миру, вызвав глобальную проблему для человечества, поэтому в настоящее время Всемирная Организация Здравоохранения (ВОЗ) поставила цель уменьшить распространенность этого заболевания. Согласно данным ВОЗ, диагностировано 1,28 миллиарда взрослых пациентов с данной патологией. Хроническая артериальная гипертензия (АГ) приводит к уменьшению работоспособности населения, часто является причиной инвалидизации и смерти. Понимание механизмов уменьшения кровяного давления с помощью занятий физической культурой может помочь в эффективной борьбе с гипертонической болезнью.

Цель работы: исследование роли физических нагрузок в механизмах уменьшения кровяного давления и потенциальной возможности использования физических упражнений в лечении и профилактике гипертонической болезни.

Материалы и методы: проведен обзор и анализ публикаций отечественных и зарубежных авторов.

Результаты и обсуждение: гипертоническая болезнь (ГБ) - хронически протекающее заболевание, основным проявлением которого является повышение артериального давления (АД), не связанное с выявлением явных патологических процессов, приводящих к развитию вторичных форм АГ. Среди всех форм АГ, распространенность ГБ превышает 90% [4].

Этиология возникновения ГБ: АГ как основа для гипертонической болезни обладает мультифакторной этиологией. В основе первичной АГ чаще всего лежат наследственные дефекты, вклад в развитие ГБ которых оценивается в 30-60% [3], однако зачастую они реализуются в результате взаимодействия с факторами внешней среды или нарушения механизмов, контролирующих АД. Возникновение первичной АГ часто пополняется новыми теориями, однако наиболее признанными гипотезами являются две:

1. Врожденное уменьшенное количество нефронов;
2. Нарушение транспорта ионов через клеточную мембрану [4].

Патогенез гипертонической болезни: АД определяется сердечным выбросом (СВ), общим периферическим сосудистым сопротивлением (ОПСС), объемом циркулирующей крови (ОЦК) [3]. Для повышения АД необходимо увеличение хотя бы одного из этих компонентов гемодинамики.

Ниже представлены факторы, которые влияют на три компонента гемодинамики и приводят к повышению АД [2]:

1. Увеличение внутриклеточных ионов кальция в гладкомышечных клетках сосудов и кардиомиоцитах обуславливает увеличение тонуса артерий и вен и, как следствие, усиление СВ и увеличение ОПСС;
2. Увеличение активности натрий-водородного обменника в проксимальных почечных канальцах приводит к задержке натрия в организме и, по градиенту концентрации, к задержке воды с последующим увеличением ОЦК;
3. Усиление тонуса артерий, гипертрофия сосудистой стенки вызывают ишемию почек и активацию ренин-ангиотензин-альдостероновой системы, то есть увеличению ОЦК и ОПСС.

Лечение ГБ не этиотропное, а патогенетическое или симптоматическое, поэтому однонаправленное лечение не является высокоэффективным и требует базисную терапию, амбулаторное наблюдение и высокие затраты.

Существуют основные методы профилактики, способствующие снижению прогрессии ГБ, ослаблению симптомов и возможных осложнений [1]:

1. Уменьшение количества соли в потребляемой пище;
2. Соблюдение специальной диеты, направленной на улучшение метаболизма.
3. Отказ от алкоголя;

4. Отказ от табакокурения;
5. Регулярные и рациональные физические упражнения.

Очевидно, что лечебная физическая культура (ЛФК) должна назначаться только врачом, прежде всего с учетом тяжести заболевания и индивидуальных особенностей пациента. Она должна быть направлена на тренировку всего локомоторного аппарата и не должна приводить к ухудшению состояния пациента. На данный момент существуют рекомендации и комплексы примерных упражнений для каждой стадии ГБ, которые врач может корректировать, исходя из индивидуальных особенностей пациента и наблюдений за пациентом во время выполнения упражнений.

Основными принципами ЛФК при ГБ являются:

1. Исключение относительных противопоказаний к ЛФК, таких как острые инфекционные заболевания, повышенная температура, острые гнойно-воспалительные процессы;
2. Исключение абсолютных противопоказаний к назначению ЛФК при ГБ, таких как гипертонический криз, признаки коронарной и сердечно-сосудистой недостаточности 3 степени, острая сердечная недостаточность, тяжелая ретинопатия, аневризма;
3. При обострении симптомов заболевания необходимо сразу прекратить выполнение физических упражнений;
4. Занятия даже небольшой продолжительности необходимо проводить в проветриваемом помещении, требуется исключать воздействие на пациента холодных температур;
5. Недопустимы задержки дыхания во время упражнений;
6. Необходимо исключать физические упражнения, для которых характерно длительное статическое усилие;
7. Исключаются упражнения, требующие большую амплитуду движений туловища, шеи и головы;
8. Комплекс упражнений рекомендуется периодически изменять;
9. Рекомендуются упражнения, направленные на увеличение выносливости организма;
10. Необходим постоянный мониторинг пациента для изменения комплекса упражнений в сторону усиления интенсивности при положительном эффекте ЛФК, либо в сторону уменьшения интенсивности [2].

Применение физических упражнений в комплексе с другими методами лечения доказано клиническими исследованиями.

Так, в наблюдениях И.И. Диаманта и Т.В. Ласуковой, которые описаны в статье «Оптимизация физической нагрузки при занятиях лечебной физической культурой у больных гипертонической болезнью» в первой группе пациентов, получавших медикаментозную терапию и стандартные комплексы ЛФК, и во второй группе, получавших дополнительно светотерапию, выявили снижение симптоматики болезни на 25% и на 60% в группах пациентов соответственно [2].

Точный механизм возникновения гипотонии после физических упражнений является недостаточно изученным. По некоторым данным он может зависеть от таких факторов, как:

1. Степени изначальной физической подготовки пациента;
2. Продолжительности и типа физической нагрузки;
3. Клинического статуса;
4. Субъективных факторов – возраст, пол, этническая принадлежность [5].

Так или иначе, любой механизм адаптации складывается из 2 фаз:

1 фаза: срочная адаптация (первичная);

2 фаза: устойчивая адаптация [7].

В фазу первичной адаптации происходит:

1. Повышение барорефлекторной чувствительности, инициирующей снижение активности симпатической НС и увеличение активности парасимпатической НС. Это приводит к уменьшению СВ и ОПСС. Данное явление изучено недостаточно, однако есть исследования, касающиеся роли нейропластичности в ядрах одиночного пути и ростральном вентро-латеральном отделе продолговатого мозга.

2. Увеличение почечного кровотока, приводящее к облегчению выведения натрия почками и снижению синтеза ренина, это уменьшает ОПСС и ОЦК;

4. Усиление синтеза и секреции сосудорасширяющих веществ - простагландинов, оксида азота, аденозина;

После прекращения выполнения физических нагрузок значительное количество крови скапливается в мышечной ткани, в результате чего уменьшается ОЦК;

Устойчивая адаптация может складываться из:

1. Увеличения липолиза, что в свою очередь приводит к понижению объема жировой ткани в организме;

2. Усиленного ангиогенеза;

3. Гипертрофии скелетной мышечной ткани, сердечной мышцы;

4. Ингибирования хронических воспалительных реакций [6].

Заключение и выводы: таким образом, прилагая дополнительные усилия для понимания механизмов снижения артериального давления после физических упражнений при гипертонической болезни, появляется возможность снизить восприимчивость пациентов к первичной АГ, и более того, использовать терапевтическое воздействие ЛФК для борьбы с гипертонической болезнью.

Библиографический список:

1. Бекезин В.В. Артериальная гипертензия у детей и подростков / В.В. Бекезин // Смоленский медицинский альманах, 2016. – 192-209 с.

2. Диамант И. И. Оптимизация физической нагрузки при занятиях лечебной физической культурой у больных гипертонической болезнью / И.И. Диамант, Т.В. Ласукова // Вестник Томского государственного педагогического университета. - 2015. - №3. - 232-237 с.

3. Новицкий В.В. Патологическая физиология / В.В. Новицкий, О.И. Уразова // Том 2. 5-е изд., перераб. и доп. изд. - М.: ГЭОТАР-Медиа, 2020. - 592 с.

4. Скворцов В.В. Гипертоническая болезнь / В.В. Скворцов, И. Я. Исмаилов // Медицинская сестра. - 2017. - №3. – 30-33 с.

5. Chen, C. Y., Bonham, A. C. Postexercise hypotension: central mechanisms / C.Y. Chen, A.C. Bonham // Exercise and sport sciences reviews. - 2010. - №38 (3). – P. 122–127.

6. Halliwill, J. R. Blood pressure regulation X: what happens when the muscle pump is lost? Post-exercise hypotension and syncope / Halliwill, J. R., Sieck, D. C., Romero, S. A., Buck, T. M., Ely, M. R. // European journal of applied physiology. – 2014. - №114 (3). – P. 561–578.

7. Jarrett, C. L. Postexercise hypotension is delayed in men with obesity and hypertension / Jarrett, C. L., Tucker, W. J., Angadi, S. S., Gaesser, G. A. – DOI: 10.3389/fphys.2022.819616 // Frontiers in physiology. 2022. - №13. – 819616.

8. Yan, H. Differential post-exercise blood pressure responses between blacks and caucasians / Yan, H., Behun, M. A., Cook, M. D., Ranadive, S. M., Lane-Cordova, A. D., Kappus, [et al.]. – DOI: 10.1371/journal.pone.0153445 // PloS one. – 2016. - №11 (4). – P. e0153445.

ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ ПРИ ПРЕОДОЛЕНИИ ВОДОБОЯЗНИ У ЛИЦ РАЗНОГО ВОЗРАСТА

Юдина Н.М., к.п.н., доцент

Сазонова И.М., к.п.н., доцент

*Волгоградская государственная академия физической культуры,
Волгоград, Россия*

Старикова О.С. психолог

Мащенко Е.П., старший воспитатель

*Муниципальное дошкольное образовательное учреждение «Детский сад № 62
«Ласточка» г. Волжского Волгоградской области»,
Волжский, Россия*

Владение навыками плавания способствует безопасности в водной среде, укреплению психологического и физического здоровья. Страх перед водой (гидрофобия) может стать серьезным препятствием на пути к овладению навыками плавания. В статье представлен обзор проблемы водобоязни и методов её преодоления, а также раскрыты практические советы и подходы для разных возрастных групп, включая детей, подростков и взрослых. Процесс преодоления водобоязни требует терпения и индивидуального подхода, а также может включать в себя различные психологические методы.

Ключевые слова: обучение плаванию, водобоязнь, методы обучения плаванию, методы коррекции водобоязни.

PSYCHOLOGICAL AND PEDAGOGICAL IN OVERCOMING HYDROPHOBIA IN PEOPLE OF DIFFERENT AGES

Yudina N.M., Ph.D., Associate Professor

Sazonova I.M., Ph.D., Associate Professor

Volgograd State Academy of Physical Culture, Volgograd, Russia

Starikova O.S. psychologist

Mashchenko E.P., senior teacher

*Municipal preschool educational institution "Kindergarten No. 62 "Lastochka" in Volzhsky,
Volgograd region", Volzhsky, Russia*

Possession of swimming skills promotes safety in the aquatic environment and strengthens psychological and physical health. Fear of water (hydrophobia) can be a serious obstacle to mastering swimming skills. The article provides an overview of the problem of hydrophobia and methods for overcoming it, as well as practical tips and approaches for different age groups, including children, adolescents and adults. The process of overcoming hydrophobia requires patience and an individual approach, and may also include various psychological methods.

Key words: learning to swim, hydrophobia, methods of teaching swimming, methods of correcting hydrophobia.

Актуальность. Умение плавать является важным аспектом безопасности на воде. Кроме того, плавание является отличным способом физической активности, который укрепляет мышцы, улучшает осанку, снижает риск развития сердечно-сосудистых заболеваний и др. Преодоление водобоязни и овладение навыками плавания способствует развитию уверенности в себе и самооценки. Это особенно

важно для детей, которые могут развивать уверенность и самодисциплину через занятия плаванием.

Водобоязнь (гидрофобия) – это состояние, при котором человек испытывает сильный страх перед водой. Этот страх может быть обусловлен различными факторами, включая травматические события, негативные опыты или генетические предрасположенности [4]. Изучением проблемы преодоления водобоязни занимались такие авторы как Е.П. Ильин, Д.Ф. Мосунов, Ю.О. Бетехин и др. Водобоязнь играет важную роль в освоении навыков плавания преодоление водобоязни является важным этапом при обучении плаванию, так как это позволяет ученикам сосредотачиваться на приобретении необходимых навыков и повышает уровень безопасности в водной среде. Ю.А. Постольник, Ю.А. Бубенцова считают, что в большинстве случаев водобоязнь зависит от возрастных особенностей и имеет временный характер [8]. Ю.О. Бетехин отмечает, что сам процесс обучения плаванию уже предотвращает развитие риска негативного отношения к воде [2]. Если же при обучении плаванию водобоязнь настолько сильная, что затрудняет контакт с водой, то необходимо понимать причины и источники страхов.

Целью нашего исследования является теоретическое обоснование причин водобоязни и применение методов коррекции водобоязни у лиц разного возраста.

Метод исследования: анализ литературных источников.

Д.Ф. Мосунов выделил несколько ключевых причин, которые могут вызывать страх перед водой:

- страх перед смертью: один из основных факторов водобоязни связан с опасением утонуть в воде. Люди, особенно неопытные пловцы, часто испытывают тревожные чувства из-за потенциальной угрозы для своей жизни, связанной с водой;

- боязнь неизвестного: глубины водоемов и неизвестные подводные условия могут вызывать страх. Неопределенность о том, что находится под водой, и какие опасности могут скрываться, может вызывать беспокойство;

- личный опыт потери контроля: если человек ранее пережил неприятные ситуации в воде, такие как захлебывание, это может оставить следы в памяти и усилить водобоязнь;

- свидетельство утопления: наблюдение за случаями утопления, особенно если они заканчиваются смертью, может создать страх перед водой. Эти трагические события могут усилить водобоязнь у людей, так как они видят, как опасная вода может быть [6].

Страх перед водой, как отмечают Л.В. Тимофеева, И.А. Амельченко, может возникать из-за различных факторов:

- различные заболевания;

- плохой опыт обучения плаванию;

- травматичные события, связанные с жидкой пищей;

- боязнь животных в воде;

- просмотр фильмов о катастрофах на воде;

- мифы и слухи о необъяснимых событиях, такие как Бермудский треугольник;

- страх перед грозой и ее явлениями, такими как гром и молния [9].

Исследователи рассматриваемой проблемы Ю.В. Куземко, Н.Ю. Юрасова, Н. Н. Рачковская предлагают методы обучения плаванию, которые включают в себя постепенное усложнение задач и индивидуальный подход к каждому ученику, а также применение методов саморегуляции. Эффективность обучения и преодоления страха перед водой, по их мнению, зависят от нескольких ключевых психолого-педагогических условий:

- профессиональный подход инструкторов. Высокий культурный уровень, профессионализм и эрудиция способствует качественному обучению;

- личностно-ориентированный подход, который позволяет создать комфортную обучающую среду;

- группировка по уровню подготовки. Ученики разделяются на группы в зависимости от их навыков, что позволяет эффективнее работать над их улучшением;
- организация занятий, где важными принципами выступает доступность и удобство. Это включает в себя удобное расписание и использование малых бассейнов для начальных занятий;
- содержательное наполнение. Избегая формализма, важно сделать занятия интересными и привлекательными (с использованием разнообразных методов, таких как игры, эстафеты и обучение с использованием специальных средств, таких как ласты) [5].

Главная цель начальных занятий, это чтобы человек (ребенок, подросток, взрослый) почувствовал комфорт, и степень страха и риска немного «отошла». Для этого, во-первых, инструктаж по безопасности, и обучающийся должен чувствовать себя уверенно в своей безопасности и присутствие инструктора, который работает с данной категорией обучающихся. Во-вторых, обучающийся должен знать глубину бассейна, а также прозрачность воды, для понимания и осознания глубины чаши бассейна, в-третьих, комфортная температура воды, именно очень теплая, для предотвращения переохлаждения и приведения судорог тела, и, в-четвертых, возможность использовать край бассейна в качестве опоры и использование поддерживающих устройств.

Для того чтобы преодолеть страх перед водой, подготовительные упражнения могут быть разделены на несколько групп:

- ознакомление со свойствами воды: первая группа упражнений направлена на ознакомление с основными свойствами воды, такими как её температура, сопротивление и плотность. Эти упражнения помогают развить умение «опираться» на воду и понимать, как вода ведет себя;

- погружение с головой и открытие глаз: вторая группа упражнений нацелена на устранение инстинктивного страха перед водой. Это включает в себя упражнения, в ходе которых обучаемые погружаются в воду с головой и открывают глаза под водой. Эти упражнения помогают развить навык ориентирования в воде.

Дополнительно к специальным плавательным упражнениям, в методику преодоления водобоязни можно включить комплекс упражнений аквааэробики, водной йоги и шейпинга. Эти занятия характеризуются музыкальным сопровождением, высокой эмоциональностью и разнообразием упражнений, что способствует повышению интереса к плаванию у обучающихся и помогает устранить психологический барьер при контакте с водой.

Преодоление водобоязни и разработка методов обучения, которые помогают людям справляться с этими страхами, играют важную роль в повышении безопасности и способствуют усвоению навыков плавания. Приведем пример, экспозиционной терапии, как одной из наиболее эффективных методов лечения фобий. Человек подвергается контролируемой экспозиции к воде, начиная с менее интенсивных ситуаций (например, просто видение воды издалека) и постепенно двигаясь к более интенсивным (купание в бассейне). Исследования показывают, что экспозиционная терапия эффективно снижает страхи и тревожность.

Коррекция водобоязни варьируется в зависимости от возраста человека. Ниже приведены методы коррекции водобоязни, основанные на научных данных, для разных возрастных групп:

Дети (дошкольный и младший школьный возраст):

- постепенное знакомство с водой: важно начать с медленного знакомства с водой в безопасной и контролируемой среде. Игрушки в ванной, плавательные круги и неглубокие бассейны могут помочь уменьшить страх;

- позитивный подход: необходимость поощрять ребенка за каждый маленький шаг, сделанный в сторону преодоления страха. Поддержка родителей и похвалы создадут положительное ассоциативное восприятие воды;

- игровая терапия: игры, связанные с водой, могут помочь детям расслабиться и чувствовать себя более уверенно в водной среде [7].

- методы арт-терапии: куклотерапия, аудиотерапия, рисование, сказкотерапии (особенности сказкотерапии раскрываются в работе С.В. Дмитриевой, И.А. Прутовой [3]).

Подростки:

- постепенная десенсибилизация: применение методов систематической десенсибилизации, при которых подросток будет постепенно и контролируемо подвергаться меньшим уровням воды, позволит уменьшить страх;

- релаксационные техники: обучение техникам релаксации, таким как глубокое дыхание и прогрессивная мышечная релаксация, поможет снизить тревожность в ситуациях, связанных с водой;

- когнитивно-поведенческая терапия (КПТ): с помощью этой методики можно помочь подросткам идентифицировать и изменить негативные мыслительные схемы, вызывающие страх перед водой.

Взрослые:

- экспозиционная терапия: постепенное и контролируемое воздействие на ситуации, вызывающие страх, может помочь взрослым адаптироваться к ним и снизить тревожность;

- поддержка психотерапевта: обращение за помощью к психотерапевту, специализирующемуся на работе со страхами и фобиями, может быть эффективным способом преодоления водобоязни;

- групповая терапия: участие в групповых сессиях с людьми, сталкивающимися с аналогичными проблемами, может создать ощущение поддержки и понимания, что в свою очередь поможет снизить страх.

Важно понимать, что каждый человек уникален, и эффективные методы могут различаться. Процесс преодоления водобоязни требует терпения, времени и, в случае необходимости, профессиональной помощи. В работе с детьми нет необходимости форсировать события, т.к. основной задачей является сохранение психологического комфорта; важно избегать излишнего стресса и обеспечивать максимально возможный уровень комфорта. С более взрослыми обучающимися следует ориентироваться на соблюдение дидактических принципов сознательности и постепенности. Избавление от устойчивого негативного отношения к нахождению в воде и преодоление различных страхов играют ключевую роль в преодолении водобоязни и приобретению желания осваивать навыки плавания.

Библиографический список:

1. Барбашин, В.В. Преодоление студентами водобоязни / В.В. Барбашин, В.Ф. Аникин, Е.М. Ларина / Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. – 2015. – № 1. – С.53-55. – URL: https://www.elibrary.ru/download/elibrary_22809712_30331246.pdf

2. Бетехтин, Ю. О. Дифференцированная методика обучения плаванию детей 5-7 лет с признаками водобоязни : дис. ... канд. пед. наук / Ю. О. Бетехтин.— Тула, 2010.— 136 с.

3. Дмитриева, С.В. Сказкотерапия при обучении плаванию детей 5-6 лет / С.В. Дмитриева, И.А. Прутова // В сборнике: Стратегия формирования здорового образа жизни населения средствами физической культуры и спорта: тенденции, традиции и инновации. Материалы Международной научно-практической конференции, посвященной памяти профессора В.Н. Зуева. - 2019. - С. 56-59. – URL: https://www.elibrary.ru/download/elibrary_41501687_31710030.pdf

4. Ильин, Е.П. Психология страха / Е.П. Ильин. – СПб.: Изд. : «Питер», 2015. – 385с.
5. Куземко, Ю.В. Психолого-педагогические условия для преодоления страха перед водой у студентов вузов / Ю.В. Куземко, Н.Ю. Юрасова, Н.Н. Рачковская // В сборнике: Подготовка управленческих и партийных кадров: традиции и современность (К 90-летию открытия Комвуза в Саратове). - 2013. - С. 71-72. – URL: https://www.elibrary.ru/download/elibrary_21655018_91761300.pdf
6. Мосунов Д.Ф. Как преодолеть водобоязнь / Д.Ф. Мосунов. – СПб.: ПЛАВИН, 1998. – 35 с.
7. Постольник Ю.А. Игровой метод как средство преодоления признака водобоязни у детей на занятиях плаванию/ Ю.А. Постольник, Е. С. Куманцова, А. М. Волкова, Н. С. Купцова // Физическая культура. Спорт. Туризм. Двигательная рекреация. - 2021. - №2. - С. 69-75. - URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/igrovoy-metod-kak-sredstvo-preodoleniya-priznaka-vodoboyazni-u-detey-na-zanyatiyah-plavaniem> (дата обращения: 08.10.2023).
8. Постольник, Ю. А. Эффективность игрового метода в обучении плаванию дошкольников с признаками водобоязни / Ю. А. Постольник, Ю. А. Бубенцова // Физическая культура. Спорт. Туризм. Двигательная рекреация.— 2020.—Т. 5, № 2. — С. 146-150.
9. Тимофеева, Л.В. Методы преодоления страха воды у студентов на занятиях по плаванию / Л.В. Тимофеева, И.А. Амельченко // В сборнике: Культура физическая и здоровье современной молодежи. Материалы II Международной научно-практической конференции. Редколлегия: Е.В. Богачева [и др.]. Под редакцией А.И. Бугакова, С.А. Бортниковой. - 2019. - С. 187-190. – URL: https://www.elibrary.ru/download/elibrary_42591382_92905251.pdf

СЕКЦИЯ 5. МЕНЕДЖМЕНТ И МАРКЕТИНГ В СФЕРЕ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ, СПОРТА И ТУРИЗМА

УДК 796:005(075.8)

МЕНЕДЖМЕНТ И МАРКЕТИНГ В СФЕРЕ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ, СПОРТА И ТУРИЗМА

*Баченина Е. А., старший преподаватель,
Кульмячева К.В., студент,
Казанский государственный архитектурно-строительный университет,
Казань, Россия*

В статье представлен материал, связанный с менеджментом и маркетингом в сфере физической культуры в образовательных учреждениях и туризма, основанный на изучении всевозможных информационных источниках. Рассмотрены основные понятия, функции менеджмента и маркетинга, имеющие большое значение в спортивных организациях на сегодняшний день. Разобрана следующий перечень: идентификация целевой аудитории, разработка уникальных предложений и услуг, изучение текущего состояния отрасли. Проанализированы маркетинговые коммуникации: определение наиболее эффективных способов коммуникации с кругом лиц, состоящих и участвующих в спортивных организациях. В том числе упомянуты аспекты управления персоналом (обучение и мотивация сотрудников, участников), повышения эффективности и постоянного мониторинга результатов. Результаты исследования, полученные путем заключений в данной научной работе, могут быть полезны для дальнейшего использования с целью развития преподавательской деятельности.

Ключевые слова: менеджмент, маркетинг, функции, коммуникации, целевая аудитория, организация, управление, результаты, персонал, менеджер.

MANAGEMENT AND MARKETING IN THE FIELD OF PHYSICAL EDUCATION, SPORTS AND TOURISM

*Bachenina E. A., senior lecturer
Kulmyacheva K.V., student
FGBOU VO «KGASU»,
Republic of Tatarstan, Kazan*

The article presents material related to management and marketing in the field of physical Education in educational institutions and tourism, based on the study of various information sources. The basic concepts, functions of management and marketing, which are of great importance in sports organizations today, are considered. The following list is analyzed: identification of the target audience, development of unique offers and services, study of the current state of the industry. Marketing communications are analyzed: determination of the most effective ways of communication with the circle of persons who are members and participating in sports organizations. Among other things, aspects of personnel management (recruiting, training and motivation of employees, participants), efficiency improvement and continuous monitoring of results are mentioned. The results of the research obtained by the conclusions in this scientific work can be useful for further use in order to develop teaching activities.

Keywords: management, marketing, functions, communications, target audience, organization, management, results, staff, manager.

На сегодняшний день спортивные организации нуждаются в наличии четко выстроенной структуры для их дальнейшей деятельности. Задача ставится в осуществлении скоординированных и целенаправленных действий в региональных федерациях (район, город, область) по видам спорта, а также в спорткомитетах. Менеджмент и маркетинг играют важную роль в развитии и успешной эксплуатации предприятий и организаций, связанных с физической культурой, спортом и туризмом. В этих отраслях необходимо управление, чтобы эффективно организовывать деятельность, привлекать клиентов и обеспечивать их удовлетворение.

Актуальность статьи заключается в том, что, во-первых, с каждым годом растет популярность здорового образа жизни и занятий спортом, что приводит к росту спроса на качественные спортивные и туристические услуги. Во-вторых, развитие спортивной инфраструктуры стимулирует развитие новых видов спорта и спортивных дисциплин. В-третьих, конкуренция на рынке спортивных и туристических услуг заставляет компании искать новые маркетинговые стратегии для привлечения клиентов.

Целью научной работы является изучение структуры маркетинга и менеджмента в спорте, актуальных методов управления и маркетинга для успешного функционирования и развития спортивных и туристических организаций в условиях постоянно меняющегося рынка. Необходимо рассмотреть функции, управление и результаты эффективности деятельности подобного рода отраслей.

Методы исследования в данной статье представляют собой в первую очередь сбор необходимой информации с электронных ресурсов, а именно: опубликованные в сеть Интернет научные статьи. Уже только после обработки и анализа полученных знаний, в совокупности с рассуждениями автора статьи, приводятся заключения по теме научной работы.

Методикой же исследования как раз являются, выше отмеченные, анализ, классификация, обобщение, а также синтез приобретенных сведений. Всё это соотносят к теоретическим методам исследования. Положительный фактор использования подобных методов заключается в их универсальности и систематизации данных

Менеджмент, как целостная система, позволяет добиваться поставленных целей за счет использования интеллекта, труда и мотива определенного круга лиц. Часто понятие менеджмента интерпретируют как вид человеческой деятельности в сочетании с наукой и искусством управления. Но все же, в информационных источниках имеется более точное определение данного термина. Менеджмент – это интеграционный процесс, с помощью которого происходит формирование, постановка целей и задач, а также управление организациями различных сфер деятельности. Маркетинг в спорте и физической культуре - это процесс планирования, разработки и реализации стратегий, направленных на привлечение, удержание и мотивацию потребителей услуг в сфере спорта и фитнеса. Объединение данных процессов позволяет повысить качество работы. [1]

К функциям менеджмента и маркетинга в сфере физической культуры относится следующий перечень:

1. Планирование – определение целей, стратегий и задач для достижения успеха в сфере физической культуры, спорта и туризма.
2. Организация – создание структуры и системы управления для выполнения поставленных задач.
3. Мотивация – стимулирование и поощрение сотрудников, спортсменов и клиентов для достижения общих целей.
4. Контроль – мониторинг и измерение результатов деятельности с целью обеспечения соблюдения планов и стандартов.
5. Принятие решений – умение принимать обоснованные решения на основе анализа информации и оценки рисков.

6. Лидерство – способность вдохновлять и направлять людей, мотивировать их к достижению общих целей.

7. Коммуникация – навыки эффективного общения и взаимодействия с коллегами, спортсменами, клиентами и другими заинтересованными сторонами.

8. Маркетинг – изучение рынка, определение потребностей и предпочтений потребителей, разработка и реализация маркетинговых стратегий для привлечения клиентов и повышения узнаваемости бренда.

9. Продажи – навыки продаж, переговоров и заключения сделок для обеспечения дохода, и роста компании.

10. Управление проектами – планирование, организация и контроль проектов от начала до конца, включая управление ресурсами, рисками и изменениями.

11. Инновации и креативность – нахождение новых идей и возможностей для улучшения продуктов, услуг и процессов.

12. Обучение и развитие – разработка и внедрение программ обучения и развития для сотрудников, спортсменов и тренеров.

13. Финансы – управление финансовыми ресурсами компании, бюджетирование, оценка инвестиций и прогнозирование.

14. Отношения с общественностью – создание и поддержание положительного имиджа компании и бренда в глазах общественности и ключевых заинтересованных сторон.

15. Сотрудничество – осуществление международного сотрудничества в данной сфере, взаимодействие со средствами массовой информации по конкретным вопросам. [2]

В качестве идентификации целевой аудитории в данном случае рассматривается возраст, то есть определяются возрастные группы, которые являются наиболее активными пользователями услуг в сфере физической культуры, спорта и туризма, а также те, кто может стать потенциальными клиентами в будущем. Важность имеют половые характеристики: разделение аудитории на мужчин и женщин с учетом их специфических потребностей и предпочтений. Так же учитывается сам уровень физической активности, в ходе которого происходит определение того, какие группы людей более активны физически, и учет этого при разработке маркетинговых стратегий. Интересы и предпочтения в том числе занимают одно из главных мест в списке: необходимо выявить предпочтения и интересы группы людей для предложения наиболее подходящих услуг.

Разработка предложений и услуг в менеджменте и маркетинге физической культуры, спорта и туризма обычно разделяется на несколько этапов. Первым делом исследуется рынок: проводится анализ спроса, конкурентов и потребностей целевой аудитории. В свою очередь это помогает определить потенциальные возможности и требования рынка. Далее формулируются цели и позиционирование, в состав которых входит определение целей и задач разработки предложений и услуг, а также выделение уникальных особенностей, которые помогут выделиться на рынке. Рассматривается концепция и проектирование, а именно: разработка концепции предложений и услуг на основе исследования и целей; создание детального плана, включающего функциональные, дизайнерские и операционные аспекты. Следом разрабатывается и тестируется сам продукт или же услуга, включая детали, функциональность и удобство использования. Важное значение имеет маркетинговая стратегия, в основе которой находится разработка стратегии продвижения и привлечения клиентов, определение целевой аудитории, выбор метода продвижения, ценообразование и коммуникационные действия, которые будут рассмотрены чуть позже. К заключительному этапу соотносят следующие категории: запуск и продвижение, мониторинг и анализ. Запуск и продвижение заключаются в реализации маркетинговой стратегии, запуск предложений и услуг, их продвижение. Мониторинг и анализ – это оценка результатов и эффективности предложений и услуг, использование данных и

обратной связи клиентов для оптимизации и улучшения стратегии спортивной организации.

Возникает вопрос: что же из себя представляет сама спортивная организация? Физкультурно-спортивная организация – это юридическое лицо, которое, несмотря на его организационно-правовые формы, осуществляет деятельность в области спорта и физической культуры. Для достижения поставленных целей физкультурно-спортивной организации задачи ее подразделений должны быть скоординированы посредством вертикального разделения труда. [3]

Маркетинговые коммуникации в физической культуре и спорте имеют свои особенности. В основном внимание обращено на разработку уникального бренда и формирование его идентичности с помощью логотипов, слоганов, цветовой гаммы и других визуальных элементов. Брендинг помогает установить узнаваемость и создать связь с целевой аудиторией. Используется реклама для привлечения внимания к событиям, мероприятиям, различным командам или спортивным продуктам. Это может включать рекламу в СМИ, рекламные щиты, интернет-рекламу, партнерские программы и другие инструменты. Устанавливаются партнерские отношения с компаниями и брендами, которые могут финансировать или поддерживать спортивные мероприятия, команды или индивидуальных спортсменов. Такой подход считается взаимовыгодным сотрудничеством, которое помогает повысить узнаваемость и привлечь новую аудиторию. В том числе устанавливаются связи с журналистами, спортивными изданиями, чтобы получить публикации и репортажи о спортивных событиях, достижениях спортсменов и других интересных сюжетах. Продвижение через СМИ помогает расширить охват аудитории и увеличить осведомленность о спортивных событиях. Существуют мероприятия и активации, то есть сотрудники организуют спортивные мероприятия, фестивали, выставки, конференции и другие активации, которые привлекают внимание и участие аудитории. Такие мероприятия могут стать площадкой для продвижения спортивных продуктов и услуг. Стоит выделить и установление открытой и эффективной коммуникации с фанатами, зрителями и клиентами. Это может включать ответы на вопросы, обратную связь, организацию фан-зон и другие инициативы, направленные на улучшение опыта взаимодействия. Маркетинговые коммуникации в физической культуре и спорте направлены на привлечение внимания, создание интереса и взаимодействие с аудиторией, а также на установление долгосрочных отношений и формирование лояльности. [4]

Что касается управления персоналом в менеджменте и маркетинге физической культуры и спорта, то речь идет о разработке научно-методического базиса для формирования эффективной кадровой политики, профиля требуемых квалификаций и навыков для должностей в сфере физической культуры и спорта, проведении процесса подбора, собеседований и оценки кандидатов с учетом специфических требований. Не стоит забывать и о самом обучении. Персоналу предоставляется возможность для повышения квалификации, профессионального развития и освоения новых навыков, что может включать организацию тренингов, семинаров, внутреннего обучения, участие в конференциях и других образовательных мероприятиях. Создается система мотивации и стимулирования персонала, включающей финансовые и нематериальные мотивы. Это может быть установление премий, бонусов, вознаграждений, поощрений за достижения и других форм стимулирования. Сотрудникам предоставляются необходимые знания, навыки и компетенции для эффективного выполнения своих обязанностей. Под этим подразумевают тренировку и развитие навыков. К менеджерам и руководителям имеются требования, такие как: развитие лидерских качеств, формирование сильных и эффективных команд, установление целей и распределение конкретных задач. Также они занимаются поддержкой открытой и эффективной коммуникации с персоналом, регулярной обратной связи, проведением совещаний.

Совместное планирование и обсуждение проблем помогают развивать командный дух и повышать эффективность работы. Менеджеры должны адаптироваться к изменениям в сфере физической культуры и спорта, внедрять новые технологии и методы работы. Управление изменениями включает коммуникацию, обучение и поддержку персонала во время переходных периодов и изменений в организации. Управление персоналом в менеджменте и маркетинге физической культуры и спорта направлено на создание команды высококвалифицированных и мотивированных специалистов, способных эффективно реализовывать стратегии и достигать поставленных целей. [5]

Текущее состояние менеджмента и маркетинга в спорте, физической культуре и туризме отслеживается за счет цифровизации и технологических инноваций. Под этим подразумевается проникновение современных технологий в область спорта и туризма, то есть развитие мобильных приложений, использование аналитики данных, виртуальную и дополненную реальность, интерактивные тренировки и другие инновационные подходы. В настоящее время социальные платформы становятся важным инструментом для коммуникации и продвижения в спорте и туризме. Они позволяют спортивным организациям, клубам и туристическим компаниям привлекать и взаимодействовать с аудиторией, строить лояльность и расширять охват. Компании в спорте, физической культуре и туризме стараются адаптировать свои предложения и услуги под конкретного клиента, предлагая персонализированный подход и индивидуальные рекомендации. Организации стремятся интегрировать принципы экологической, социальной и экономической устойчивости в свои стратегии и практики. С течением времени создаются новые возможности для развития спортивного туризма, включая поездки на спортивные соревнования, спортивные тренировки и активный отдых. Например, онлайн-трансляции, виртуальные соревнования, тренировки и другие цифровые взаимодействия.

В заключение научной статьи необходимо указать выводы, основанные на результатах исследования. Менеджмент и маркетинг в сфере физической культуры, спорта и туризма являются важными аспектами развития этой индустрии. Можно отметить, что успешное управление, эффективный маркетинг и стратегическое планирование играют ключевую роль в успехе организаций, связанных с физической культурой, спортом. Управление ресурсами, эффективное планирование и стратегический маркетинг помогают достичь поставленных целей и обеспечить устойчивый рост. Важно учитывать изменения трендов и потребностей рынка, применять инновационные подходы и технологии, а также уделять внимание устойчивому развитию и удовлетворению потребностей клиентов.

Библиографический список:

1. А. В. Починкин — Учебное пособие: «Менеджмент в сфере физической культуры и спорта.» 2016г.
2. Менеджмент и маркетинг в спортивной организации - Организация спортивного турнира «Чемпионат мира по футболу» [Электронный ресурс]. Режим доступа:
https://studwood.net/1169875/turizm/menedzhment_marketing_sportivnoy_organizatsii
3. Д. А. Обожина — Учебное пособие: «Управление физкультурно-спортивной организацией.» 2017г.
4. Кольченко М.О. – Текст научной статьи по специальности «СМИ (медиа) и массовые коммуникации» — Маркетинговые коммуникации на спортивном рынке.
5. Забелла И. А., Луценко А. Я. – Текст научной статьи по специальности «Экономика и бизнес» — Особенности управления персоналом в сфере спорта.

**МЕХАНИЗМЫ ОРГАНИЗАЦИИ СТРАТЕГИЧЕСКОГО
ПЛАНИРОВАНИЯ В СФЕРЕ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА**

*Богомолов Г.В., к.т.н.,
Орлов К.А., к.ю.н., MBA,
Прокопенкова Ю.М.,
Смирницкий С.И.,
Федеральный научный центр физической культуры и спорта (ВНИИФК),
Москва, Россия*

Общие подходы к реализации стратегического планирования в Российской Федерации изложены в верхнеуровневых нормативных правовых документах. Архитектура и модель стратегического планирования в сфере физической культуры и спорта (ФКиС) сформирована в 2006-2009 гг.: в документах целеполагания федерального уровня (стратегии) устанавливаются цели, задачи, приоритеты и направления развития ФКиС, в документах программирования определяются конкретные мероприятия и результаты, направленные на достижение целей, и объемы их финансирования. В субъектах Российской Федерации также применяется программно-целевое планирование развития ФКиС. В статье рассмотрена практика стратегического планирования в сфере ФКиС в контексте используемых механизмов, представлен краткий обзор действующих документов стратегического планирования в части структурирования, содержательного наполнения, особенностей организации мониторинга и внесения изменений. Также проанализировано информационно-аналитическое обеспечение стратегического планирования в сфере ФКиС. С учетом результатов проведенного анализа обозначены направления по организационному развитию стратегического планирования.

Ключевые слова: физическая культура, спорт, государственное управление, стратегическое планирование.

**MECHANISMS FOR THE ORGANIZATION OF STRATEGIC
PLANNING IN THE FIELD OF PHYSICAL EDUCATION AND SPORTS**

*Bogomolov G.V., PhD,
Orlov K.A., PhD, MBA,
Prokopenkova Y.M.,
Smirnitskiy S.I.,
Federal Science Center of Physical Education and Sport (VNIIFK),
Moscow, Russia*

General approaches to the implementation of strategic planning in the Russian Federation are set out in the upper-level regulatory legal documents. The architecture and model of strategic planning in the field of physical Education and sports was formed in 2006-2009: federal-level goal-setting documents (strategies) set goals, objectives, priorities and directions for the development of the physical Education and sports, programming documents define certain activities and results aimed at achieving goals and the financial parameters. The regions of the Russian Federation also applies program-targeted planning of the development of the physical Education and sports. The article presents the practice of strategic planning in the field of physical Education and sports in the context of the using mechanisms, provides a brief overview of the existing strategic planning documents in terms of structuring, content, features of the organization of monitoring and updating. The article also presents an analysis of information and analytical support for strategic planning in the field of physical Education

and sports. Taking into account the results of the study, the authors identified directions for the organizational development of strategic planning.

Keywords: physical Education, sports, public administration, strategic planning.

Актуальность. В условиях глобальной технологической трансформации, конкуренции и перестройки транснациональных экономических связей эффективное использование ресурсов имеет критическое значение для обеспечения устойчивого развития Российской Федерации.

В системе государственного управления деятельность по стратегическому планированию является основным инструментом решения поставленной задачи. Ее организация и регулирование осуществляются в соответствии с Федеральным законом от 28 июня 2014 г. № 172-ФЗ «О стратегическом планировании в Российской Федерации» и Указом Президента Российской Федерации от 8 ноября 2021 г. № 633 «Об утверждении основ государственной политики в сфере стратегического планирования в Российской Федерации» (далее – Федеральный закон № 172-ФЗ, Указ Президента Российской Федерации № 633) [6-7].

Направления стратегического планирования включают целеполагание, прогнозирование, планирование и программирование социально-экономического развития Российской Федерации, субъектов Российской Федерации и муниципальных образований, а также отраслей экономики и сфер государственного (муниципального) управления, включая ФКиС [7].

Основные механизмы реализации стратегического планирования определены в Указе Президента Российской Федерации № 633 и предусматривают:

- последовательную разработку документов стратегического планирования согласно их архитектуре;
- взаимоувязку документов стратегического планирования по приоритетам, целям, задачам, показателям, финансовым и иным ресурсам для достижения согласованности и сбалансированности;
- ресурсную обеспеченность целей и задач социально-экономического развития, синхронизацию стратегического и бюджетного процессов;
- установку циклов стратегического планирования;
- осуществление мониторинга и контроля процессов стратегического планирования, а также реализации документов стратегического планирования [6].

Цель – исследовать механизмы организации стратегического планирования в сфере ФКиС и определить направления их совершенствования.

Методы и методика исследования:

- контент-анализ нормативных правовых актов и методических указаний по вопросам стратегического планирования [6-7];
- контент-анализ документов стратегического планирования в сфере ФКиС ретроспективного и текущего периодов [1-2, 4];
- анализ действующей практики организации стратегического планирования в сфере ФКиС на федеральном и региональных уровнях.

Результаты исследования. Эволюция механизмов стратегического планирования в сфере ФКиС на текущем этапе происходит от даты утверждения федеральной целевой программы «Развитие физической культуры и спорта в Российской Федерации на 2006-2015 годы» (постановление Правительства Российской Федерации от 11 января 2006 г. № 7).

Целевая программа была направлена на увеличение доли граждан, систематически занимающихся ФКиС, путем развития спортивной инфраструктуры, подготовки кадров, пропаганды двигательной активности и здорового образа жизни. Разработчики положили в

основу документа программно-целевой метод планирования, увязывающий цели, задачи, ожидаемые результаты развития и параметры ресурсного обеспечения.

Аналогичный подход применен в отношении:

– государственной программы Российской Федерации «Развитие физической культуры и спорта (постановление Правительства Российской Федерации от 15 апреля 2014 г. № 302);

– федеральной целевой программы «Развитие физической культуры и спорта в Российской Федерации на 2016-2020 годы» (постановление Правительства Российской Федерации от 21 января 2015 г. № 30);

– паспорта федерального проекта «Спорт – норма жизни» национального проекта «Демография» (утвержден решением проектного комитета национального проекта в ГИИС «Электронный бюджет» 19 апреля 2019 года).

Вместе с тем, Стратегия развития физической культуры и спорта в Российской Федерации на период до 2020 г. (распоряжение Правительства Российской Федерации от 7 августа 2009 г. № 1101-р) утверждена без финансового обеспечения.

Таким образом, сложилась действующая в настоящее время модель стратегического планирования в сфере ФКиС: в стратегии определяются общеотраслевые цели, задачи, направления и результаты развития, а в других документах – конкретные мероприятия, механизмы и объемы финансирования.

С 2021 г. иерархию документов стратегического планирования в сфере ФКиС на федеральном уровне составляют:

– в области целеполагания: Стратегия развития физической культуры и спорта в Российской Федерации на период до 2030 года, утвержденная распоряжением Правительства Российской Федерации от 24 ноября 2020 г. № 3081-р (далее – Стратегия-2030), и план мероприятий по ее реализации, утвержденный распоряжением Правительства Российской Федерации от 28 декабря 2020 г. № 3615-р [4]. В 2023 г. документы скорректированы в связи с изменениями текущей социально-экономической и геополитической ситуации (распоряжения Правительства Российской Федерации от 29 апреля 2023 г. № 1118-р и от 29 апреля 2023 г. № 1120-р);

– в области программирования: государственная программа Российской Федерации «Развитие физической культуры и спорта», утвержденная постановлением Правительства Российской Федерации от 30 сентября 2021 г. № 1661 (далее – ГП-2030), включающая федеральные проекты (в том числе федеральный проект «Спорт – норма жизни», действующий с 2019 г.) и комплексы процессных мероприятий. Паспорта ГП-2030, ее структурных элементов, а также единый аналитический план ее реализации сформированы в ГИИС «Электронный бюджет». Документы допланируются ежегодно в соответствии с параметрами федерального бюджета, а также корректируются по мере необходимости по результатам мониторинга. К примеру, за период реализации федерального проекта «Спорт – норма жизни» с 2019 г. в проект внесены порядка 140 изменений различного уровня (корректировки показателей, результатов, плана мероприятий, бюджета проекта) [1-2];

– в области планирования: план деятельности Минспорта России на 2019-2024 годы (утвержден в 2019 г., в настоящее время действует без учета произошедших изменений).

Одновременно приняты документы концептуального характера, определяющие ключевые параметры развития отдельных направлений ФКиС. Среди которых концепция развития студенческого спорта в Российской Федерации на период до 2025 г., межведомственная программа «Плавание для всех», межотраслевая программа развития школьного спорта до 2024 г., межотраслевая программа развития студенческого спорта до 2024 г., концепция развития детско-юношеского спорта в Российской Федерации до 2030 г. Представленные типы документов отсутствуют в номенклатуре, установленной Федеральным законом № 172-ФЗ [7]. Их наличие не

является основанием для выделения дополнительных ассигнований из средств бюджетной системы. Финансовое обеспечение осуществляется в пределах установленных объемов финансирования, что уменьшает бюджет других направлений. Реализация представленных документов зависит от индивидуальной заинтересованности, трактования приоритетов и возможностей на местах. При этом контроль исполнения не систематизирован.

Контент анализ Стратегии-2030 и ГП-2030 показал:

- установленную связь с национальной целью развития Российской Федерации «Сохранение населения, здоровье и благополучие людей» в части вовлечения в систематические занятия ФКиС 70% граждан к 2030 г. (Указ Президента Российской Федерации от 21 июля 2020 г. № 474) [5];

- синхронизацию по целям «обеспечение условий для занятий ФКиС для всех категорий и групп граждан», а также «повышение конкурентоспособности российского спорта на международной арене»;

- дублирование набора показателей Стратегии-2030 в ГП-2030 и входящих в ее состав федеральных проектах и комплексах процессных мероприятий.

Стратегия-2030 включает 11 показателей (5 из которых характеризуют вовлеченность населения в систематические занятия ФКиС), 32 верхнеуровневые задачи, 11 приоритетных направлений. Под каждое из них выделены от 6 до 36 подзадач, 13 обобщенных ожидаемых результатов на I этапе реализации (2021-2022 гг.), 15 – на II этапе (2023-2025 гг.), 10 – на III этапе (2026-2030 гг.). План мероприятий по реализации Стратегии-2030 включает 158 мероприятий [4].

В ГП-2030 установлены 10 показателей (5 из которых дублируют показатели стратегии-2030, что продиктовано методическими указаниями по разработке государственных программ), 19 задач, объединенных по 4 группам (массовая ФКиС, спорт высших достижений, задачи национальных целей развития Российской Федерации, задачи развития приоритетных территорий), 6 приоритетных направлений, 2 направления [1].

Структурные элементы ГП-2030 [2] характеризуются следующими параметрами:

- федеральный проект «Спорт – норма жизни» национального проекта «Демография» (2 показателя, все одновременно являются показателями Стратегии-2030 и ГП-2030, 18 действующих результатов);

- федеральные проекты, реализуемые вне национальных проектов «Развитие физической культуры и массового спорта» (4 показателя, все дублируют показатели Стратегии-2030, 10 результатов), «Развитие спорта высших достижений» (2 уникальных показателя, 17 результатов);

- федеральный проект «Бизнес-спринт (Я выбираю спорт)», входящий в число инициатив социально-экономического развития Российской Федерации до 2030 года (7 показателей, 1 из которых дублирует показатель ГП-2030 и 2 являются показателями Стратегии-2030, 12 результатов, из них 4 действующих);

- комплексы процессных мероприятий «Проведение спортивных мероприятий, обеспечение подготовки спортсменов высокого класса» (5 мероприятий), «Обеспечение деятельности Министерства спорта Российской Федерации и реализация государственной политики в сфере физической культуры и спорта» (1 показатель, 20 мероприятий).

Таким образом, из содержания документов стратегического планирования в целом можно установить соответствие между задачами (подзадачами) Стратегии-2030 и конкретными результатами, обеспечивающими их достижение, но при этом соответствие не будет однозначным.

Документы стратегического планирования в сфере ФКиС в субъектах Российской Федерации, как правило, включают государственные программы субъектов

Российской Федерации и региональные проекты «Спорт – норма жизни». Стратегии не являются обязательными к разработке. Анализ структур и содержания федеральной и региональных государственных программ показывает значительное количество расхождений. В том числе, в части установленных горизонтов планирования, структуры, наборов и плановых значений показателей. На региональном уровне выявлены неоднократные случаи занижения плановых значений показателей по сравнению с федеральным уровнем [3].

Ресурсное обеспечение Стратегии-2030 осуществляется через ГП-2030 за счет средств бюджетов бюджетной системы Российской Федерации и внебюджетных источников. Результаты (мероприятия) в составе элементов ГП-2030 представляют направления расходов федерального бюджета, включая: межбюджетные трансферты бюджетам субъектов Российской Федерации на создание спортивной инфраструктуры и материально-техническое оснащение физкультурно-спортивных организаций, субсидии физкультурно-спортивным организациям, реализацию функций Минспорта России, повышение квалификации работников ФКиС [2].

По составу направлений расходов федерального бюджета по разделу «Физическая культура и спорт» за период 2019-2023 гг. не наблюдается значительных изменений (под новые задачи, определенные Стратегией-2030, не открыты новые направления расходов). Основные направления расходов ГП-2030 – создание и модернизация спортивной инфраструктуры в субъектах Российской Федерации (до половины ассигнований федерального бюджета) и поддержание текущей деятельности (порядка 30% ассигнований федерального бюджета).

Действующая стратегия и государственная программа утверждены на период до 2030 г. (на два цикла стратегического планирования согласно Указу Президента Российской Федерации № 633). Федеральный проект «Спорт – норма жизни», включающий основные результаты по развитию массовой ФКиС, рассчитан до 2024 г. Решение о пролонгации федеральных проектов в составе национальных проектов в настоящее время не принято.

Мониторинг Стратегии-2030 осуществляется Минспортом России посредством комплексного анализа реализации ее мероприятий [4]. В ГП-2030 эффективный мониторинг назван ключевым условием успешного выполнения государственной программы и всей повестки развития ФКиС [1]. Система эффективного мониторинга предполагает:

- постоянный трансфер данных и коммуникации между муниципальным, региональным и федеральным уровнем;
- перепроверку, преобразование и анализ информации на предмет выявления рисков;
- оценку вероятных последствий наступления рисков и выработку мер по их профилактике;
- проведение экспертных и контрольных мероприятий;
- наличие информационной среды и средств автоматизации для управления данными.

Мониторинговое поле на федеральном уровне включает Стратегию-2030 и ГП-2030. Сводный доклад о ходе реализации Стратегии-2030 формируется ежегодно и включает основные обобщенные итоги (сведения о значениях целевых показателей, использованных бюджетных ассигнованиях, объемах привлеченного внебюджетного финансирования, анализ факторов, повлиявших на ход реализации, предложения о необходимости корректировки).

Отчетность по ГП-2030 формируется ежемесячно (в части мониторинга показателей), ежеквартально и ежегодно. Для элементов государственной программы предусмотрены ежемесячный, ежеквартальный и годовой периоды отчетности. Форма отчета содержит сведения о достижении показателей, исполнении федерального

бюджета, ключевых рисках, а также информацию о выполнении результатов и контрольных точек. Региональная составляющая (достигнутые показатели) включается в ежеквартальные и годовые отчеты.

Мониторинг реализации элементов государственной программы предполагает регулярный (не реже 1 раза в месяц) сбор, обработку, верификацию данных о статусе исполнения результатов, в том числе проводимых в регионах конкурсных процедурах по определению организаций-подрядчиков, ходе контрактации и выполнения договоров на проведение строительных работ, поставку и монтаж спортивного оборудования, об уровне кассового исполнения трансфертов из федерального бюджета, а также получение подтверждающих документов.

ГИИС «Электронный бюджет» и ГАС «Управление», выступающие операционной средой для реализации государственной программы, предоставляют ограниченный функционал для автоматизации процессов мониторинга. Таким образом, отчеты формируются преимущественно вручную с использованием дополнительных форм отчетности (включая адресованные регионам запросы о ходе выполнения работ). Значительные трудозатраты сотрудников мониторинговых подразделений, связанные с рутинными операциями, не позволяют сфокусироваться на аналитической составляющей мониторинговой деятельности.

В целом в системе государственного управления ФКиС не получила широкомасштабного применения практика разработки и принятия управленческих решений на основе данных. Задача по совершенствованию процессов принятия управленческих решений в сфере ФКиС за счет развития инструментов и технологий сбора, обработки и анализа данных с использованием технологий машинного обучения и искусственного интеллекта зафиксирована в Стратегии-2030 [4].

Информационно-аналитическое обеспечение деятельности по стратегическому планированию требует организационного развития. Современное программное обеспечение для обработки и визуализации данных (бизнес аналитика или business intelligence, BI) обычно не используется. Отсутствуют централизованные базы данных, предоставляющие онлайн доступ к информации о состоянии, показателях и фактических результатах развития ФКиС на федеральном, региональном и местном уровнях.

Мероприятие по созданию в государственной информационной системе «Единая цифровая платформа «Физическая культура и спорт» (ГИС «Спорт») подсистемы поддержки принятия управленческих решений в сфере ФКиС предусмотрено планом мероприятий по реализации Стратегии-2030 на IV квартал 2025 года [4].

Выводы. Организация деятельности по стратегическому планированию в сфере ФКиС:

- урегулирована в соответствии с федеральным законодательством и законодательством субъектов Российской Федерации;
- институционально оформлена в виде корпуса документов стратегического планирования и финансового, кадрового обеспечения;
- имеет значительный потенциал для организационного и технологического развития (создание отраслевого стратегического офиса, информационных систем, баз данных, внедрение BI софта, подготовка кадров).

Одновременно отмечается:

- рассинхронизация между федеральным и региональным уровнями (в части сроков действия документов стратегического планирования, рядов и наборов показателей);

– «разрыв» между запланированным объемом работ и ресурсной базой (на отдельные задачи Стратегии-2030 и мероприятия плана по ее реализации финансовое обеспечение не предусмотрено, выделение дополнительных ассигнований из средств федерального бюджета на вновь поставленные задачи не производится);

- вынужденное дублирование в документах стратегического планирования показателей и мероприятий;
- преобладание ручного труда в процессе сбора, обработки и анализа информации;
- фрагментарное использование аналитических выводов при проработке и принятии управленческих решений;
- недостаточная научная проработка проблематики совершенствования государственного управления и института стратегического планирования в сфере ФКиС.

Учитывая изложенное, представляется целесообразным инициировать ведомственный проект по организационному развитию стратегического планирования в сфере ФКиС.

Одновременно требуется обеспечить соответствие всех федеральных и региональных документов стратегического планирования в части показателей, а также ограничить практику разработки и принятия без финансового обеспечения документов, устанавливающих ориентиры развития ФКиС и ее отдельных направлений.

Кроме того, целесообразно внедрить в практику государственного управления ежегодно актуализируемый прогноз развития ФКиС на среднесрочную (3 года) перспективу на принципах вариативности, альтернативности сценариев.

Библиографический список:

1. Государственная программа Российской Федерации «Развитие физической культуры и спорта». – URL: <https://docs.cntd.ru/document/608851173>
2. Паспорта государственной программы Российской Федерации «Развитие физической культуры и спорта» и ее структурных элементов. – URL: <https://minsport.gov.ru/activities/federal-programs/fiz-ra-i-sport-skryt/26377/> (дата обращения: 30.09.2023).
3. Стратегическое планирование в области физической культуры и спорта в субъектах Российской Федерации / Г.В. Богомолов, А.А. Кавин, Н.С. Ковалев [и др.] // Вестник спортивной науки. – 2022. – № 6. – С. 64-69.
4. Стратегия развития физической культуры и спорта в Российской Федерации на период до 2030 года. – URL: <https://docs.cntd.ru/document/566430492> (дата обращения: 24.08.2023).
5. Указ Президента Российской Федерации от 21 июля 2020 г. № 474 «О национальных целях развития Российской Федерации на период до 2030 года». – URL: <https://docs.cntd.ru/document/565341150> (дата обращения: 31.08.2023).
6. Указ Президента Российской Федерации от 8 ноября 2021 г. № 633 «Об утверждении Основ государственной политики в сфере стратегического планирования в Российской Федерации». – URL: <https://docs.cntd.ru/document/726723672> (дата обращения: 10.08.2023).
7. Федеральный закон от 28 июня 2014 г. № 172-ФЗ «О стратегическом планировании в Российской Федерации».

КЛЮЧЕВЫЕ СТРАТЕГИИ ИНТЕРНЕТ-МАРКЕТИНГА В РАБОТЕ СПОРТИВНЫХ ОРГАНИЗАЦИЙ

*Бондаренко Д.В., студент,
Научный руководитель: Бондаренко М.П., к.э.н, доцент,
Волгоградская государственная академия физической культуры,
Волгоград, Россия*

В статье представлен анализ ключевых и самых популярных стратегий интернет-маркетинга. Стратегия интернет-маркетинга – это перечень и план действий, разработанных компанией для достижения маркетинговых целей компании, а также

выведение компании на первые позиции рынка. Каждая компания ставит свой приоритет: удержание постоянных клиентов, формирование новой потребительской базы, уход от конкурентов и т.д. Грамотно и качественно созданная стратегия интернет-маркетинга позволяет: сформировать наиболее полное представление об организации, аудитории, для которой предназначены продукты компании и способах продвижения этих продуктов; выбрать наиболее подходящие и полезные инструменты интернет-маркетинга для решения конкретных задач компании; помогает получить больше информации; предоставляет реальные данные; структурирует действия компании; помогает увеличить ROI; улучшает отношения с аудиторией.

Ключевые слова: Интернет-маркетинг, стратегии спортивных организаций, спортивные услуги в интернет-маркетинге.

KEY STRATEGIES OF INTERNET MARKETING IN THE WORK OF SPORTS ORGANIZATIONS

Bondarenko D.V., student, winner_life8@mail.ru

Scientific supervisor: Bondarenko M.P., PhD, Associate Professor, mayya_k@mail.ru

Volgograd State Academy of Physical Education,

Volgograd, Russia

The article presents an analysis of the key and most popular Internet marketing strategies. The Internet marketing strategy is a list and a plan of actions developed by the company to achieve the marketing goals of the company, as well as bringing the company to the first positions of the market. Each company sets its own priority: retaining regular customers, forming a new consumer base, moving away from competitors, etc. A competently and qualitatively created Internet marketing strategy allows you to: form the most complete picture of the organization, the audience for which the company's products are intended and how to promote these products; choose the most suitable and useful Internet marketing tools for solving specific company tasks; helps to get more information; provides real data; structures the company's actions; helps to increase ROI; improves relations with the audience.

Keywords: Internet marketing, strategies of sports organizations, sports services in Internet marketing.

Конкуренты ни когда не стоят на месте и применение различных стратегий интернет-маркетинга один из самых верных способов для руководства спортивных организаций, что бы оставаться на рынке и продолжить свою деятельность.

Основными задачами стратегии интернет-маркетинга являются:

- увеличение количества упоминаний компании и бренда в Интернете;
- увеличение количества лидов.

В Интернет-маркетинге выделяют три классические стратегии:

- комплексная стратегия;
- интернет-PR;
- вирусный или партизанский маркетинг.

Комплексная стратегия - это подход, который включает в себя использование всех инструментов сетевого маркетинга для модернизации и продвижения сайта. Она включает в себя создание и продвижение сайта, создание уникального контента, продвижение в социальных сетях и блогах, а также создание соответствующей рекламы. Использование комплексной стратегии более эффективно, чем применение отдельных элементов, так как добавление независимых инструментов увеличивает результат в соответствии с законом синергии, где $1+1=3$.

Интернет-PR – это стратегия, которая направлена на продвижение бренда и привлечение целевой аудитории [4,5]. Она основывается на публикации уникального контента, который включает информацию о товарах, акциях и бонусах, на сайте

предприятия и на сайтах, которые имеют схожую тематику, и которые позволяют размещать контент в социальных сетях. Также часто используется совместная работа с другими компаниями [7,8].

Одним из отличительных признаков интернет-PR от традиционного является область воздействия. Она ориентирована на интернет-пространство. Этот вид стратегии интернет-маркетинга эффективно используется для продвижения бренда и привлечения целевой аудитории. В основном интернет-пиар использовался для продвижения веб-ресурсов. Лучшим вариантом интернет-PR является публикация информации о компании на популярных интернет-СМИ, которые используются пользователями.

Вирусный (партизанский) маркетинг может оказаться невероятно эффективной маркетинговой кампанией, особенно для малого бизнеса. Это недорогой метод, в котором используются такие тактические стратегии, как сарафанное радио, вирусный маркетинг или окружающий маркетинг, которые снова и снова доказывают свою высокую эффективность. Благодаря своему тонкому, хитрому и творческому характеру партизанский маркетинг является отличным способом повысить узнаваемость бренда, лояльность к бренду и его известность.

Подобно партизанам, партизанские маркетологи должны быть хитрыми, хитрыми и весьма новаторскими при разработке хорошей тактики партизанского маркетинга. В каком-то смысле они используют недорогие и нетрадиционные методы, чтобы не только привлечь внимание новых клиентов к своему бренду, но и перепрофилировать старые маркетинговые методы для дальнейшего привлечения текущих клиентов.

Примеры событийного партизанского маркетинга

- Флешмобы . Флешмоб — это группа людей или исполнителей, которые внезапно и часто без предупреждения устраивают засаду в общественном месте, привлекают внимание посетителей мероприятия, выступают в течение короткого времени, а затем быстро расходятся.

- Тактически размещенные указатели . Тот факт, что вы не являетесь спонсором мероприятия, не означает, что вы можете воспользоваться толпами людей, стекающимися в зону сосредоточения. Использование вывесок на улицах вне мероприятий может оказаться очень эффективным.

Существует столько же различных стратегий интернет-маркетинга, сколько маркетологов, работающих в сфере оказания спортивно-оздоровительных услуг [1,2,3,6]. Однако есть 4 универсальных принципа или шага, которые должны быть включены в любую стратегию спортивной организации:

- поиск и привлечение целевой группы.
- вовлечение и удержание целевой группы.
- превращение посетителей в клиентов.
- забота о клиенте на протяжении длительного времени.

Эффективность стратегии оценивается по метрикам:

- покрытие и процент - для инструментов, создающих основной интерес для оказания спортивных услуг;
- процент подписчиков, количество микро-конверсий, глубина просмотра – для инструментов, которые вдохновляют клиентов на занятия спортом именно с вами;
- цены, заявки, рейтинг кликов для инструментов стимулирования сбыта ваших абонементов, встреч с личным тренером и др..

Кроме того, чтобы проверить качество стратегии интернет-маркетинга для спортивных организаций используют:

- технический аудит – оценка скорости работы, загрузки страниц и других параметров сайта;

– SEO-аудит – проверка корректной загрузки страниц, отсутствия спама, ссылочной структуры сайта;

– Юзабилити-аудит – проверка юзабилити дизайна сайта, удобства навигации и запуска сценария интернет-ресурса.

Выводы. Эффективная стратегия интернет-маркетинга использует различные инструменты продвижения и каналы привлечения трафика, которые можно и нужно комбинировать. Например, канал привлечения трафика – это результаты в поисковой выдаче. Инструменты для этого – SEO + реклама. Для малого и даже среднего бизнеса оказывающего спортивно-оздоровительные услуги нет смысла быть одинаково представленным везде.

Библиографический список:

1. Иппотерапия как метод увеличения двигательной активности у детей с ДЦП / Бондаренко Д.В., Ильченко А.А., Мирошникова С.С., Бондаренко М.П. // Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгафта. 2023. № 1 (215). С. 67-70.

2. Моделирование тренировочного процесса пауэрлифтеров с учетом преодоления сбивающихся факторов/ Бондаренко М.П., Ильченко А.А., Яковлев А.С., Константинов А.Б. // Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгафта. 2022. № 1 (203). С. 34-37.

3. Реабилитационная программа тренировок для продолжения спортивной карьеры пауэрлифтеров-профессионалов / Константинов А.Б., Бондаренко Д.В., Бондаренко М.П., Ильченко А.А. // Современные проблемы науки и образования. 2022. № 2. С. 26.

4. Роль социальных сетей в повышении конкурентоспособности физкультурного вуза /Бондаренко М.П., Балуева В.А., Сычев П.А.// Теория и практика физической культуры. 2020. № 4. С. 33-35

5. Рынок спортивных услуг: специфика и особенности/ Бондаренко Д.В., Бондаренко М.П., Безнебеева А.М., Ильченко А.А. // Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгафта. 2021. № 10 (200). С. 37-41.

6. Спортивные клубы фигурного катания на коньках: проблемы и перспективы развития / Тарасова Д.А., Бондаренко М.П., Бекирова М.Г., Мартюшев А.С. // Физическое воспитание и спортивная тренировка. 2020. № 2 (32). С. 159-170.

7. Социальное партнерство в российских корпорациях / Колесникова М.П. // монография - Волгоград, 2006.- 132 с.

8. Трипартизм в развитии спортивной индустрии: мотивы, желания и результаты / Колесникова Д.В., Бондаренко М.П., Безнебеева А.М., Люсова О.В., Яковлев А.С. // Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгафта. 2021. № 4 (194). С. 196-200.

ПРИМЕНЕНИЕ ДИДЖИТАЛ ТЕХНОЛОГИЙ В ОБРАЗОВАТЕЛЬНОМ ПРОЦЕССЕ

*Бондаренко Д.В., студент,
Научный руководитель: Степанян В.М., к.п.н, доцент,
Волгоградская государственная академия физической культуры,
Волгоград, Россия*

В статье приведены примеры того, как цифровые технологии используются для обеспечения эффективных результатов обучения, содействия совершенствованию систем и как эти системы могут поддерживать учителей и преподавателей. Цель работы – рассмотреть возрастающую роль информационных цифровых технологий в сфере образования всех уровней.

Достижения нашего технологического века разрушают привычную образовательную сферу с впечатляющей скоростью. Значимость технологий представляет собой огромное количество преимуществ для образования, начиная с мгновенного удовлетворения от поиска информации и, аналогичным образом, мгновенной обратной связи после завершения учебного материала с помощью ведущих систем управления обучением в школах, колледжах и вузах. В современном мире с развитием технологий постоянно растет число пользователей сети интернет, различных социальных сетей, сайтов, блогов и др [1, С. 67]. Более того, цифровые технологии могут открыть диалог между различными культурами и странами для содействия целенаправленному межкультурному взаимодействию.

Ключевые слова: Цифровые технологии, новое обучение, онлайн – обучение, искусственный интеллект.

APPLICATION OF DIGITAL TECHNOLOGIES IN THE EDUCATIONAL PROCESS

*Bondarenko D.V., student,
Scientific supervisor: Stepanyan V.M., PhD, Associate Professor,
Volgograd State Academy of Physical Education,
Volgograd, Russia*

The article provides examples of how digital technologies are used to ensure effective learning outcomes, promote system improvement, and how these systems can support teachers and educators. The purpose of the work is to consider the increasing role of digital information technologies in the field of education at all levels.

The achievements of our technological age are destroying the usual educational sphere with impressive speed. The importance of technology represents a huge number of advantages for education, starting with instant satisfaction from the search for information and, similarly, instant feedback after the completion of educational material with the help of leading learning management systems in schools, colleges and universities. In the modern world, with the development of technology, the number of Internet users, various social networks, websites, blogs, etc. is constantly growing [1, p. 67]. Moreover, digital technologies can open a dialogue between different Educations and countries to promote purposeful intercultural interaction.

Keywords: digital technologies, new learning, online learning, artificial intelligence.

Возрастающая роль информационных технологий в нашей жизни только подтверждает утверждение, что в нашем обществе будущего будут доминировать искусственный интеллект (ИИ), передовые технологии и автоматизация, что потребует от следующего поколения граждан, поступающих на работу, разбираться в технологиях. Однако это будущее начинается уже сейчас, и для формирования и построения цифрового общества необходимо обеспечить высококачественную интеграцию технологий в школах, колледжах и вузах. В рыночных условиях, не имея стабильного финансирования из бюджета, не имея дополнительных источников дохода, не связанных с основным видом деятельности выжить крайне сложно [5, с. 39]. Согласно ЮНЕСКО (2021), одной из главных целей образования является подготовка будущих поколений к этому цифровому будущему и оснащение их для того, чтобы они могли справляться с быстрым развитием технологий, справляться с постоянный доступ к огромному количеству новых знаний и информации, а также развитие критического мышления, осмысления, креативности и навыков совместной работы для достижения успеха в цифровом контексте.

Важность технологий в современном образовании очевидна. Нет смысла продолжать устаревшие методы обучения вместо того, чтобы адаптироваться к окружающему миру. Фактически, недавнее исследование показало, что более 70% преподавателей используют технологии в классе каждый день, по сравнению с 2016 годом, когда 55% сообщили об ежедневном использовании. Благодаря внедрению умных и актуальных технологий это означает, что образование не только адаптируется к нашему современному миру, но и имеет возможность добиться лучших результатов, чем когда-либо прежде, с помощью проверенных методов. Цифровая трансформация в образовании означает цифровизацию процессов и продуктов для улучшения опыта преподавания и обучения для всех участников.

Цифровая трансформация в образовании фокусируется на [2,3,4]:

- **Доступность:** цифровые технологии позволяют учащимся (например, студентам, сотрудникам) получать доступ к учебным ресурсам проще и дешевле, чем традиционное образование. Люди во всем мире, всех возрастов и с разным социально-экономическим статусом имеют доступ к занятиям и ресурсам через Интернет. Такие технологии, как преобразование текста в речь, устраняют препятствия для учащихся с ограниченными возможностями.

- **Увеличение вовлеченности:**

- **Интерактивное обучение.** Микроуроки, видео, интерактивные тесты, геймификация и т. д. — это различные форматы обучения, которые преобразуют образование, создавая более интерактивную среду обучения.

- **Индивидуальное обучение.** Компьютерные технологии и искусственный интеллект позволяют применять такие образовательные методы, как адаптивное обучение, при котором каждому учащемуся разрешено учиться так, как ему удобно.

Почему цифровая трансформация в образовании важна сейчас? Как всем известно – именно спрос рождает предложение [8, с. 196]. Закрытие школ и дистанционное обучение являются одними из наиболее серьезных последствий COVID-19, которые продемонстрировали важность и безотлагательность внедрения цифровых технологий в образование. Еще до пандемии сфера образования находилась в процессе цифровой трансформации. Сейчас переход на новую систему обучения в полном разгаре.

Как и большинство вещей, технология имеет свои положительные и отрицательные стороны. Исследования показывают, что уровень успеваемости учащихся повышается. Кроме того, они более вовлечены и запоминают больше представленного материала. В-третьих, у них более позитивный общий настрой. Однако есть и потенциальные недостатки.

Обеспечение баланса технологий в классе является ключевым моментом, чтобы дать учащимся всесторонний опыт обучения. То же самое можно сказать и о профессиональной рабочей среде и цифровом обучении. Электронные платформы идеально подходят для решения смешанного обучения, а это означает, что микрообучение с использованием мобильных устройств можно легко сопровождать различными вариантами других методов обучения, например очным.

Принятие решений на основе данных может систематически использоваться в организациях для выявления различий между учащимися, обеспечения персонализированного обучения и повышения учебных достижений учащихся. Так же способствует принятию обоснованных решений относительно способностей учащихся и реализации ранних инициатив для учащихся из группы риска или учащихся с ограниченными возможностями в обучении.

Основная польза технологии заключается в том, что она позволяет преподавателям более последовательно предлагать обучение, ориентированное на более широкий спектр интеллекта и стилей обучения. В результате учащиеся более вовлечены и мотивированы в учебе.

Выводы. При эффективном использовании технологии могут улучшить результаты обучения, такие как более высокие оценки и сохранение большего количества материалов/навыков. Тем не менее, есть надежные данные, позволяющие предположить, что контроль необходим. Таким образом, преподавателям необходимо внимательно следить за успеваемостью своих учеников, чтобы достичь наилучшего баланса для каждой группы.

Для успешного внедрения и интеграции цифровых технологий учителям необходимо достаточная поддержка и профессиональное развитие. Основными препятствиями на пути эффективного использования технологий в классе являются: нехватка времени, стимулов, технической помощи и незнание того, как внедрять технологии на практике [6,7]. Обеспечение инновационного профессионального развития, которое вовлекает учителей в процесс проектирования и исполнения, накапливает знания и предоставляет учителям свободу действий и ответственность за использование цифровых технологий в своей практике.

Библиографический список:

1. Иппотерия как метод увеличения двигательной активности у детей с ДЦП / Бондаренко Д.В., Ильченко А.А., Мирошникова С.С., Бондаренко М.П. // Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгафта. 2023. № 1 (215). С. 67-70.

2. Моделирование тренировочного процесса пауэрлифтеров с учетом преодоления сбивающихся факторов/ Бондаренко М.П., Ильченко А.А., Яковлев А.С., Константинов А.Б. // Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгафта. 2022. № 1 (203). С. 34-37.

3. Реабилитационная программа тренировок для продолжения спортивной карьеры пауэрлифтеров-профессионалов / Константинов А.Б., Бондаренко Д.В., Бондаренко М.П., Ильченко А.А. // Современные проблемы науки и образования. 2022. № 2. С. 26.

4. Роль социальных сетей в повышении конкурентоспособности физкультурного вуза /Бондаренко М.П., Балужева В.А., Сычев П.А.// Теория и практика физической культуры. 2020. № 4. С. 33-35

5. Рынок спортивных услуг: специфика и особенности/ Бондаренко Д.В., Бондаренко М.П., Безнебеева А.М., Ильченко А.А. // Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгафта. 2021. № 10 (200). С. 37-41.

6. Спортивные клубы фигурного катания на коньках: проблемы и перспективы развития / Тарасова Д.А., Бондаренко М.П., Бекирова М.Г., Мартюшев А.С. // Физическое воспитание и спортивная тренировка. 2020. № 2 (32). С. 159-170.

7. Социальное партнерство в российских корпорациях / Колесникова М.П. // монография - Волгоград, 2006.- 132 с.

8. Трипартизм в развитии спортивной индустрии: мотивы, желания и результаты / Колесникова Д.В., Бондаренко М.П., Безнебеева А.М., Люсова О.В., Яковлев А.С. // Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгафта. 2021. № 4 (194). С. 196-200.

ХАРАКТЕРИСТИКА ОСНОВНЫХ ИНСТРУМЕНТОВ ПРОДВИЖЕНИЯ СПОРТИВНЫХ ОРГАНИЗАЦИЙ В СЕТИ ИНТЕРНЕТ

*Бондаренко М.П., к.э.н, доцент,
Волгоградская государственная академия физической культуры,
Волгоград, Россия*

В современных условиях развития бизнеса многие компании открывают свои представительства в глобальной сети Интернет в виде полноценного сайта или профиля в социальных сетях. Многие компании переходят из офлайна в онлайн. Но обычное

создание интернет-ресурса, наполнение его необходимым контентом не приведет к резкому увеличению продаж и повышению популярности организации. В этом случае необходимо воспользоваться инструментами интернет-маркетинга. В статье проанализированы основными инструментами интернет-маркетинга в работе спортивных организаций [1,3,5]: поисковое продвижение (SEO, поисковая оптимизация, поисковый маркетинг); SocialMediaMarketing, SMM (Создание публика или страницы в социальных сетях, таргетированная реклама в социальных сетях); мессенджер-маркетинг (Viber, Telegram и т.д.); мобильный маркетинг (Создание приложений и мобильных игр, контекстная и баннерная реклама в приложениях); видео и видеореклама (YouTube и Видеосеть Яндекса); контекстная реклама (Яндекс Директ и GoogleAdWords); онлайн-мероприятия и вебинары; Email-рассылки, подписка на новости и списки рассылки; баннерная реклама; сотрудничество с партнёрами, интервью, участие в семинарах и тренингах.

Ключевые слова: Интернет-маркетинг, социальные сети, мобильный маркетинг, мессенджер-маркетинг, поисковое продвижение в спорте

CHARACTERISTICS OF THE MAIN TOOLS FOR PROMOTING SPORTS ORGANIZATIONS ON THE INTERNET

*Bondarenko M.P., PhD, Associate Professor,
Volgograd State Academy of Physical Education,
Volgograd, Russia*

In modern conditions of business development, many companies open their representative offices on the global Internet in the form of a full-fledged website or profile in social networks. Many companies are moving from offline to online. But the usual creation of an Internet resource, filling it with the necessary content will not lead to a sharp increase in sales and an increase in the popularity of the enterprise. In this case, it is necessary to use Internet marketing tools. The article analyzes the main tools of Internet marketing in the work of sports organizations [1,3,5]: search engine promotion (SEO, search engine optimization, search marketing); SocialMediaMarketing, SMM (Creating a public or a page in social networks, targeted advertising in social networks); messenger marketing (Viber, Telegram, etc.); mobile marketing (Creating applications and mobile games, contextual and banner advertising in applications); video and video advertising (YouTube and the Yandex Video Network); contextual advertising (Yandex Direct and GoogleAdWords); online events and webinars; Email newsletters, subscription to news and mailing lists; banner advertising; cooperation with partners, interviews, participation in seminars and trainings.

Keywords: Internet marketing, social networks, mobile marketing, messenger marketing, search engine promotion in sports.

Для успешного функционирования спортивной организации любой формы собственности в современном мире конкуренции не обойтись без помощи интернет маркетинга. Рассмотрим каждый из инструментов интернет-маркетинга, который оказывает огромное влияние на спортивную индустрию, ее основных участников.

Поисковые системы – это технологически продвинутые, мощные программы, собирающие в свои коллекции все важные документы в Интернете». В процессе поиска, конечно же, ориентируются на русскоязычные сайты. Есть понятие «обновление» – обновление базы поисковой системы, момент, когда в результаты поиска попадают в выдачу новые документы, собранные во время последнего обхода интернета.

Выдача – это ответ поисковой системы на запрос пользователя. Результаты сортируются по релевантности, то есть соответствию запросу. Размещение сайта высоко в выдаче не воспринимается посетителем как реклама – это рекомендация из

проверенного источника, поисковой системы. Результатом поискового продвижения является увеличение посещаемости сайта, а следовательно и рост продаж.

По определению SEO – это комплекс работ, направленных на улучшение позиций сайта, т.е. воздействие на факторы ранжирования* алгоритмов поисковых систем».

Поисковая система по определенным символам распознает, что один сайт лучше другого отвечает на запрос пользователя, задача оптимизатора определить эти символы и однозначно представить их на сайте клиента. То есть подстроить сайт под требования поисковых систем, чтобы сделать его эффективнее конкурентов.

Факторы, которые могут повлиять на оценку сайта поисковыми системами:

- наличие и объём тематической информации;
- валидность программного кода**, т.е. мера соответствия кода международным стандартам W3C;
- рекомендательные ссылки, а также их количественные и качественные показатели;
- «возраст» сайта, т.е. история присутствия в сети;
- статистические данные поведения пользователей на информационном ресурсе.

SMM (SocialMediaMarketing) основан на продвижении бизнеса клиента в социальных сетях. Принцип работы основан на комплексе действий, среди которых: создание, дальнейшее поддержание имиджа канала, раскрутка, живое общение и многое другое. SMM обеспечивает появление новых посетителей в сообществе компании с других сторонних ресурсов, просмотр контента, создавая тем самым интерес к продукту или услуге.

SMM – это набор различных инструментов, среди которых выделяются наиболее эффективные. Именно с их помощью можно быстро выйти на публику и прорекламировать свой продукт большому количеству пользователей:

- контент-маркетинг. Чтобы привлечь целевую аудиторию и не дать ей потерять свое внимание, крайне важно наполнить группу исключительно качественным контентом. Информационного контента в социальных сетях должно быть больше, чем рекламного. Примерное соотношение – 7:3 или 8:2;
- видео-маркетинг. Видео-обзор для большинства посетителей воспринимается наиболее удобно;
- таргетированная реклама. Благодаря гибким настройкам рекламу можно показывать только тем пользователям, которые с большой долей вероятности могут стать потенциальными покупателями;
- реклама в тематических группах. Крупные сообщества в социальных сетях часто предлагают свои услуги по рекламе товара, что является достаточно эффективным инструментом увеличения подписчиков;
- ретаргетинг. Метод, позволяющий объединить группу или сообщество в социальной сети с основным сайтом. Это перенаправит заинтересованных пользователей на главную страницу сайта, где они смогут больше узнать об интересующем их товаре, тем самым повысив вероятность заключения сделки;
- рекламная рассылка. Позволяет своевременно информировать подписчиков о конкурсах, акциях, новинках компании;
- взаимная реклама. Стоит искать компании с такой же целевой группой и договариваться о совместной рекламе: ссылках, размещении, упоминании и так далее. Совместные проекты и различные скидки очень хорошо сказываются.

Используя социальные сети для маркетинга следует учесть основные моменты [2,4,6]:

- во-первых, это большой охват, которого можно достичь благодаря рейтингам в социальных сетях;

- очень сильная лояльность клиентов создается с помощью социальных сетей;
- не следует недооценивать время, которое может стоить тщательно управляемая учетная запись в социальных сетях;
- решение о том, какую платформу использовать, должно зависеть от целей и структуры потенциальных клиентов. Каждая платформа имеет свой свод правил и ограничений, необходимо тщательно освоить работу с определённой платформой для процветания учётной записи.

Мессенджер-маркетинг – это продвижение брендов, товаров и услуг в сервисах обмена мгновенными сообщениями.

С помощью мессенджеров можно [8]:

- принимать и обрабатывать входящие обращения;
- собирать и сегментировать базу подписчиков;
- получать обратную связь;
- принимать платежи;
- автоматизировать систему взаимодействия клиентами;
- интегрировать с используемыми CRM;

Взаимодействие с клиентами и продвижение в мессенджерах эффективны, потому что:

- мессенджеры позволяют быть максимально близко к клиенту – в его смартфоне;
- люди более лояльны к сообщениям в этом канале, потому что привыкли использовать его для личного общения;
- получить ответ на вопрос в мессенджере можно быстрее, чем по электронной почте;
- сообщение с меньшей вероятностью останется незамеченным из-за push-уведомлений и того факта, что мы больше заходим в мессенджеры, чем на электронную почту;
- взаимодействие с клиентами и продажи могут быть автоматизированы;
- возможна интеграция с сайтом компании, CRM и другими системами.

Мобильный маркетинг. Для дополнительной раскрутки и использования дополнительного канала продвижения можно использовать мобильные приложения и игры.

ASO, AppStoreOptimization или AppStoreSearchOptimization– это оптимизация метаданных и улучшение видимости поиска в результатах поиска магазина мобильных приложений.

ASO необходима, поскольку выступает в роли дополнительного инструмента продвижения:

- дополнительный инструмент позиционирования продукта;
- ТОП в поисковых запросах по конкурентным ключевым запросам;
- увеличение объёма органических загрузок;
- увеличение конверсии: пользователь зашел на страницу приложения и установил его, а не перешел к конкуренту.

Видео-реклама – это форма рекламы, размещаемая в сети Интернет, предназначенная для создания имиджа компании, продвижения услуг или товаров, предоставления информации с целью увеличения продаж.

Контекстная реклама – это текстовые объявления, которые пользователи показывают под строкой поиска по их запросу. Контекстная реклама избирательна: рекламное сообщение показывается только тем, кто хочет его видеть.

Контекстная реклама делится на поисковую и тематическую.

Поисковые объявления появляются в результатах поиска. Обязательным условием показа поисковой рекламы является наличие поискового запроса, заданного

пользователем в явном виде. Спец-размещение – это 3 объявления над результатами поиска. Гарантированные показы – 4 объявления под результатами поиска.

Тематические объявления показываются на странице сайта, входящего в рекламную сеть Яндекса, если тема объявления соответствует интересам пользователя.

Яндекс. Директ – один из способов размещения поисковой и тематической контекстной рекламы. В Яндексе доступны и другие виды контекстной рекламы, например. В. контекстный медиа-баннер или Яндекс. Маркет, который можно использовать одновременно с Яндекс.Директ.

Преимущества рекламы в Яндекс. Директе:

- быстрый ответ. Клиенты приходят сразу после начала рекламы. Данный товар или услугу ищут и заказывают;
- только целевые пользователи. Объявление увидят люди, которые уже ищут похожие товары или услуги в Интернете;
- полный контроль. Возможность влиять на продажи. Просмотр статистики и отчетов;
- максимальный охват. Привлечь большую аудиторию к продукту или услуге;
- региональная направленность. Объявления будут показываться только в нужных регионах;
- платы за пользование. Плата только за переходы пользователей на сайт.

Выводы. Онлайн-мероприятия приравниваются к конференциям, лекциям, консультациям, где взаимодействие между участниками происходит посредством видеосвязи [6,7]. Такой формат помогает компаниям оставаться на связи с потенциальными клиентами и привлекать новых. Рассылка электронной почты – это отправка электронных писем определенной группе получателей». Этот тип коммуникации является важной частью любой маркетинговой кампании, так как помогает завоевать доверие клиентов и увеличить продажи. Баннер – это реклама в Интернете, которая размещается на сайтах в виде прямоугольных изображений, привлекающих внимание. Такая реклама включает в себя изображения, анимацию, интерактивы или слайды. Пользователь нажимает на баннер и переходит на сайт рекламодателя, где находится товар, услуга или товар. На сайте выделяется место под баннер – специальный блок, внутри которого отображается рекламный баннер. Партнерский маркетинг – это продвижение товаров или услуг через посредников или партнеров. Для компаний это способ охватить новую аудиторию и привлечь новых клиентов с помощью партнерских ресурсов.

Для продвижения бизнеса в сети Интернет целесообразно использовать несколько инструментов интернет-маркетинга одновременно. Необходимо знать, какие из них использовать и как их сочетать друг с другом. Не нужно использовать все инструменты сразу, так как имеется большая вероятность потратить огромные средства без видимых результатов.

Библиографический список:

1. Детские плавательные центры Волгоградской области/ Бондаренко Д.В., Безнебеева А.М., Ильченко А.А., Бондаренко М.П. // Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгафта. 2023. № 9 (223). С.
2. Иппотерапия как метод увеличения двигательной активности у детей с ДЦП / Бондаренко Д.В., Ильченко А.А., Мирошникова С.С., Бондаренко М.П. // Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгафта. 2023. № 1 (215). С. 67-70.
3. Моделирование тренировочного процесса пауэрлифтеров с учетом преодоления сбивающихся факторов/ Бондаренко М.П., Ильченко А.А., Яковлев А.С., Константинов А.Б. // Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгафта. 2022. № 1 (203). С. 34-37.

4. Реабилитационная программа тренировок для продолжения спортивной карьеры пауэрлифтеров-профессионалов / Константинов А.Б., Бондаренко Д.В., Бондаренко М.П., Ильченко А.А. // Современные проблемы науки и образования. 2022. № 2. С. 26.

5. Роль социальных сетей в повышении конкурентоспособности физкультурного вуза /Бондаренко М.П., Балужева В.А., Сычев П.А.// Теория и практика физической культуры. 2020. № 4. С. 33-35

6. Рынок спортивных услуг: специфика и особенности/ Бондаренко Д.В., Бондаренко М.П., Безнебева А.М., Ильченко А.А. // Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгафта. 2021. № 10 (200). С. 37-41.

7. Социальное партнерство в российских корпорациях / Колесникова М.П. // монография - Волгоград, 2006.- 132 с.

8. Трипартизм в развитии спортивной индустрии: мотивы, желания и результаты / Колесникова Д.В., Бондаренко М.П., Безнебева А.М., Люсова О.В., Яковлев А.С. // Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгафта. 2021. № 4 (194). С. 196-200.

УДК 796.072.2(471.45)

**АНАЛИЗ ДОСТИЖЕНИЙ ВОЛГОГРАДСКОЙ ОБЛАСТИ В РАМКАХ
РЕАЛИЗАЦИИ СТРАТЕГИИ РАЗВИТИЯ СПОРТИВНОЙ ИНДУСТРИИ ДО
2035 ГОДА**

*Воронкова А. А., магистрант,
Зубарев Ю.А., д.п.н., профессор,
Волгоградская государственная академия физической культуры,
Волгоград, Россия*

Статья посвящена направлениям развития индустрии спорта в Волгоградской области. Теоретической основой исследования послужили нормативные документы по развитию индустрии спорта, эмпирической базой исследования – статистические данные. В работе были использованы следующие методы исследования: системный подход, анализ законодательной базы и информационных источников, графический метод. Авторы анализируют Стратегию развития спортивной индустрии до 2035 года в России, а также тенденцию развития индустрии спорта. В статье оценивается фактическое состояние спортивной индустрии в Волгоградской области. Авторы акцентируют внимание на проблемах развития спортивной индустрии в регионе и предлагают пути решения данных проблем.

Ключевые слова: индустрия спорта, физическая культура, спорт, умные спортивные площадки, финансирование.

**ANALYSIS OF THE ACHIEVEMENTS OF THE VOLGOGRAD REGION IN
THE FRAMEWORK OF THE STRATEGY FOR THE DEVELOPMENT OF THE
SPORTS INDUSTRY UNTIL 2035**

*Voronkova A. A., undergraduate,
Zubarev Yu.A., Grand PhD, Professor,
Volgograd State Academy of Physical Education,
Volgograd, Russia*

The article is devoted to the directions of development of the sports industry in the Volgograd region. The theoretical basis of the study was the regulatory documents on the development of the sports industry, the empirical basis of the study was statistical data. The

following research methods were used in the work: a systematic approach, analysis, graphical method. The authors analyze the Strategy for the development of the sports industry until 2035 in Russia, as well as the Strategy for the socio-economic development of the Volgograd region in terms of the development of the sphere of physical Education and sports. The article assesses the actual state of the sports industry in the Volgograd region. The authors focus on the problems of the development of the sports industry in the region and offer ways to solve these problems.

Keywords: sports industry, physical Education, sports, smart sports grounds, financing.

Актуальность. Как известно, спорт не только укрепляет здоровье человека, улучшая показатели его физического развития, но также является оптимальным способом борьбы с асоциальным поведением и вредными привычками, особенно в молодежной среде. Поэтому финансовые затраты на массовые спортивные практики окупаются заметным снижением материальных потерь из-за нетрудоспособности населения, связанным с высокой заболеваемостью, алкоголизмом и наркоманией. В большинстве развитых стран мира физическая культура и спорт приобретают все большую популярность, поэтому спортивная индустрия превращается в приоритетное направление социальной политики ряда государств. Россия в этом плане не является исключением, но пока еще отстает от ряда ведущих мировых держав в области пропаганды спорта и стратегии развития спортивной индустрии. Вместе с тем, правительство реально оценивает положение дел в сфере физической культуры и спорта и предпринимает меры для преодоления существующих проблем. В июне 2019 г Правительство РФ приняло Стратегию развития спортивной индустрии, закрепляющей необходимость создания условий, обеспечивающих доступность спортивной инфраструктуры для всех граждан страны, желающих заниматься спортом. Стратегия предусматривает развитие спортивной индустрии по всем направлениям, включающим как профессиональный спорт, так и массовый, начиная с детских садов и школ, и заканчивая лицами зрелого и пожилого возраста, которые стремятся поддержать хорошую спортивную форму. По ряду причин в разных регионах страны сфера физической культуры и спорта развивается неодинаково – существуют области с хорошо развитой спортивной инфраструктурой, а также регионы с неудовлетворительно развитой сферой физической культуры и спорта. Поэтому анализ состояния индустрии спорта в отдельных регионах нашей страны представляется актуальным.

Цель исследования: анализ фактического состояния спортивной индустрии в Волгоградской области.

Методы исследования: системный подход, анализ законодательной базы и информационных источников, графический метод.

Результаты исследования. В июне 2019 года было опубликовано распоряжение Правительства РФ № 1188-р «Об утверждении Стратегии развития спортивной индустрии до 2035 года», в котором зафиксированы следующие перспективные направления развития индустрии спорта в России на ближайшие 10-12 лет [1]:

- увеличение на российском рынке спортивных товаров и услуг доли отечественных компаний;
- рост производственного потенциала предприятий, выпускающих спортивные товары в России;
- обеспечение устойчивого финансирования деятельности предприятий, выпускающих спортивные товары, а также разработка программ повышения эффективности деятельности таких предприятий;

- осуществление мониторинга финансовой деятельности компаний, функционирующих на рынке спортивных товаров и услуг;- обеспечение технического перевооружения предприятий, выпускающих спортивные товары в России;

- активное внедрение новых технологий в производственный процесс деятельности компаний, функционирующих на рынке спортивных товаров и услуг.

Достижение всех вышеперечисленных перспектив во многом определяется влиянием следующих факторов:

- «формирование типовых подходов при реализации государственных закупок спортивного инвентаря и оборудования» [1];

- обеспечение возможности производства оборудования, комплектующих деталей и прочих материалов, необходимых для производства спортивных товаров, на предприятиях военной промышленности с целью исключения их закупки у иностранных государств;

- разработка и реализация государственных и муниципальных программ, способствующих расширению рынков сбыта спортивных товаров и увеличению категорий потребителей спортивных товаров;

- «повышение инновационной активности российских предприятий спортивной индустрии за счет создания центров (программ) промышленного дизайна, в том числе на основе государственно-частного партнерства. Эти центры могут быть созданы при крупных разработчиках спортивной продукции и в рамках технологической платформы и кластера в спортивной индустрии» [1];

- развитие патентно-лицензионной деятельности отечественных предприятий, что будет способствовать росту сбыта инновационных продуктов в сфере спортивной индустрии;

- функционирование промышленных технологических платформ и производство на их основе отдельных групп спортивных товаров;

- принятие мер по повышению эффективности производственного процесса на предприятиях спортивной индустрии.

В Законе Волгоградской области от 28.12.2021 № 134-ОД «О Стратегии социально-экономического развития Волгоградской области до 2030 года» сформулированы основные показатели, которые планируется достичь при реализации общей стратегии развития региона. Одним из таких целевых показателей является доля жителей региона в возрасте от 3-х до 79-ти лет, регулярно занимающихся физической культурой и спортом. На рисунке 1 представлена динамика целевых значений данного показателя по Волгоградской области.

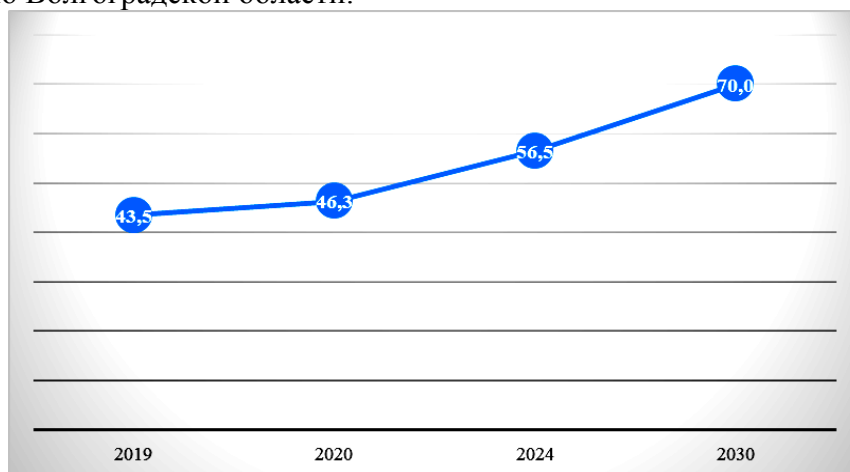


Рисунок 1. Динамика целевых значений доли жителей Волгоградской области в возрасте от 3-х до 79-ти лет, регулярно занимающихся физической культурой и спортом, в общей численности жителей региона, % [2].

Как мы видим из рисунка 1, доля жителей Волгоградской области, активно занимающихся физической культурой и спортом, в соответствии со Стратегией развития региона должна увеличиться с 43,5 % в 2019 году до 70,0 % к 2030 году. Целевое значение анализируемого показателя в 2024 году уставлено в размере 56,5 %. По данным информационного портала «Волгоград-ТРВ» в марте 2023 года доля населения Волгоградской области, занимающегося на постоянной основе физической культурой и спортом, достигла 53 % в общей численности жителей Волгоградской области [3]. Таким образом, регион постепенно приближается к целевому ориентиру 2024 года – 56,5 %.

Заметим, что еще относительно недавно, в 2016-2019 годы, значения анализируемого показателя составляли 31,4–34,8 % (рис. 2), это меньше, чем, например, в Ростовской области или в общем по России.

В целом, на портале «Волгоград-ТРВ» отмечается, что в Волгоградской области растет популярность здорового образа жизни, в том числе спортивного. «На сегодняшний день в Волгоградской области физкультурой занимаются 1 180 231 человек, из них 374 596 детей в возрасте до 18 лет. В регионе активно функционируют 80 учреждений подготовки спортивного резерва по олимпийским и неолимпийским видам спорта. В Волгоградской области в общей сложности развиваются более 90 различных видов спорта, работает 87 аккредитованных спортивных федераций и ассоциаций» [3].

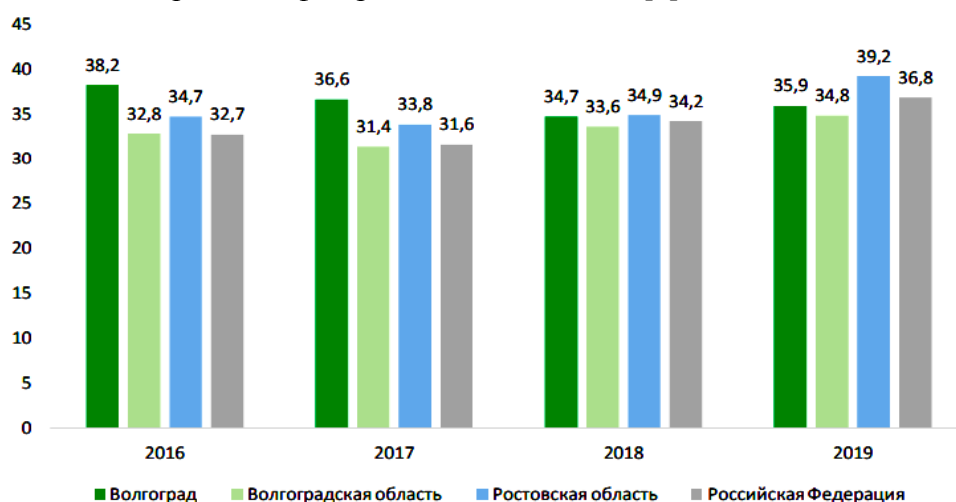


Рисунок 2. Доля населения, активно занимающаяся физической культурой и спортом, в общей численности населения, % [4].

Отметим, что в Стратегии развития Волгоградской области поставлена конкретная задача: создание для жителей региона условий, необходимых для занятий физической культурой и спортом. Речь идет о следующих условиях:

- проектирование, строительство, реконструкция и модернизация объектов на территории Волгоградской области, позволяющих жителям региона регулярно заниматься физической культурой и спортом (спортивные стадионы и площадки, в том числе умные спортивные площадки, спортивные и физкультурно-оздоровительные комплексы, плавательные бассейны);

- «развитие физической культуры, массового и детского спорта, в том числе проведение физкультурных и спортивных мероприятий, информационное обеспечение сферы физической культуры и спорта в Волгоградской области, обеспечение участия сборных и иных команд, спортсменов и иных участников, представляющих Волгоградскую область, в межрегиональных, всероссийских физкультурных мероприятиях и спортивных мероприятиях по видам спорта в соответствии с календарными планами официальных физкультурных и спортивных мероприятий» [2];

- «развитие спорта высших достижений и подготовка спортивного резерва, в том числе по адаптивным видам спорта (государственная поддержка спорта, а также

спортивных организаций, осуществляющих подготовку спортивного резерва для спортивных сборных команд, в том числе спортивных сборных команд Российской Федерации» [2];

- предоставление возможности социально ориентированным некоммерческим организациям предоставлять свои услуги в сфере физической культуры и спорта в рамках региональных программ;

- реализация Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне»;

- решение проблемы по обеспечению кадровыми ресурсами отрасли спортивной индустрии.

Заметим, что в Волгоградской области за период с 2014 года по настоящее время введено в эксплуатацию 180 новых спортивных объектов. В 2023 году в регионе должны появиться умные спортивные площадки зимнего и летнего типа [3]. Умные спортивные площадки – «это хорошо оборудованные места для занятий спортом с доступом к интернету, чтобы каждый посетитель мог выстроить индивидуальную тренировку и следить за правильностью выполнения упражнений» [5]. На такие инновационные спортивные площадки смогут приходить жители Волгоградской области любого возраста и уровня спортивной подготовки. Умные спортивные площадки будут давать возможность использовать мультимедийные системы для построения правильных и эффективных тренировок. Предполагается расположить возле спортивных снарядов коды, отсканировав которые можно будет получить видеoinструкцию о возможностях тренировок на том или ином спортивном снаряде. Кроме того, ожидается внедрение на умных спортивных площадках ряда возможностей, которые будут способствовать развитию спортивной индустрии в Волгоградской области. Например, начисление бонусов за тренировки на умных спортивных площадках. Полученные бонусы в дальнейшем можно будет списывать при приобретении спортивных товаров в специализированных магазинах, гипермаркетах и супермаркетах.

На рисунке 3 перечислены достижения Волгоградской области в сфере физической культуры и спорта, которые уже имеются в рамках реализации Стратегии развития региона.

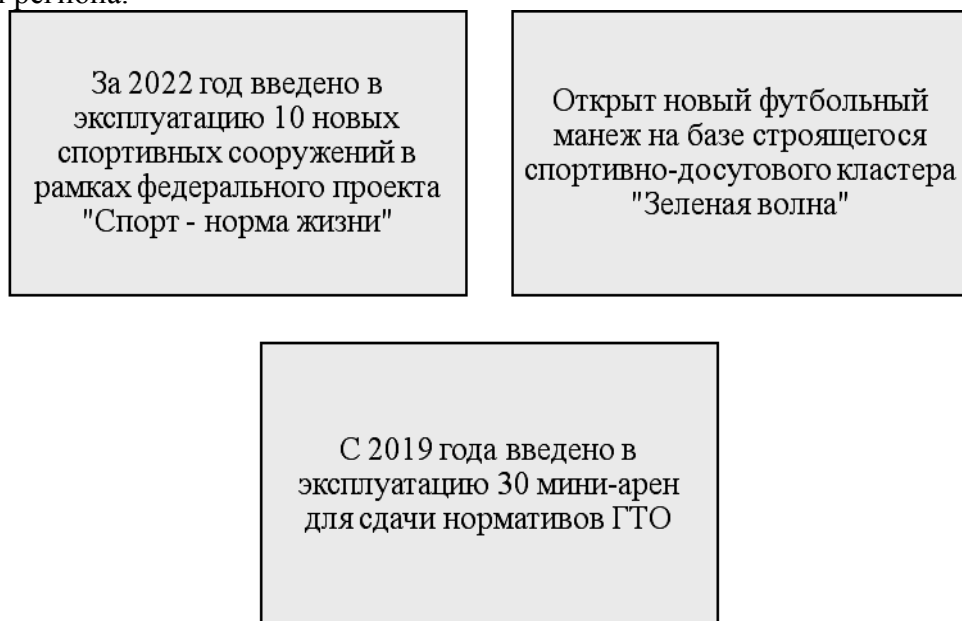


Рисунок 3. Достижения Волгоградской области в сфере физической культуры и спорта в рамках реализации Стратегии развития региона [6].

В настоящее время существуют некоторые проблемы развития индустрии спорта в Волгоградской области. К ним можно отнести:

- недостаточное бюджетное финансирование сферы физической культуры и спорта. Данная сфера имеет высокую зависимость от государственных источников финансирования [7]. Речь идет не только о выделении бюджетных средств на строительство, реконструкцию и модернизацию спортивных объектов, но и на их текущий ремонт, оснащение спортивным инвентарем и оборудованием. При нехватке бюджетного финансирования становится актуальным привлечение частных инвестиций;

- недостаточная единовременная пропускная способность объектов спорта;

- недостаточное количество спортивных сооружений;

- недостаточное кадровое обеспечение сферы физической культуры и спорта.

Данная проблема возникла во многом вследствие относительно низкого уровня заработной платы работников спортивной индустрии.

Решение перечисленных выше проблем нам видится в активной пропаганде здорового образа жизни среди населения Волгоградской области, что будет способствовать увеличению спроса на спортивные товары и услуги. Спрос, в свою очередь, вызовет рост деловой активности, выражающийся в увеличении частных инвестиций и создании новых рабочих мест. Все это будет способствовать повышению престижа работы и развития в сфере спортивной индустрии, росту общего уровня заработных плат и доходов в данной сфере.

Заключение. Несмотря на существовавшее еще в 2019 году отставание в целевых показателях развития сферы физической культуры и спорта, доля населения Волгоградской области, регулярно занимающаяся спортом, в настоящее время постепенно увеличивается и приближается к целевому ориентиру 2024 года, сформулированному в законе Волгоградской области от 28.12.2021 № 134-ОД «О стратегии социально-экономического развития Волгоградской области до 2030 года». Несмотря на очевидные достижения последних лет, в развитии индустрии спорта Волгоградского региона имеются очевидные проблемы, связанные как с недостаточной пропускной способностью объектов спорта, так и с недостаточным кадровым обеспечением указанной сферы вследствие низкого уровня заработной платы. Указанные проблемы можно решить, увеличив финансирование сферы физической культуры и спорта из внебюджетных источников, используя рычаги материального (льготное налогообложение и др.) и морального стимулирования для привлечения частных инвесторов.

Библиографический список:

1. Распоряжение Правительства РФ от 03.06.2019 № 1188-р «Об утверждении Стратегии развития спортивной индустрии до 2035 года» [Электронный ресурс]. URL: http://www.consultant.ru/document/cons_doc_LAW_326728/49a27d8a361400f7f4bbe597b4d68882e35ce195/ (Дата обращения: 01.04.2023)

2. Закон Волгоградской области от 28.12.2021 № 134-ОД «О Стратегии социально-экономического развития Волгоградской области до 2030 года» [Электронный ресурс]. URL: <https://investvolga.volgograd.ru/dok-investport/> (Дата обращения: 01.04.2023)

3. В Волгоградской области растет популярность спортивного образа жизни [Электронный ресурс]. URL: <https://volgograd-trv.ru/news/sport/73930-v-volgogradskoj-oblasti-rastet-populjarnost-sportivnogo-obraza-zhizni.html> (Дата обращения: 01.04.2023)

4. Воробьева, Е.Е. Проблемы и перспективы реализации муниципальной политики в сфере физической культуры и спорта в городе Волгограде / Е.Е. Воробьева // Европейские научные исследования: сборник статей V Международной научно-практической конференции, 2020. С. 235-237.

5. Что такое «умные» спортплощадки и зачем они нужны южноуральцам [Электронный ресурс]. URL: https://polit74.ru/Education-i-sport/chto_takoe_umnye_sportploshchadki_i_zachem_oni_nuzhny_yuzhnouraltsam/ (Дата обращения: 02.04.2023)

6. Национальные проекты России. Что стоит за этим знаком? [Электронный ресурс]. URL: https://sport.volgoograd.ru/vo-project/news/?ELEMENT_ID=454253 (Дата обращения: 02.04.2023)

7. Бобровский, Е.А. Финансирование физической культуры и спорта в условиях пандемии / Е.А. Бобровский // Азимут научных исследований: экономика и управление. – 2021. – Т. 10. № 3 (36). – С. 71-74.

ВЛИЯНИЕ МЕЖДУНАРОДНЫХ ОРГАНИЗАЦИЙ НА СИСТЕМУ УПРАВЛЕНИЯ СПОРТИВНОЙ ИНДУСТРИЕЙ

*Горбачева В.В., к.п.н.,
Волгоградская государственная академия физической культуры,
Волгоград, Россия*

В статье представлен анализ спортивной индустрии и ее основных элементов. В соответствии с Федеральными программами, которые направлены на оздоровлении нации, вопросы формирования, обновления и поддержания в рабочем состоянии спортивных объектов России, формирующих спортивную индустрию, является актуальным. Именно спортивные объекты, вместе со спортивными организациями различных форм собственности призваны реализовывать не только пункты программы правительства, но и в первую очередь удовлетворять спортивные интересы и потребности главных потребителей: спортсменов, любителей и просто граждан. Так же в статье рассмотрена роль международных организаций в развитии современной спортивной индустрии. Проанализирована организационная инфраструктура спортивной индустрии.

КЛЮЧЕВЫЕ СЛОВА: спорт, маркетинг в спорте, индустрия спорта, спортивные услуги.

MODERN SPORTS INDUSTRY AND THE INFLUENCE OF INTERNATIONAL ORGANIZATIONS ON IT

*Gorbacheva V.V., PhD, Associate Professor of the Department,
Volgograd State Physical Education Academy,
Volgograd, Russia*

The article presents an analysis of the sports industry and its main elements. In accordance with Federal programs aimed at improving the health of the nation, the issues of formation, renovation and maintenance of sports facilities in Russia that form the sports industry are relevant. It is sports facilities, together with sports organizations of various forms of ownership, that are called upon to implement not only the points of the government's program, but also, first of all, to satisfy the sports interests and needs of the main consumers: athletes, amateurs and ordinary citizens. The article also examines the role of international organizations in the development of the modern sports industry. The organizational infrastructure of the sports industry is analyzed.

Keywords: sports, marketing in sports, sports industry, sports services.

Развитие рыночных отношений в индустрии спорта ставит много вопросов [4]. Решение которых затрагивает всех участников. Рынок спортивной индустрии, обладая современными и доступными по цене объектами, оборудованием, товарами и услугами,

и играет важную роль в развитии физического воспитания и массового спорта. Рынок современной спортивной индустрии обычно делится на несколько частей. Первый предоставляет наиболее динамичным и надежным покупателям богатые финансовые ресурсы с широким ассортиментом современных спортивных товаров, спортивной одежды и обуви 70-80% розничного рынка спорттоваров.

Эти лидеры рынка используют франчайзинговые магазины, чтобы формировать потребительскую культуру на рынке спортивной одежды и приносить богатым людям западные бренды. Учитывая текущее состояние отечественной спортивной индустрии, российские ритейлеры занимают очень небольшую долю на полках спортивных супермаркетов.

Вторая категория потребителей спортивных товаров - это любители спорта и потребители, которые хотят заниматься спортом при определенных условиях, но из-за своего богатства производители не могут приобретать товары за плату от рекламных брендов. В то же время о покупке брюк и кроссовок все меньше и меньше говорят. В первую очередь, такие граждане занимаются спортом, потому что покупают или используют качественные спортивные товары (коньки, сноуборды, велосипеды, роликовые коньки и т. д.). И посещают спортивные сооружения катки, бассейны, тренажерный зал и так далее. Как показывает практика, выбрать оптимальный вариант довольно сложно [3].

Частично этот вопрос можно решить, подписав договор аренды. Нужна господдержка, особенно в строительстве и эксплуатации комфортных детских площадок и других спортивных сооружений [5]. Система занимает большую площадь и подключена к сети отопления и электроснабжения, что делает ее непригодной для использования на предприятии. В результате мы предлагаем глобальный опыт в области грантов, поддержки и поддержки, а также организаций, которые играют социально важную роль в привлечении бедных в спорт.

Третья сфера рынка спортивной индустрии - это корпоративный банкинг, представленный государственными и негосударственными организациями, включая общеобразовательные и спортивные школы, общеобразовательные команды и спортивные школы, представляющие профессиональные и развлекательные виды спорта для семейных групп городское правительство решило, что большая часть средств на приобретение спортивных товаров и оборудования для этих групп будет выплачиваться по государственному заказу. Современная глобальная мировая индустрия - это институт рыночной экономики [2]. Развитие спортивной индустрии включает потенциал трудоспособного населения. Все это только подчеркивает актуальность данной темы и необходимость ее постоянного изучения.

Наша цель рассмотреть основные особенности спортивной индустрии в современном рыночном обществе.

Все виды спорта можно условно подразделить на популярные и не очень популярные. Все хотят попасть в большой спорт и оказаться на экранах, билбордах, в новостях, в связи с чем многие выбирают популярные виды спорта, в которых к главным соревнованиям приходит большое количество спортсменов, но остаются в итоге единицы [8]. Популярные виды спорта чаще всего используются для организации спортивных мероприятий (занятий для сотрудников) в различных компаниях (фирмах, организация), деятельность которых ни как со спортом не связана. Все это говорит об основных целях компании в области спорта и здравоохранения, поддержания здоровья нации. Как государственные, так и частные спортивные организации предоставляют эти услуги миллионам людей, ищущих здорового образа жизни.

В России подобный рынок формируют различные организации: спортивные, развлекательные, залы, фитнес-клубы и т.д. Фитнес-клуб не далеко от работы стал забавным и удобным способом убить время во время обеденного перерыва, что привлекает и восхищает многих. Для успешного функционирования спортивной

организации, как и любой другой, работающей в сфере услуг, необходимо сформировать в сознании потенциальных потребителей определенный образ, четко отвечающий на основные вопросы потребителя: что даст мне данная организация и как она может удовлетворить мои потребности [6]. Как пример - проведение обеденного перерыва в тренажерном зале, на йоге или пилатесе активно поддерживается и поощряется работодателями. В интерпретации российского национального фитнес-сообщества термин фитнес относится к физическим упражнениям, предоставляемым как услуга с участием профессионалов, использующих специальное оборудование.

Однако, розничные продавцы спортивных товаров и другие компании фитнес-индустрии в спортивной индустрии работают в суровых рыночных условиях и вынуждены предлагать конкурентоспособные услуги, повышая эффективность управления и маркетинга своей сферы.

Другим элементом спортивной индустрии выступают массивные спортивные сооружения. Современные стадионы не только внесли важный вклад в эффективную подготовку спортсменов, но и отстаивают требования к высокой производительности, которые крайне необходимы спортсменам и болельщикам [1]. Наиболее важно обеспечить строительство и ремонт стадиона. Их положение на карте. Транспортную доступность. А главное перед его строительством провести расширенное маркетинговое исследование, которое будет отражать реальную потребность и заинтересованность основных потребителей спортивных услуг в данном спортивном объекте. Все это значительно облегчит развитие рынка спортивных услуг.

Услуги по развитию массового спорта и рыночные условия зависят от количества необходимых стадионов, ледовых арен, бассейнов, фитнес-центров и хорошо оборудованных горнолыжных курортов. Таким образом, рынок спортивных услуг является из важнейших элементов современной спортивной индустрии.

Если рассматривать пополнение бюджета, то основной доход по статье «Спортивная деятельности и спортивные объекты» поступает от клубов, групп, федераций, частных площадок, стадионов, катков, бассейнов и многого другого. Организаторы развлекательных, образовательных, рекламных и других крупных мероприятий для спортивных организаций находятся в постоянном поиске новых вариантов для удовлетворения растущего спроса на спортивные услуги. В рыночных условиях, не имея стабильного финансирования из бюджета, не имея дополнительных источников дохода, не связанных с основным видом деятельности выжить крайне сложно. Поэтому в некоторых случаях спортивные сооружения могут предлагать аренду своих помещений под рестораны, музеи, магазины и небольшие клубы здоровья. Крайне мало спортивных объектов, которые могут выжить без помощи арендаторов.

Чтобы максимально использовать возможности рынка, в спортивных сооружениях можно проводить спортивные мероприятия, развлекательные мероприятия (рождественские елки, детские праздники, городские вечеринки) или деловые мероприятия (встречи, семинары). Так же, нельзя забывать, что любой крупный да и не очень крупный спортивный объект являются очень коммуникативной и эффективной рекламной площадкой. Доход от рекламы также можно использовать как часть для пополнения бюджета организации.

Индустрия спорта, используя экономические рычаги развития, позволяет оказывать влияние на оздоровление всей нации [7]. Организационная инфраструктура спортивной индустрии включает различные формы совместных организаций, таких как Международный олимпийский комитет, спортивные федерации и их ассоциации, а также профсоюзы. Они выполняют функции по организации и развитию спорта (разработка правил, развитие международного сотрудничества и т. д.).

Этот элемент спортивной индустрии возник как естественная реакция на развитие спорта в XIX веке. Увеличение числа спортсменов и болельщиков привело к появлению организаций, которые могут лучше удовлетворить их потребности -

крупных клубов, ассоциаций и лиг. Создание Международного олимпийского комитета в 1894 году было очень важным. После этого появились спортивные защитники (федерации и ассоциации), производители и дистрибьюторы спортивных товаров (WFSGI), спортивные журналисты (AIPS), массовый спорт, развивающий спорт (TAFISA), спортивные юристы (IASL), антидопинговые эксперты (WADA), Спортивные организации (FISU) и др.

В современной спортивной индустрии только международные организации могут эффективно проводить спортивные соревнования и тренировки.

Маркетинговая инфраструктура, обеспечивающая информационную поддержку спортивных и промышленных групп находится в постоянном движении и обновлении, стадия роста не останавливается. На рубеже веков самые известные аналитические маркетинговые и консалтинговые агентства сосредоточились на спорте. Сегодня в центре внимания исследователей находятся KPMG, Deloitte, Ernst & Young, PricewaterhouseCoopers, GFK, Mintel, Nielsen, Statista и другие. Самый популярный опрос - Deloitte Football Money League, годовой отчет о доходах ведущих футбольных клубов.

Компонентом маркетинговой инфраструктуры являются агентства спортивного маркетинга, такие как IMG 16W Marketing и GMR, которые могут обслуживать широкий круг бизнес-клиентов. Они рассматривают вопросы спонсорства, брендинга, управление карьерой спортсменов, маркетинговый консалтинг, маркетинг знаменитостей, спортивные и маркетинговые мероприятия и многое другое.

Спортивный менеджмент и маркетинговые технологии постоянно используют в своей деятельности результаты исследований. Помимо университетов, научно-исследовательскую деятельность проводят также крупные компании, производящие инновационное спортивное оборудование. Инфраструктура коммуникаций включает СМИ, которые создают информационные продукты и привлекают спонсоров спорта. Есть много типов медиа. Печатные СМИ (газеты и журналы), эфирное, спутниковое и кабельное телевидение, спортивные каналы, радиостанции, интернет-сайты, информационные порталы. Эксперты и репортеры - неотъемлемая часть современного спорта, в том числе настоящие звезды и легенды. Информационная продукция чаще всего представлена в виде спортивных мероприятий и соревнований, транслируемых по телевидению. На смену популярным сегодня гаджетам и СМИ стремительно приходят интернет-компании. Все это произвело революцию в структуре рекламы.

Совершенно иная роль самих средств информации (СМИ). Спортсмены, клубы и лиги теперь могут напрямую общаться со своими болельщиками и клиентами через свои веб-сайты и учетные записи в социальных сетях. Кроме того, распространение информационных технологий создало новых зрителей и блогов. Некоторые из этих подписчиков выходят за рамки зарегистрированной аудитории СМИ.

За последние десять лет в спортивной индустрии появились различные системы тренировок. Например, некоторые общественные университеты предлагают курсы, связанные с высшим образованием, переподготовкой и непрерывным образованием. Центр подготовки волонтеров и Российский международный олимпийский университет были созданы для проведения Олимпийских игр в Сочи.

Примером рыночной модели для спортивной индустрии является возможность представлять спортивную организацию сразу на нескольких рынках. В результате производитель спортивной одежды и обуви ASICS спонсирует команды и спортсменов, проводит регулярные соревнования и выполняет свою миссию на мировом рынке спортивных товаров.

Помимо создания спортивных мероприятий (семейных матчей и турниров) футбольный клуб «Аякс» в Амстердаме продает в магазинах сувениры и приспособления для создания собственных информационных продуктов.

В заключении хотелось бы отметить, что рыночная модель спортивной индустрии должна быть дополнена государственным участием. Во многих странах, в

том числе в России, спортивная индустрия имеет свои сильные стороны. Важная часть спортивной индустрии. Сюда входят ресурсы на рынке спортивных товаров, включая спортивные товары и, в некоторой степени, спортивные услуги.

Государственный бюджет не зависит от мощи страны. Однако, хотя страну следует рассматривать как важного участника всех рассматриваемых рынков, страна должна воссоздать свое развитие и не допускать, чтобы спортивная индустрия создавала бюрократические препятствия. Есть предпосылка, что это невозможно. Необходимое сочетание двух профессиональных бизнес-услуг, любимых миллионами людей, которые помогают создавать привлекательные социальные объекты и пропагандировать здоровый образ жизни.

Сложность и разнообразие спортивной индустрии требует внимания к другим отраслям, таким как здравоохранение, туризм, легкая промышленность, красота, строительство, промышленность и система образования. Основываясь на описанных здесь тенденциях, мы рассмотрели основные факторы, влияющие на рынок спортивных услуг. Понимание его структуры, содержания и деталей поможет вам проводить эффективную маркетинговую деятельность. За получение лучших результатов от занятий спортом, клиенты готовы платить – это удивительное социальное явление нашего времени.

Библиографический список:

1. Галкин, В.В., Сысоев, В.И. Экономика физической культуры и спорта. Учебное пособие для высших и средних профессиональных учебных заведений физической культуры. Воронеж, 2014. - 213 с.
2. Галкин, В.В. Экономика и управление физической культурой и спортом .Учебное пособие для вузов ;Ростов на Дону: Феникс 2006. -14 с.
3. Головлева, Е. Л. «Основы рекламы». Главбух. 2008 . - 153 с.
4. Горбачева В.В. Инновационные подходы в развитии связей с общественностью в сфере физической культуры и спорта: учебное пособие. – Волгоград, ФГБОУ ВО «ВГАФК», 2021. – 105 с.
5. Исаенко, Е.В. «Организация и планирование рекламной деятельности». ЮНИТИ-ДАНА . 2012. - 84 с.
6. Катернюк, А. В. «Современные рекламные технологии» Коммерческая реклама. Ростов-на-Дону; Феникс 2011. - 320 с.
7. Кутепов, М.В, Жолобова, Ю.В. Спонсорство зрелищных мероприятий как наиболее эффективный способ позиционирования бренда. «Маркетинговые коммуникации». 2012. - 9-10 с.
8. Кузин, В.В., Золотов, М.И. Менеджмент и маркетинг в спорте: Краткий словарь-справочник «Союз менеджеров» Школа спортивного бизнеса . 2011.- 112 с.
9. Мухин, В.Г. «Социально-экономическая и педагогическая направленность рекламной деятельности в сфере физической культуры и спорта». – Воронеж, 2015. - 150 с.

ОСОБЕННОСТИ ФОРМИРОВАНИЯ СИСТЕМЫ ДОКУМЕНТАЦИОННОГО ОБЕСПЕЧЕНИЯ УПРАВЛЕНЧЕСКОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ В СФЕРЕ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА

*Горбачева В.В., к.п.н.,
Волгоградская государственная академия физической культуры,
Волгоград, Россия,
Сейсенбеков Е.К., к.п.н., КазНПУ им. Абая,
Алматы, Казахстан*

В данной статье анализируются основные требования, предъявляемые к работе спортивных управленцев с документацией. Обосновывается актуальность проблемы, рассматриваются основные документы, их влияние на построение работы эффективной системы менеджмента качества, раскрываются основные требования к документации. Авторами анализируются уровни документообеспечения физкультурно-спортивной организации, рассматривается документ как средство материализации информации, закрепления ее в пространстве и во времени. В статье учитывается отставание темпов научно-технического прогресса от темпов нарастания потоков информации вообще и управленческой информации в частности. При разработке документа определяется состав процессов, формулируются ожидаемые результаты, предлагаются меры для увеличения эффективности действия этих процессов, рассматриваются возможные направления развития, изучаются возможные корректирующие воздействия.

Ключевые слова: документы, спортивный менеджмент, документооборот, документообеспечение спортивной деятельности.

THE ROLE OF DOCUMENTATION SUPPORT OF MANAGEMENT ACTIVITIES IN THE FIELD OF PHYSICAL EDUCATION AND SPORT

*Gorbacheva V.V., PhD, Associate Professor of the Department,
Volgograd State Physical Education Academy, Volgograd, Russia,
Seisenbekov E.K., PhD, KazNPU named after Abay,
Almaty, Kazakhstan,*

This article analyzes the main requirements for the work of sports managers with documentation. The relevance of the problem is substantiated, the main documents are considered, their influence on the construction of an effective quality management system, the main requirements for documentation are revealed. The authors analyze the levels of document support of a physical Education and sports organization, consider the document as a means of materializing information, fixing it in space and time. The article takes into account the lag in the pace of scientific and technological progress from the growth rate of information flows in general and management information in particular. During the development of the document, the composition of the processes is determined, the expected results are formulated, measures are proposed to increase the efficiency of these processes, possible directions for development are considered, and possible corrective actions are studied.

Keywords: documents, sports management, workflow, document support of sports activities.

Актуальность исследования. Качество физкультурно-спортивных услуг является одним из основных факторов успешного существования физкультурно-спортивной организации, обеспечивающих стабильное положение на рынке, высокие объёмы продаж и узнаваемость среди потенциальных и реальных потребителей. Ответственный подход к обеспечению качества предоставляемых услуг может стать наибольшим вкладом в конкурентоспособность организации.

Учитывая особенности реализации физкультурно-спортивных услуг на рынке, которые заключаются в специфичных свойствах (неосязаемость, несохраняемость, непостоянство качества и неотделимость процессов потребления и его оказания) можно сделать вывод, что процесс обеспечения качества в спортивной сфере для каждого продукта или услуги носит различный характер.

Таким образом, актуальным становится вопрос разработки стандартов, помогающих повысить общий результат управленческой деятельности спортивной организации.

Выявление основных требований к документации, используемой в работе спортивного менеджмента, является актуальной проблемой нашего времени. Для руководителей физкультурно-спортивных организаций важно знать все требования, предъявляемые к документации, чтобы предприятие корректно функционировало, а все производственные процессы соответствовали стандартам Российской Федерации. Соблюдение стандартов — это обязанность каждой организации, функционирующей на территории РФ [2]. Без соблюдения требований к документации организация не сможет выполнять свою прямую функцию.

Менеджмент — это сложный процесс управления организации. Спортивный управленец занимается организацией не только трудового коллектива, но и всех аспектов рабочего процесса: он управляет всеми звеньями, следит за успешным выполнением работы и составляет антикризисную политику организации, вносит своевременные коррективы для достижения целей и выполнения задач предприятия. Менеджмент как система предоставляет собой совокупность взаимосвязанных элементов рабочего процесса, каждый из которых зависит от работы другого звена организации. Стандарт качества в работе менеджера содержится в разнообразных группах документов [1,3].

Нами было проведено исследование комплекса документации спортивного руководителя в системе управления организацией и рассмотрено её значение в построении эффективной системы менеджмента качества.

Объект исследования — основные требования к документации в работе спортивного менеджера.

Важным аспектом управленческой деятельности является четкое ведение документооборота на предприятии. Для правильного функционирования и оптимизации в системе менеджмента качества необходимо иметь представление о требованиях, предъявляемых к документации. В зависимости от вида документа в нём могут содержаться основные требования к товарам и услугам, выпускаемых организацией. Менеджер должен следить за соблюдением всех требований, управлять работой основываясь на стандартах качества и следить за выполнением этих стандартов других работников организации.

Документация системы менеджмента качества — это документы, которые определяют построение, функционирование и совершенствование системы обеспечения стабильного функционирования финансово-хозяйственной деятельности организации.

Существует несколько групп документов [4]:

- предписывающие документы, которые описывают план и порядок выполнения деятельности или процесса, либо содержат требования к продукции или технологии ее изготовления, испытания, контроля;

- подтверждающие документы, показывающие степень выполнения установленных требований.

Эффективно работающая система менеджмента качества содержит несколько уровней документации. Вся совокупность документов предприятия может делиться на следующие группы [9]:

- основные внутренние документы, регламентирующие политику в области качества, руководство по качеству, планы качества, документированные процедуры, записи по качеству, организационно-распорядительная документация;

- вспомогательные внутренние документы: рабочие инструкции, технологические и нормативные документы;

- документы внешнего происхождения: государственные и отраслевые стандарты, руководящие документы, нормативная и технологическая документация внешнего происхождения.

Система менеджмента качества призвана обеспечить стабильно высокое качество выпускаемого продукта или предоставляемой услуги. В задачу системы менеджмента качества входит повышение уровня удовлетворенности потребителя за

счет мониторинга особенностей спроса и показателей деятельности конкурентов и отслеживания современных тенденций на рынке услуг. Эта система позволяет эффективно использовать имеющиеся ресурсы, избегать возможных рисков и оптимизировать деятельность предприятия в целом [5,8].

Кроме того, ведение документации дает возможность сбора информации о деятельности организации, сохранять её с целью дальнейшего анализа статистических данных. Этот способ помогает следить за ситуацией на производстве и, основываясь на них в дальнейшем, принимать правильные и взвешенные решения, направленные на развитие организации.

При внедрении системы менеджмента качества разрабатываются следующие документы [10]:

- Руководство для персонала;
- Описание используемых методик СМК;
- Документы, отражающие политику компании в отношении качества продукции;
- Технологическая документация;
- Руководящая документация, касающаяся производства;
- Программы и планы;
- Отчеты, протоколы и т.д..

Особенностями правильного составления и ведения документации является наличие возможности обучать сотрудников, которые ранее не работали в данной организации и не имеют представления о своих рабочих обязанностях. Такое отношение поможет расти и развиваться организации, не забывая про свой негативный опыт.

При разработке документа определяется состав процессов, формулируются ожидаемые результаты, предлагаются меры для увеличения эффективности действия этих процессов, рассматриваются возможные направления развития, изучаются возможные корректирующие воздействия.

Рабочие инструкции устанавливают каким образом выполняются процессы, описывают простейшие операции, представлены в виде алгоритмов и текстовых описаний. Для отражения специальных требований к отдельным операциям используются действующие технологические и инструктивно-методические документы [6,7].

Заключение.

Таким образом, данная проблема доказывает свою актуальность. Разработка документов, основываясь на требованиях и стандартах качества, является одним из главных составляющих при организации работы руководителя спортивной организации. Документация в первую очередь помогает самой управленческой деятельности организовать работу и поддерживать положительную динамику.

Таким образом, введение документации помогает организации в росте его влияния на рынке труда. Положительный имидж организации влияет на потенциальных потребителей. Потребители при выборе товаров или услуг учитывают репутацию, представляемую в СМИ, и после этого принимают решение.

Основные требования к документации в области управления спортивной организацией давно известны. Основной задачей менеджера при работе с документами является простое соблюдение этих требований.

Библиографический список:

1. Антонен В. А., Бедный Б. И. Инновационный менеджмент. Учебник и практикум для СПО. — М.: Юрайт. 2018. 304 с.
2. Винокур М. Е. Организация производства и менеджмент. Учебно-методический комплекс. — М.: Проспект. 2020. 168 с.

3. Зубарев, Ю.А. Перспективы развития менеджмента и маркетинга в сфере физической культуры и спорта / Ю.А. Зубарев, А.А. Ермолаев, Е.Е. Светличная, В.Н. Бутаков // Физическое воспитание и спортивная тренировка. – 2021. – № 3(37). – С. 123-130.

4. Казанцева Г.В. Личные документы: требования к оформлению и образцы документов. - Флинта, 2008г., 40с.

5. Маликова, М.В. Управление документацией системы менеджмента качества [Текст] / М.В. Маликова // Технологии качества жизни. – 2002. – Т.2. - № 1. – С. 45-64.

6. Размарилова, Н.И. Создание и сертификация системы менеджмента качества в библиотеке в соответствии с международным стандартом ИСО 9001:2001 / Н.И. Размарилова // Библиотечное партнерство для информационного развития : материалы VI-й Международной научно-практической конференции / под ред. Г.С. Ерохиной. – Томск : изд-во Томского ун-та, 2005. – С. 133-140.

7. Соловьева, Ю.Ю. Особенности управления персоналом в условиях выбора стратегических альтернатив / Ю.Ю. Соловьева, О.Ю. Соловьева // Интерэкспо ГЕО-Сибирь-2013. IX Междунар. науч. конгр.: Междунар. науч. конф. «Глобальные процессы в региональном измерении: опыт истории и современность»: сб. материалов в 2 т. Новосибирск: СГГА, 2013. Т. 2. С. 176-180.

8. Чуприкова, Н.Т. Роль документации системы менеджмента качества в повышении эффективности технологической деятельности библиотеки [Текст] / Н.Т. Чуприкова, Н.И. Размарилова // Информационные технологии, компьютерные системы и издательская продукция для библиотек : тез. докл. конф. – М. : ГПНТБ России, 2004. – С. 224-228.

9. ГОСТ Р ИСО 52614.2—2006 Планирование системы менеджмента качества. Требования [Текст]. - М.: Издательство стандартов, 2006. - 24 с.

УДК 796.062

ФОРМИРОВАНИЕ ПОЛОЖИТЕЛЬНОГО ИМИДЖА ВУЗА КАК НАПРАВЛЕНИЕ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ СПОРТИВНОГО МЕНЕДЖЕРА

*Горбачева В.В., к.п.н., доцент кафедры,
Волгоградская государственная академия физической культуры,
Волгоград, Россия*

Имидж является нематериальным феноменом, но имеет реальное влияние на спортивную и коммерческую деятельность организации. Основной задачей любой спортивной организации является привлечение новых заинтересованных лиц и удержание существующих клиентов путем поддержания их лояльности. Качественно сформированный имидж, обладающий позитивными атрибутами и компонентами, способен обеспечить долгосрочные отношения с потребителями. В современных условиях необходимо правильно формировать свой имидж и разрабатывать программы продвижения, основываясь на потребностях целевой аудитории, чтобы привлекать новых клиентов и удерживать уже существующих. Повышение узнаваемости и установление долгосрочных отношений с клиентами становятся ключевыми элементами успеха спортивной организации в современном бизнес-мире. В статье рассматриваются основные методы, позволяющие оценить условия создания и формирования имиджа спортивного вуза.

Ключевые слова: спортивный менеджер, физкультурный вуз, имидж вуза, имидж

USE OF MODERN RESEARCH METHODS OF UNIVERSITY IMAGE IN THE PROCESS OF A SPORTS MANAGER' ACTIVITY

*Gorbacheva V.V., PhD, Associate Professor of the Department,
Volgograd State Physical Education Academy,
Volgograd, Russia*

The image is an intangible phenomenon, but it has a real impact on the sports and commercial activities of the organization. The main task of any sports organization is to attract new stakeholders and retain existing customers by maintaining their loyalty. A well-formed image with positive attributes and components is able to ensure long-term relationships with consumers. In modern conditions, it is necessary to correctly form your image and develop promotion programs based on the needs of the target audience in order to attract new customers and retain existing ones. Raising awareness and establishing long-term relationships with clients are becoming key elements in the success of a sports organization in today's business world. The article discusses the main methods that allow assessing the conditions for creating and shaping the image of a sports university.

Keywords: sports manager, sports university, image of the university, image

Введение. Создание положительного имиджа физкультурно-спортивного вуза и его поддержание влияет не только на усиление конкурентоспособности и перспектив вуза, но и в целом на показательный уровень образования в стране, что в значительной степени влияет на престиж образования в государстве [2, 4, 7].

Актуальность исследования проблем формирования имиджа вуза обусловлена тем, что именно это направление деятельности обеспечивает расширение возможностей в освоении новых сегментов рынка, укрепление позиций и повышение конкурентных преимуществ за счет совершенствования организационной структуры [1, 3, 9].

Создание имиджа вуза следует рассматривать как необходимое условие роста потенциала современного педагогического образования, его способности к перспективному и устойчивому развитию [5, 6, 10].

Цель исследования – определить условия создания и формирования имиджа ФГБОУ ВО «ВГАФК».

Методика и организация исследования. Для достижения цели было проведено два опроса. В первом исследовании респондентам предлагалось ответить на два открытых вопроса. Во втором опросе мы использовали семантический дифференциал, где респонденты должны были оценить два вуза (классический - ФГБОУ ВО «Волгоградский государственный социально-педагогический университет» и спортивный – ФГБОУ ВО «Волгоградская государственная академия физической культуры») по шести биполярным шкалам.

Для проведения семантического дифференциала между двумя вузами по шести биполярным шкалам вам потребуется создать шкалы, состоящие из противоположных полюсов для каждого из аспектов, которые вы хотите сравнить. Вот несколько примеров биполярных шкал, которые могут быть использованы для оценки вузов:

1. Престиж:
 - Очень престижный – Непрестижный;
 - Известный – Малоизвестный;
2. Качество образования:
 - Высокое качество – Низкое качество;
 - Инновационное – Традиционное;
3. Студенческая поддержка:
 - Отличная поддержка – Плохая поддержка;
 - Внимательные преподаватели – Отсутствие внимания к студентам;
4. Исследовательская деятельность:
 - Активные исследования – Отсутствие исследований;
 - Публикации в научных журналах – Отсутствие публикаций;
5. Студенческая жизнь:
 - Богатый культурный опыт – Ограниченные возможности;
 - Активные студенческие организации – Отсутствие студенческих организаций;

6. Карьерные перспективы:

- Хорошие карьерные возможности – Ограниченные карьерные возможности;
- Высокий уровень трудоустройства – Низкий уровень трудоустройства.

Участникам опроса предлагается оценить каждый из вузов, располагая точку на шкале между противоположными полюсами в соответствии с их восприятием и представлениями о каждом аспекте. После сбора данных вы можете провести анализ и сравнение оценок между двумя вузами на каждой из шкал, чтобы выявить различия и общие тенденции в восприятии каждого аспекта.

Исследования были направлены на выявление закономерностей формирования имиджа вуза, характеристик его содержательных и структурных компонентов, особенностей восприятия и коммуникации между различными группами испытуемых.

Контент-анализ ответов позволяет узнать об отношении к выбранным вузам. Результаты исследования показали, что высшие учебные заведения классического и спортивного характера особенно не одобряют друг друга (существуют достоверные различия между количеством положительных и отрицательных высказываний студентов этих вузов друг о друге (57,6 и 83,3; $R \leq 0,01$).

Механизмы внутригруппового единства или этноцентризма проявлялись в самооценке двух вузов, которые все оценили себя выше 80% по показателю «оценка». Студенты также были склонны характеризовать вузы как «сильные» (оценка выше 80%). Межгрупповая дискриминация была и в оценке двух других вузов (балл менее 50%). Таким образом, эти опросы показали, что между оценками «нас» и «их» была существенная разница.

Выражена положительная связь между показателями мотивации на формирование имиджа вуза и престижности вуза – по коэффициенту Пирсона от 0,53 до 0,77.

С целью изучения образа идеального и реального педагогического вуза нами были проведены мини-эссе «Идеальный образ нашего вуза». Результаты констатирующего этапа исследования свидетельствовали о преобладании низкого и среднего уровней формирования имиджа академии. На первом месте стояло утверждение о том, что «образовательное учреждение всегда должно иметь хорошую репутацию и благоприятную психологическую среду». На втором месте оказалось утверждение, что «вуз должен быть современным в широком смысле этого слова, воспитывать современных профессорско-преподавательские кадры».

В рамках обучения была разработана уникальная программа под названием "Имидж-практикум". Эта программа основывается на модели формирования образа спортивного вуза и включает в себя несколько важных этапов, которые помогают студентам лучше понять и представить свой университет.

Первый этап программы, "Знание своего вуза", призван помочь студентам более глубоко познать особенности и уникальность их университета. Они изучают историю вуза, его символы, гимн и другие характеристики. Чтобы определить уровень мотивации и потребностей студентов, мы использовали методики "Потребность в общении" и "Потребность в достижении". Полученные данные позволили нам разработать конкретную стратегию для успешной реализации "Имидж-практикума".

Второй этап, "Построение положительного имиджа академии", направлен на признание студентами своего университета и его престижа в профессиональной среде и среди других вузов. В рамках этого этапа студенты активно работают над формированием и улучшением имиджа своего университета в глазах окружающих.

Наша главная цель заключается в том, чтобы сделать эту программу уникальной и привлекательной для студентов. Мы уделяем особое внимание тому, чтобы каждый этап был оригинален и запоминаем, сохраняя при этом смысл и цель формирования положительного имиджа спортивного вуза.

На всех этапах формирования образа присутствовал третий этап, который называется "Образ ". На этом этапе осуществлялась самооценка, при которой испытуемые использовали "круг самооценки" для отметки своих качеств и внешних характеристик образа. Целью этого этапа было осознание и преобразование собственного образа на основе полученных знаний об имидже вуза и практического вовлечения всех заинтересованных сторон в программу и ее реализацию. Это означает, что испытуемые оценивали себя и свои характеристики, а затем использовали эти знания для изменения своего образа, взаимодействуя с другими людьми и вовлекая их в процесс программы. Таким образом, третий этап "Образ Я" играл важную роль в формировании и изменении образа вуза.

Результаты исследования и их обсуждение. Экспериментально проверены и определены механизмы функционирования имиджа ФГБОУ ВО «ВГАФК», взаимосвязь имиджа спортивных вузов и конкурентоспособности вуза на рынке труда и образования.

Выявлено, что в ходе эксперимента у испытуемых сложилась положительная концепция имиджа вуза (72,8%) (рисунок). Также значительная часть испытуемых оценивает уровень своих знаний об имидже своего вуза как высокий (27,8%). При этом 10,2% испытуемых не имеют даже общего представления об имидже своего вуза (относительно высокий отрицательный показатель для студентов). Трудности формирования имиджа академии связаны с отсутствием навыков имиджевой компетенции (53,5% случаев), навыков самопрезентации (27,8% случаев), боязнью личной ответственности (18,7% случаев).



Рисунок. Трудности формирования имиджа

Наше исследование позволило констатировать, что формирование имиджа высшего учебного заведения носит бессистемный и фрагментарный характер; слабо используются теоретические знания и практические психолого-педагогические достижения; очевидна необходимость подготовки специалистов по формированию имиджа вуза; назрела потребность в разработке механизмов формирования имиджа ФГБОУ ВО «ВГАФК».

Выводы. По результатам диагностических исследований установлено, что уровень подготовленности испытуемых к созданию «Образ своего вуза» достаточно низок. Диагностические исследования показали, что психолого-педагогические механизмы формирования имиджа могут служить научно-методическим, организационным и психолого-педагогическим обоснованием позиционирования педагогического вуза с учетом психолого-педагогических условий и реальных возможностей конкретного вуза.

Исследование позволило выявить ряд противоречий между объективной потребностью общества в престиже академии и неактивной динамикой конкурентоспособности субъектов образовательного процесса; между повышенными требованиями современного образования к вузам и несоответствием его имиджа этим ожиданиям; между неактивной динамикой конкурентоспособности субъектов образовательного процесса и профессиональной позицией педагогов, недооценивающих роль имиджа в вопросах положительного имиджа своего учреждения; между имеющимся потенциалом имиджа спортивного вуза и готовностью современных субъектов образования реализовывать его в своей профессиональной деятельности.

Библиографический список:

1. Батурина, О.Е. Имидж вуза в контексте институциональной базы развития образования / О.Е. Батурина // Евразийский юридический журнал. – 2020. – № 1(140). – С. 388–390.

2. Быкова, М.С. Имидж вуза как составляющая системы образования / М.С. Быкова // Новая наука: история становления, современное состояние, перспективы развития: сборник статей Международной научно-практической конференции, Уфа, 25 декабря 2020 года. Часть 2. – Уфа : Общество с ограниченной ответственностью "Аэтерна", 2020. – С. 171–176.

3. Ежова, Ю.В. Влияние продвижения на внутренний и внешний имидж вуза (на примере ФГБОУ ВО «ПГУАС») / Ю.В. Ежова, Г.А. Резник // Проблемы социально-экономической устойчивости региона: сборник статей XVIII Международной научно-практической конференции, Пенза, 26–27 января 2021 года. – Пенза : Пензенский государственный аграрный университет, 2021. – С. 42–48.

4. Колесникова, Д.В. Модель формирования имиджа организации в индустрии спорта / Д.В. Колесникова, М.П. Бондаренко // Физическое воспитание и спортивная тренировка. – 2021. – № 1(35). – С. 112–122.

5. Перепелицына, С.А. Имидж спортсмена: значение и основы его формирования / С.А. Перепелицына // Актуальные проблемы теории и практики физической культуры, спорта и туризма: Материалы IX Всероссийской научно-практической конференции молодых ученых, аспирантов, магистрантов и студентов с международным участием, посвященной Году науки и технологий РФ, Казань, 23 апреля 2021 года. Том 3. – Казань : ФГБОУ ВО "Поволжский государственный университет физической культуры, спорта и туризма", 2021. – С. 79–80.

6. Почхуа, А.Т. Имидж вуза: сущность и принципы формирования / А.Т. Почхуа // Человек. Социум. Общество. – 2022. – № 12. – С. 10–14.

7. Смирных, Н.О. Имидж вуза в восприятии студентов / Н.О. Смирных // Неделя науки СПбПУ: материалы научной конференции с международным участием, Санкт-Петербург, 18–23 ноября 2019 года. Часть 2. – Санкт-Петербург: Политех-Пресс, 2020. – С. 111–113.

8. Сыроватская, В.И. Имидж вуза в структуре имиджа региона / В.И. Сыроватская // Глобальные тенденции и перспективы цифровизации экономики, образования и науки : сборник материалов Международной научно-практической конференции, Ставрополь, 19–20 мая 2021 года. – Ставрополь : Издательство "АГРУС", 2021. – С. 581–588.

9. Хахалин, Д.Д. Имидж вуза как залог устойчивого развития образовательной организации / Д.Д. Хахалин // Управление устойчивым развитием топливно-энергетического комплекса – 2022: Материалы III Всероссийской научно-практической конференции, Ухта, 24–25 ноября 2022 года / Под общей редакцией Т.С. Крестовских. – Ухта: Ухтинский государственный технический университет, 2023. – С. 30–34.

10. Черняев, И.А. Традиции и event-мероприятия как основной аспект, определяющий имидж вуза на примере ФГБОУ ВО «МГАФК» / И.А. Черняев, М.А.

Барышова // Олимпийское движение, физическая культура и спорт в современном обществе: материалы IX Всероссийской научно-практической конференции с международным участием, Малаховка, 17–18 ноября 2022 года / Олимпийский комитет России, Московская государственная академия физической культуры, Московская областная олимпийская академия. – Малаховка: Московская государственная академия физической культуры, 2023. – С. 267–271.

УДК 347.2

ПРИМЕНЕНИЕ МЕНЕДЖМЕНТА И МАРКЕТИНГА В ОЛИМПИЙСКОМ ДВИЖЕНИИ

Зубарев Ю.А., д.п.н., профессор,

Безнебева А.М., к.э.н., доцент,

Волгоградская государственная академия физической культуры,

Табатадзе Г.С., д.ф.н., профессор,

Волгоградский государственный медицинский университет,

Волгоград, Россия

Виниченко А.А., к.п.н., профессор,

Кубанский государственный университет физической культуры, спорта и туризма,

Краснодар, Россия

Физическая культура, спорт и олимпийское движение все больше становится сферой экономической деятельности, и игнорировать экономический потенциал физкультурно-оздоровительных услуг, и даже спорта больших достижений, было бы ошибкой. Именно специфика маркетинговой деятельности на рынке физкультурно-оздоровительных услуг определяет необходимость выделения всех критериев сегментации на основе того или иного вида спорта и/или физической активности. Все это однозначно подтверждает тот факт, что успех коммерческой деятельности в сфере физической культуры, спорта и олимпийского движения невозможен без популяризации спорта и пропаганды здорового образа жизни. Именно подобный синтез социальной и экономической функций спорта позволяет сделать его эффективным социально-экономическим институтом независимо от того, коммерческий или некоммерческий характер носит деятельность субъектов данного рынка.

Ключевые слова: физкультурно-оздоровительные услуги, маркетинговая деятельность, физическая активность, функционирование, управленческая деятельность, модернизация образования,

MANAGEMENT AND MARKETING IN THE OLYMPIC MOVEMENT

Zubarev Y.A., Grand PhD, professor,

Beznebeeva A.M., PhD, Associate Professor,

Volgograd State Academy of Physical Education,

Tabatadze G.S., Grand PhD, Professor,

Volgograd State Medical University,

Volgograd, Russia

Vinichenko A.A., PhD, professor,

Kuban State University of Physical Education, Sports and Tourism,

Krasnodar, Russia

Physical education, sports and the Olympic movement are increasingly becoming a sphere of economic activity, and it would be a mistake to ignore the economic potential of sports and recreation services, and even sports of great achievements. It is the specifics of

marketing activities in the market of sports and wellness services that determines the need to identify all segmentation criteria based on a particular type of sport and/or physical activity. All this clearly confirms the fact that the success of commercial activities in the field of physical Education, sports and the Olympic movement is impossible without the popularization of sports and the promotion of a healthy lifestyle. It is precisely this synthesis of the social and economic functions of sport that makes it an effective socio-economic institution, regardless of whether the activities of the subjects of this market are commercial or non-commercial.

Keywords: physical education and health services, marketing activities, physical activity, functioning, management activities, modernization of education,

Технология менеджмента и маркетинга физкультурно-оздоровительных услуг организаций сферы физической культуры, спорта и олимпийского движения станет эффективной и целесообразной, если:

- учитывать специфику и направленность инструментов менеджмента и маркетинга, применяемых в процессе продвижения физкультурно-оздоровительных услуг;
- разработать разносторонне, объективно и сбалансировано оценивающий процессуальные и содержательные характеристики маркетинговой деятельности физкультурно-спортивной организации.

Разработанная технология менеджмента и маркетинга физкультурно-оздоровительных услуг, позволяющая объективно и полно проанализировать и оценивать процессуальные и содержательные характеристики управленческой и маркетинговой деятельности и их влияние на управление физкультурно-оздоровительной работой в учреждениях физической культуры, спорта и олимпийского движения, раскрывающая целевую ориентацию, особенности функционирования и проблемное содержание деятельности физкультурно-спортивных организаций.

Особенность спортивного менеджмента и маркетинга состоит в его направленности на обеспечение рационального ведения хозяйства на уровне организации в условиях дефицитности ресурсов, необходимости достижения высоких результатов с минимальными затратами и потерями, оптимальной адаптацией спортивно-туристической организации к рыночным условиям. На наш взгляд, маркетинг образовательных услуг в целевом отношении определяется долгосрочными коммерческими и другими интересами всех субъектов рынка, а также возможностью создания благоприятного и широкого социального резонанса, эффекта в виде воспроизводства национального интеллектуального потенциала и взаимосвязанных с ним эффектов.

Внедрение современных информационных технологий в систему физкультурного образования должно проходить комплексно. Обеспечение в современных условиях высокого качества подготовки специалистов для сферы физической культуры, спорта и олимпийского движения является важной задачей, успех которой напрямую зависит от использования информационно-коммуникационных технологий.

В настоящее время есть возможность для повсеместного внедрения информационно-коммуникационных технологий в процесс обучения специалистов физической культуры, спорта и олимпийского движения. Для этого необходимо:

- провести модернизацию образования, в том числе физкультурного, на основании достижений научно-технического прогресса;
- повысить требования общества к профессиональной, в том числе информационной компетентности педагога по физической культуре, спорту и олимпийскому движению;
- сформировать в процессе самообразования готовность студентов среднего и высшего звена к использованию информационно-коммуникационных технологий в системе образования.

В учебных заведениях высшего профессионального образования в области физической культуры, спорта и олимпийского движения внедрение системы дистанционного обучения позволит во время тренировочных сборов и соревнований осуществлять систематичность и непрерывность учебной деятельности обучающихся вне учебного заведения, а также улучшать систему заочного обучения, развивать и внедрять новые формы дополнительного образования.

Учебный материал, структурированный определенным образом, представляет собой единый кейс, включающий в процесс обучения применение компьютеров, при этом обучаемый самостоятельно определяет интенсивность и время занятий. Из-за необходимости сочетания учебной деятельности и спортивной для студентов физкультурного профиля это имеет особое значение, позволяет не снижать интенсивность тренировочного процесса, проводить учебно-тренировочные сборы и соревнования без ущерба для учебы.

Специфика физкультурных вузов и современный уровень развития информационных технологий создали предпосылки перехода на качественно новую форму образования – дистанционное обучение.

Сфера физической культуры, спорта и олимпийского движения представляет собой не только важнейшую область жизнедеятельности общества, но и отрасль экономики с особыми условиями труда и спецификой мотивации физкультурно-оздоровительной деятельности.

Использование инструментов менеджмента и маркетинга в работе физкультурно-оздоровительных организаций является необходимым элементом, способствующим процветанию, поскольку функциональное содержание менеджмента и маркетинга значительно шире: здесь решаются задачи управления, анализа и прогнозирования рынка физкультурно-спортивных услуг, его сегментов, окружающей среды, конкуренции и конъюнктуры.

Менеджмент и маркетинг в сфере физической культуры, спорта и олимпийского движения имеет не столько коммерческий, сколько социальный характер, представляет собой особую разновидность социальной работы с населением, технологию социально-культурных нововведений, направленных на укрепление здоровья нации.

Таким образом, главные движущие мотивы участников физкультурно-оздоровительной деятельности, зависят от возраста, пола, уровня физического состояния, общественного и социального положения, семейного положения, природно-климатических условий, культурных и религиозных традиций, степени модернизации спортивной инфраструктуры, и т.д.

Государство готовит кадры для сферы физической культуры и спорта, оказывает материальную поддержку спортивных организаций, строит спортивные сооружения и следит за их эксплуатацией.

Основу управления высших учебных заведений полностью можно представить через технологию физкультурно-спортивного вуза по подготовке спортсменов высокой квалификации, позволяющую создать целостную систему не только спортивной подготовки и оказания услуг населению, но и непрерывного образования. Данную технологию предложено рассматривать как сложную открытую систему, целью которой является создание возможности профессионального развития спортсмена как обучающегося, обеспечения профессионального и карьерного роста управленцев, педагогов и тренеров.

Определяя содержание образования необходимо помнить, что управление как процесс согласования противоречивых, субъективно осознаваемых интересов социальных субъектов представляет собой, прежде всего управление человеком и человеческими ресурсами. Если социальные технологии управления переносятся в иную культурно-ценностную систему, то они перестают работать, вызывая совершенно иные результаты, чем предполагалось. В этой связи различные попытки обратиться к

проблемам управления в научной манере оказывались эффективными, но односторонними, поскольку имели дело лишь с его объективной стороной и исключали рассмотрение подготовки будущего спортивного менеджера для сферы физической культуры, спорта и олимпийского движения.

Развитие науки, техники и технологии обуславливает увеличение доли творческого труда, это, в свою очередь, приводит к необходимости качественных изменений в системе подготовки спортивных менеджеров и переориентации к творческо-поисковым, активным методам обучения.

Активное обучение – это основной способ формирования стойкого познавательного интереса, умственной активности, творческой самостоятельности, готовности к самообразованию. Практика показывает, что чем выше уровень вызванного преподавателем у студентов познавательного интереса к содержанию занятий, тем большая ответственность предъявляется к выбору методов обучения. Поэтому необходимо использовать методы активного обучения, представляющие собой совокупность способов организации и управления учебно-познавательной деятельностью будущего спортивного менеджера.

Необходимость внедрения проблемного обучения в современных условиях обуславливается комплексом причин. Это, потребность в ускорении темпов обучения на основе современной компьютеризации, реализация которой невозможна без творческого усвоения и применения современных знаний, высокой культуры логического мышления. Формирование такого будущего управленца с активной жизненной позицией - одна из основных задач, стоящих перед преподавателями вузов, это необходимость превращения знаний в убеждения, переход от знаниевого подхода в обучении к компетентностному.

Проблемное обучение направлено на формирование умения мыслить, оно включает создание проблемной ситуации, формулировку познавательной задачи (учебной проблемы), содержащей противоречие и ограничивающей возможность готового книжного ответа. Оно включает в себя поиск, способы решения (аналитический, индуктивный и дедуктивный) и проверку принятого решения.

Для того чтобы ситуация действительно была проблемной, необходимы:

- строгая логика;
- богатый эмпирический материал;
- безупречная аргументация;
- анализ объективных противоречий, присущих тому или иному общественному

процессу, такие ситуации лучше всего создаются в процессе проведения деловых игр разного типа.

Главная задача высшей школы, занятой в сфере подготовке спортивных менеджеров для индустрии спорта и олимпийского движения – подготовка специалистов, способных к самостоятельному поиску, анализу, работе, то есть специалистов, у которых развито свое отношение к дискуссионным вопросам, специалистов, обладающих определенной суммой сформированных компетенций, позволяющих успешно выполнять профессиональные задачи.

Основная проблема профессиональной подготовки менеджеров для сферы спорта и олимпийского движения – высококвалифицированное кадровое обеспечение. Значительное количество преподаваемых дисциплин требует подбора профессорско-преподавательского состава, от уровня образования и педагогического мастерства во многом зависит качество подготовки спортивных менеджеров-управленцев.

В связи с этим возникает проблема, то есть набор кадров осуществляется, в основном, за счёт сегодняшних выпускников вузов, которая ещё не имеет опыта педагогической и управленческой работы, потребуется несколько лет, прежде чем они станут опытными преподавателями, а квалифицированное преподавание требуется уже сейчас. Реализация этих направлений поможет решить стратегическую задачу

обеспечения качества высшего образования в подготовке высококвалифицированных специалистов для сферы физической культуры, спорта и олимпийского движения.

Сейчас уже не вызывает сомнения очевидная истина: менеджмент и маркетинг физкультурно-оздоровительных услуг в сфере физической культуры, спорта и олимпийского движения – это не просто опыт, который может приобрести каждый, это область научного знания, которым необходимо овладеть, и искусство, требующее природных задатков, особого таланта, лидерских качеств (Р. Таундсенд, 1991; Д. Фуллер, 1992; А.В. Файоль, 1994; Э.А. Уткин, А.И. Кочеткова, 1996, Ю.А. Зубарев, 2003-2021 и др.).

Управленческая деятельность в сфере физической культуры, спорта и олимпийского движения все больше приобретает менеджерскую и маркетинговую ориентации (С.Г. Сейранов, 1993, 1994; В.В. Кузин, 1995; В.В. Алешин, И.И. Переверзин, 1996; В.И. Жолдак, С.Г. Сейранов, 1999; А.А. Сучилин, Ю.А. Зубарев, 2003-2021) и др.

Реформирование общества, появление рыночных отношений, в том числе в сфере физической культуры, спорта и олимпийского движения, определили необходимость новых подходов к управленческой деятельности специалистов, начиная с подготовки спортивных менеджеров в вузах (Х. Комчанов, 1991; Ю.И. Иванов, Ф.М. Русинов, 1992; В.Я. Ляудис, 1994; М.В. Кларин, 1995; П.К. Петров, 1996, 1999; В.В. Кольтипова, 1998; А.В. Ложонеко, 1998; А.А. Сучилин, Ю.А. Зубарев, 2003, 2021) и др.

Появились исследования, рассматривающие такие понятия и категории, как предпринимательская деятельность, менеджмент в сфере физической культуры и спорта, рынок услуг, спортивный маркетинг, спонсорство спорта и др. понятия (Ф.М. Русинов, 1992; С.И. Гуськов, 1992, 1995; Ю. А. Фомин, 1993; В.В. Кузин, М.Е. Кутепов, 1994, 1995; А.В. Барташов, 1994; С.Г. Сейранов, 1995; В.П. Голенко, 1996; В.А. Какузин, 1998; В.И. Жолдак, С.Г. Сейранов, 1999; А.Н. Попов, 2001; Ю.А. Зубарев, А.А. Сучилин, 2000-2021) и др.

Физическая культура, спорт и олимпийское движение, как система, определяется тремя элементами: физическим воспитанием, массовым спортом и спортом высших достижений. Их назначением является оказание населению страны физкультурно-спортивных услуг (С.И. Гуськов, А.О. Куратов, 1993; А.А. Сучилин, Ю.А. Зубарев, 1996-2018).

Физическая культура, спорт и олимпийское движение рассматриваются как системный объект управления, для которого свойственны особая характеристика и классификация управленческих отношений, а также присущи изменения в менеджменте и маркетинге, в специфике деятельности спортивного менеджера, произошедшие в связи с переходом нашей страны к рыночному, а точнее к смешанному типу хозяйствования (В.Е. Горшков и др., 1993; Г.Д. Бабушкин, А.Н. Двоглазов, 1994; В.А. Виноградов и др., 1995; А.А. Сучилин, Ю.А. Зубарев, 2003-2015).

Система высшего образования должна своевременно реагировать на запросы науки, культуры, спорта, туризма, обеспечивать потребности в специалистах сочетающих высокую профессиональную подготовку, зрелость, навыки организаторской и управленческой деятельности.

Главная задача высшего образования заключается не только в том, чтобы дать широкое образование, но и в том, чтобы научить будущего специалиста самостоятельно приобретать и углублять свои знания, сформировать у него познавательные мотивы и умения быстро ориентироваться в потоке научной информации. Для оптимизации процесса подготовки менеджеров-управленцев профессорско-преподавательский состав вуза получает возможность использовать: новые методы обработки данных; более широкий спектр учебных материалов и наглядных пособий; компьютерные обучающие программы, повышающие квалификацию путём дистанционного обучения.

Эффективность процесса управления маркетингом физкультурно-оздоровительных услуг в сфере физической культуры, спорта и олимпийского движения, определяется оптимальным сочетанием следующих основных элементов:

- организационных структур;
- экономических рычагов и стимулов;
- информационной базы;
- управленческих кадров.

В настоящее время спорт является специфическим рынком, предоставляющим захватывающие зрелища на стадионах, а также широкий ассортимент спортивных товаров и услуг. Поэтому менеджмент и маркетинг подчиняется законам рыночной экономики, что предполагает свободное ценообразование, которое регулируется уровнем конкуренции на рынке спортивно-физкультурных и оздоровительных услуг.

К основным потребителям услуг спортивного рынка, помимо лиц, занимающихся спортом, следует отнести огромное количество спортивных болельщиков. Участниками спортивного рынка становятся спонсоры, тренеры и весь персонал физкультурно-спортивных организаций, именно от профессионализма сотрудников спортивных организаций зависит эффективность их работы.

Развитие предпринимательских инициатив в сфере спортивно-оздоровительных услуг также связано с ростом конкуренции. Именно конкуренция заставляет создавать различные организационно-правовые формы организаций, увеличивать количество и улучшать качество предоставляемых населению услуг. В связи с развитием рыночных отношений в сфере спорта, организации в настоящее время предлагают населению широкий спектр спортивно-оздоровительных услуг. Все они работают в соответствии с определенными принципами: обеспеченность квалифицированными кадрами, материально - техническая оснащенность занятий и доступные цены.

К числу наиболее прибыльных видов предпринимательства и бизнеса в сфере спорта относится продажа прав на трансляции крупных спортивных соревнований. Объясняется это тем, что увлекательные спортивные зрелища собирают обычно огромные аудитории любителей спорта, являющихся потенциальными потребителями товаров, производимых спонсорами спортивных состязаний. Так общая аудитория телевизионных трансляций Олимпийских игр и Чемпионата мира по футболу, как правило, составляет около 3 млрд. человек.

Согласно «Стратегии развития физической культуры и спорта в Российской Федерации на период до 2020 года», а также проекту «Стратегии – 2030 года» развитие физической культуры и спорта является одним из приоритетных направлений социальной политики государства, это: обеспечение равных возможностей для занятий физической культурой и спортом по месту жительства, учебы и работы для всех категорий и групп граждан; открытость и доступность информации для граждан; адресный характер государственной поддержки организаций всех типов в сфере физической культуры и спорта, спортсменов, тренеров и специалистов; нетерпимость к нарушению антидопинговых правил.

Менеджмент и маркетинг, как вид профессиональной деятельности в сфере физической культуры, спорта и олимпийского движения, развивается и функционирует по общим закономерностям и принципам, правилам и методам, свойственным науке, технологии и практике управления.

Активное влияние рыночного спроса на квалификационные характеристики специалиста и содержание специального профессионального образования выражается в том, что в нынешних условиях, наряду с традиционными видами физкультурно-спортивной деятельности, возникают и осуществляются новые. Подготовка заново потребовавшихся специалистов в основном не имеет фундаментальной базы и фактически находится в состоянии зарождения и поисков, проб и ошибок, всё чаще

требуются менеджеры, организаторы, предприниматели для сферы физической культуры, спорта и олимпийского движения.

Становление менеджмента и маркетинга физкультурно-оздоровительных услуг в сфере физической культуры, спорта и олимпийского движения, как профессионального рода деятельности за последние 20 лет сделало скачок.

Особенно велико их значение в сфере управления видами спорта, организации соревнований и поддержка спорта на международном и региональном уровнях. Эффективность этой деятельности напрямую зависит от способностей, знаний и умений менеджеров-управленцев, занимающихся спортивным предпринимательством и бизнесом в больших и малых городах Российской Федерации.

Библиографический список:

1. Федеральный закон «О физической культуре и спорте в Российской Федерации», от 04.12. 2007 – № 329-ФЗ (ред. от 03.11. 2017)

2. Постановление Правительства РФ от 15.04.2014 – № 302 (ред. от 10.03.2016) «Об утверждении государственной программы Российской Федерации «Развитие физической культуры и спорта».

3. Распоряжение Правительства РФ «Об утверждении Стратегии развития физической культуры и спорта в РФ на период до 2020 года», от 07.08.2009 – N 1101-р.

4. Бондаренко, М.П. Совершенствование процесса организации деятельности физкультурно-оздоровительных клубов Волгограда: монография / М.П. Бондаренко, М.П. Лях. – Волгоград: ФГБОУ ВО «ВГАФК», 2012. – 175 с.

5. Горбачева, В.В. Особенности рекламной деятельности и продвижения товаров и услуг в сфере физической культуры и спорта / В.В. Горбачева, В.П. Полунин, С.А. Жарков // Физическое воспитание и спортивная тренировка. – 2022. – №1(39). – С. 146-153.

6. Зубарев, Ю.А. Маркетинг физкультурно-оздоровительных услуг организаций сферы физической культуры и спорта: монография /Под ред. Ю.А. Зубарева. – Волгоград ФГБОУ ВПО «ВГАФК», 2014. – 205 с.

7. Зубарев Ю.А. Управленческая подготовка специалистов в вузе для сферы физической культуры и спорта: актуальные проблемы и пути совершенствования: монография /Ю. А. Зубарев, Е. В. Беликова, М. П. Бондаренко, Л. Г. Вакалова, И. В. Перфильева //под общ. ред. В. В. Чёмова. – Волгоград: ФГБОУ ВО «ВГАФК», 2021. – 190 с.

8. Зубарев, Ю.А. Перспективы развития менеджмента и маркетинга в сфере физической культуры и спорта / Ю.А. Зубарев, А.А. Ермолаев, Е.Е. Светличная, В.Н. Бутаков // Физическое воспитание и спортивная тренировка. – 2021 – № 3(37). – С. 123-130. – EDN SSRJLM.

9. Сучилин, А.А. Олимпийский спорт и подготовка кадров: монография / под общ. ред. Ю.А.А. Сучилина, Ю.А. Зубарева, Олимп. ком. России; Поволж. олимп. акад., Волгогр. гос. акад. физ. культуры. – Волгоград: Принт, 2018. – 340 с.

КОНЦЕПЦИЯ ИМИДЖЕВОГО БРЕНДА В СПОРТЕ

*Зубарев Ю. А., д.п.н., профессор,
Волгоградская государственная академия физической культуры,
Волгоград, Россия,
Виниченко О.А., учитель,
Школа-лицей №46
Шымкент, Казахстан*

В статье анализируется концепция имиджа бренда в спорте. В настоящее время в коммерческих целях используются индивидуальные и легко узнаваемые черты и

особенности спортсмена, касающиеся его внешнего вида, черт характера и даже жестов, то есть используется имидж известных спортсменов. Поскольку имидж может являться источником прибыли для спортсменов, имиджевые права должны быть законодательно защищены. Поскольку создание спортивных брендов стало неотъемлемой частью современного спорта, возникает необходимость защиты имиджевых прав на законодательном уровне. Вместе с тем, в России не существует специального закона, регулирующего имиджевые права спортсменов, хотя имеется косвенное отражение этих прав в Конституции Российской Федерации, Гражданском кодексе Российской Федерации и некоторых Федеральных законах. Хочется обратить внимание на то, что имиджевые права – достаточно ценные активы, которые касаются не только отдельных спортсменов, но и спорта в целом, поэтому они должны быть обеспечены правовой охраной.

Ключевые слова: спорт, бренд, имиджевые права.

THE CONCEPT OF AN IMAGE BRAND IN SPORTS

*Zubarev Yu.A., Grand PhD, Professor,
Volgograd State Academy of Physical Education,
Volgograd, Russia,
Vinichenko O. A., teacher,
Lyceum School No. 46,
Shymkent, Kazakhstan*

The article analyzes the concept of brand image in sports. Currently, for commercial purposes, the individual and easily recognizable features and characteristics of an athlete are used regarding his appearance, character traits and even gestures, that is, the image of famous athletes is used. Since image can be a source of profit for athletes, image rights must be legally protected. Since the creation of sports brands has become an integral part of modern sports, there is a need to protect image rights at the legislative level. At the same time, in Russia there is no special law regulating the image rights of athletes, although there is an indirect reflection of these rights in the Constitution of the Russian Federation, the Civil Code of the Russian Federation and some Federal laws. I would like to draw attention to the fact that image rights are quite valuable assets that concern not only individual athletes, but also sports as a whole, therefore they must be provided with legal protection.

Key words: sport, brand, image rights.

Актуальность. Спортивная индустрия развивается большими темпами и, если учитывать ту прибыль, которую приносит продажа билетов и прав на трансляцию крупнейших спортивных соревнований, спорт можно однозначно отнести к большому бизнесу. Прибыль в сфере спорта можно получать не только в результате коммерциализации спортивных состязаний мирового уровня, таких как Олимпийские игры и Чемпионаты мира по футболу, но также и благодаря коммерциализации имиджевых прав элитных спортсменов и известных спортивных команд, что особенно ярко проявляется в таком популярном виде спорта, как футбол.

Имиджевые права могут приносить прибыль различными способами, количество которых ежегодно увеличивается. Чаще всего это производство и продажа сувенирной продукции с изображением спортсмена или команды, реклама товаров с использованием образа спортсмена, разработка и продажа видеоигр с изображением известных спортсменов, что увеличивает прибыль от реализации продукции. В целом можно сказать, что в коммерческих целях используются индивидуальные и легко узнаваемые черты и особенности спортсмена, касающиеся его внешнего вида, черт характера и даже жестов [2].

Цель исследования: концептуализация имиджа бренда спортсменов.

Методы исследования: анализ научной литературы.

Результаты и обсуждение. Поскольку имидж может являться источником прибыли для спортсменов, имиджевые права должны быть законодательно защищены, но на сегодняшний день в Гражданском кодексе и Конституции Российской Федерации такое понятие как «имиджевые права» не закреплено. В других странах мира эти права имеют разный правовой статус и даже по-разному называются.

Так в Великобритании имиджевые права, как таковые, не признаются законом и поэтому спортсменам и спортивным клубам приходится защищать свои права, опираясь на законы о товарных знаках и авторском праве, что не всегда приводит к желаемому результату.

В Германии эти права называются «личностными» и охраняются специальными статьями Конституции. Благодаря этому обстоятельству бывший вратарь сборной Германии по футболу Оливер Кан в апреле 2003 года выиграл суд у производителя компьютерных игр, который использовал его имя и имидж в компьютерной игре ФИФА, не получив на это официального согласия спортсмена.

В США имиджевые права называют правами на «публичное использование образа». В большинстве штатов Америки они признаны на законодательном уровне и, следовательно, охраняются законом.

Концепция спортивного бренда возникла в 70-х годах XX века, когда выдающийся английский футболист Кевин Кеган впервые в истории заключил «контракт о правах на образ». С этого времени элитные спортсмены и известные спортивные клубы постоянно стараются увеличить свои доходы, создавая личные бренды. В связи с этим возникает ряд вопросов, решение которых направлено на защиту прав личности на собственный образ. И первый вопрос в этом ряду – определение понятия «имиджевые права».

В литературе имеется ряд определений такого понятия как «личный бренд», но консолидированного мнения ученых в плане определения данного понятия мы так и не нашли [3].

Чаще всего спортивный бренд характеризуется как «название, дизайн, символ или их комбинация, которую спортивная организация использует, чтобы выделить свой продукт среди конкурентов» (Шэнк, 1999). Основываясь на таком определении любой известный спортсмен может рассматриваться как бренд, поскольку он имеет имя, лицо, внешность и стиль поведения, выделяющий его из массы и отличающий от других людей [Яковлев, 2022]. Но такое определение не дает оснований к законодательной защите прав на охрану бренда. Такую попытку мы усматриваем в том определении Министерства спорта Российской Федерации, которое оно приводит с целью совершенствования правового регулирования прав на индивидуализацию в области физической культуры и спорта. В письме Министерства спорта Российской Федерации от 27.07.2017 № ПН-05-10/5493 дается следующее определение «Имиджевые права – это права, приобретенные в результате профессиональной деятельности человека, направленные на защиту его имени, деловой репутации, неприкосновенности частной жизни, иных нематериальных благ и результатов интеллектуальной деятельности [1].

Таким образом, законодательство Российской Федерации, несмотря на отсутствие конкретной законодательной базы, предоставляет некоторые возможности для охраны имиджа личности с помощью положений для защиты нематериальных благ [2].

В условиях рынка имидж спортсмена в принципе может быть использован как товарный знак и этот товарный знак должен быть юридически защищен. Официальная регистрация товарного знака помогает в случаях судебных разбирательств по поводу защиты имиджевых прав.

В качестве примера можно привести конфликтную ситуацию с товарным знаком выдающегося российского хоккеиста Павла Буре, который в период игры в НХЛ получил псевдоним Русская Ракета за феноменальную скорость и невероятную быстроту игрового мышления. Его товарный знак «Павел Буре – Русская Ракета» был зарегистрирован по свидетельству № 199553. Не все знают, что наш легендарный хоккеист является потомком всемирно известного часовых дел мастера Павла Буре, который поставлял часы императорскому двору. Владелец марки швейцарских часов «Павел Буре» компания «ПБ Креасьонз СА» выдвинула иск против товарного знака «Павел Буре – Русская Ракета» на том основании, что усмотрела полную аналогию с собственным товарным знаком. Часовой компании принадлежит товарный знак «Торговый Дом по возрождению традиций Павла Карловича Буре». Иск швейцарского часового дома не был удовлетворен Роспатентом, поскольку два указанных товарных знака не ассоциируются друг с другом до степени смешения – сочетание имени «Павел Буре» с псевдонимом «Русская Ракета» исключает ассоциацию с исторической личностью, занимавшейся часовыми механизмами, мастером Павлом Карловичем Буре.

Проблемы, возникающие в правоприменительной практике по защите имиджевых прав в спорте, связаны со спецификой физической культуры и спорта, относящейся как к социальной, так и к экономической сферам деятельности, а защита имиджевых прав в спорте представляет собой защиту прав личности (то есть нематериальных благ), но в тесной связи с коммерческой финансовой составляющей.

Заключение. Создание спортивных брендов стало неотъемлемой частью современного спорта, что вызывает необходимость защиты имиджевых прав на законодательном уровне. Вместе с тем, в России не существует специального закона, регулирующего имиджевые права спортсменов, хотя имеется косвенное отражение этих прав в Конституции Российской Федерации, Гражданском кодексе Российской Федерации и некоторых Федеральных законах. Хотелось обратить внимание на то, что имиджевые права – достаточно ценные активы, которые касаются не только отдельных спортсменов, но и спорта в целом, поэтому они должны быть обеспечены правовой охраной.

Библиографический список:

1. Горбачева, В.В. Особенности рекламной деятельности и продвижения товаров и услуг в сфере физической культуры и спорта / В.В. Горбачева, В.П. Полунин, С.А. Жарков // Физическое воспитание и спортивная тренировка. – 2022. – №1(39). – С. 146-153.

2. Методические рекомендации о направлениях совершенствования правового регулирования прав на результаты интеллектуальной деятельности (включая авторские и смежные права) и средств индивидуализации в области физической культуры и спорта [Электронный ресурс]: Письмо Минспорта России от 27.07.2017 № ПН-05-10/5493. Доступ из СПС «КонсультантПлюс».

2. Рахимов, А.А. Имиджевые права в спорте / А.А. Рахимов, А.И. Салмова//Физическое воспитание и студенческий спорт глазами студентов: материалы VI Международной научно-практической конференции. Казань, 13-14 ноября 2020 г. /под ред. Р.А. Юсупова, Б.А. Акишина. – Казань: Изд-во КНИТУ-КАИ, 2020. –С. 608-609.

3. Яковлев, А.А. Брендинг спортсменов: исследование и концептуализация имиджа бренда спортсменов / А.А. Яковлев // Экономика: вчера, сегодня, завтра. 2022. Том 12. № 4А. С. 194-202. DOI: 10.34670/AR.2022.37.84.019

УДК 347.2

**СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ ПОДГОТОВКИ МЕНЕДЖЕРОВ-УПРАВЛЕНЦЕВ
В СПОРТИВНОМ ВУЗЕ**

*Зубарев Ю.А., д.п.н., профессор,
Волгоградская государственная академия физической культуры
Волгоград, Россия*

*Вакалова Л.Г., к.э.н., профессор,
Национальный государственный университет физической культуры, спорта и
здоровья им. П.Ф.Лесгафта,
Санкт-Петербург, Россия*

*Сапаров А.О., председатель Государственного комитета Туркменистана по
физической культуре и спорту
Ашхабад, Туркменистан,
Виниченко О.А., учитель,
Школа-лицей №46,
Шымкент, Казахстан*

Авторами проведён анализ современного состояния подготовки будущих спортивных менеджеров-управленцев в Вузе. Важно, чтобы в учебный процесс входили не просто новые технические средства, а новые образовательные технологии, направленные на решение собственно образовательных задач, а значит, глубоко осмысленные с позиций педагогической и управленческой науки, теории и методики физического воспитания и спортивной тренировки, что усиливает необходимость проведения глубоких исследований в этой области. Процесс перехода к менеджменту и маркетингу характеризуется качественно новыми управленческими, экономическими и правовыми отношениями во многих сферах деятельности, в том числе и в сфере физической культуры, спорта и олимпийского движения. Для сферы физической культуры, спорта и олимпийского движения прописаны компетенции в подготовке будущих спортивных менеджеров-управленцев.

Ключевые слова: технические средства, использование информации, технология и средства обучения.

**IMPROVING THE TRAINING OF MANAGERS AT
SPORTS UNIVERSITY**

*Zubarev Yu.A., Grand PhD, Professor
Volgograd State Academy of Physical Education
Volgograd, Russia*

*Vakalova L.G., PhD, professor
National State University of Physical Education and Sports,
Saint-Petersburg*

*Saparov A.O., Chairman of the State Committee of Turkmenistan for Physical Education and
Sports
Turkmenistan, Ashgabat;
Vinichenko O.A., teacher,
School-lyceum No. 46
Shymkent, Kazakhstan*

The authors analyzed the current state of training of future sports managers at the University. It is important that the educational process includes not just new technical means, but new educational technologies aimed at solving educational problems themselves, and

therefore deeply understood from the standpoint of pedagogical and management science, the theory and methodology of physical education and sports training, which reinforces the need for in-depth research in this area. The process of transition to management and marketing is characterized by qualitatively new managerial, economic and legal relations in many areas of activity, including in the field of physical Education, sports and the Olympic movement. For the field of physical Education, sports and the Olympic movement, competencies in the training of future sports managers are prescribed.

Key words: technical means, use of information, technology and teaching aids.

Актуальность. В новых маркетинговых условиях, высшие учебные заведения России переживают научно-техническую революцию, в качестве материальной основы которой служат информационные технологии. Особую актуальность приобретает обучение будущих менеджеров-управленцев в спортивном вузе, которые должны владеть методами получения, обработки и использования информации с помощью новейших компьютерных технологий.

Цель исследования: совершенствование подготовки будущих менеджеров-управленцев в вузе, для сферы физической культуры, спорта и олимпийского движения.

Методы исследования: анализ научной литературы.

Результаты и обсуждение. В практике использования учебными заведениями современных технических средств, главным образом средств коммуникаций, выделяют типы их применения (Ю.А. Орлова, Ю.А. Зубарев, 2008-2010):

– это повышение эффективности и качества обучения в рамках традиционных моделей за счет актуализации дидактических продуктов, повышения информативности и наглядности учебных материалов, использования эффективных методов обучения;

– это тип предполагает создание иных обучающих моделей для решения социально-дидактических проблем по предоставлению образовательных услуг широким слоям населения в стране с помощью специализированной информационно-образовательной среды, пространственно удаленной от образовательного учреждения.

Обучение в вузе можно представить в соответствии с усвоением знаний, умений и навыков (А.Х. Ардеев, 2001; О.В. Горбатов, 2004; А.Н. Ливицкий, Л.М. Факторович, 1994; Ю.А. Орлова, Ю.А. Зубарев, 2009-2010). Таким образом, обучение будущих менеджеров-управленцев для сферы физической культуры, спорта и олимпийского может быть реализовано при условиях:

- во-первых, использование методики обучения источников знаний, умений и навыков у будущих спортивных менеджеров, а также контакт, с профессорско-преподавательским составом вуза, общение с ведущими специалистами-практиками и активное участие в мастер-классах по управлению физической культурой и спортом.

- во-вторых, оснащение учебного процесса в вузе учебно-методическими комплексами, учебными пособиями, монографиями, которые позволят спортивным менеджерам-управленцам решать теоретические, практически и управленческие проблемы,

В качестве одной из основных педагогических концепций используются рекомендации по учёту особенностей обучения в вузе будущих спортивных менеджеров-управленцев, таблица 1.

В результате анализа научно-методических материалов выделены важные принципы процесса обучения:

- управленческой целесообразности применения новых информационных технологий;

- эффективный уровень образования; мобильности обучения; взаимодействия дистанционного обучения.

Подготовка менеджеров-управленцев в вузах физической культуры и спорта требует инновационных подходов в преподавании дисциплин, при которых формирование знаний, умений и навыков в области управления должно сочетаться с приобретением практических навыков работы в сфере спортивной организации, для этого необходимо повысить в вузе контроль, успеваемость, посещаемость и мотивацию у будущих спортивных менеджеров.

Таблица 1

Рекомендации обучающимся в высшем учебном заведении

Особенности	Рекомендации:
Активность и стремление к самостоятельности и самореализации.	- создание предпосылок для личностного включения в обучение.
Профессиональные и личностные цели, проблемы и задачи.	- установление желаний обучающихся, выявление его целей, задач и мотивацию.
Использование подходов, направленных на стили обучения	- использование в учебном процессе деловых игр, мастер-классов. - закрепление пройденного материала с ориентацией на понимание.

Подготовка спортивных менеджеров-управленцев представляет собой единый комплекс, целью которого является реализация возможностей компьютерных технологий на всех этапах обучения в вузе.

Деятельность квалифицированных специалистов в сфере физической культуры и спорта, все в большей степени зависит от их информированности, способности эффективно и своевременно использовать информацию.

В информационных потоках квалифицированный специалист любого профиля должен получать, обрабатывать и использовать информацию с помощью компьютеров и других информационных технологий.

Потребность в квалифицированных спортивных менеджерах-управленцах, владеющих арсеналом средств и методов информатики, превращается в ведущий фактор образовательной деятельности.

Заключение. Информационные технологии в области образования позволяет решить широкий спектр профессиональных задач, от выполнения сложных вычислительных операций и анализа результатов экспериментальной деятельности до многочисленных функций в учебном и тренировочном процессе.

Главным направлением совершенствования подготовки менеджеров-управленцев в спортивном вузе являются:

- учебный процесс;
- спортивная тренировка;
- спортивные соревнования,
- оздоровительная физическая культура;
- спортивный менеджмент, маркетинг, стратегическое управление и др.

Библиографический список:

1. Ардеев, А. Х. Новые информационные технологии в обучении / Информационные технологии в обучении и научных исследованиях: Материалы 47

научно-методической конференции “Университетская наука – региону”. - Ставрополь: Изд-во СГУ, 2002. - С.63-64.

2. Брановский, Ю. С., Шапошникова, Т. Л. Информационные инновационные технологии в профессиональном образовании: учеб. пособие. - Краснодар: Изд-во КубГТУ, 2001. - 369 с.

3. Горбатов, О. В. Программное компьютерное обеспечение образовательной деятельности студентов ФФК в условиях университета /Физическая культура и спорт: здоровье, образование, воспитание, тренировка: Материалы 49 научно-методической конференции “Университетская наука – региону”. - Ставрополь: Изд-во СГУ, 2004. - С.32-33.

4. Зубарев, Ю.А. Инновационные подходы к подготовке менеджеров для сферы физической культуры и спорта: монография / Ю. А. Зубарев, А. А. Сучилин, Е. М. Губина, Ю. А. Орлова. – Волгоград, 2010. – 244 с.

5. Кондрашова, С.С. Информационные технологии в управлении: Учебное пособие. - К.: МАУП. 1998. - 138 с.

6. Ливицкий, А.Н., Факторович, Л.М. О некоторых аспектах компьютеризации физкультурных вузов // Теор. и практ. физ. культ. 1994, № 3/4.

7. Орлова, Ю. А. Информационные технологии управления: учебно-методические рекомендации / Ю. А. Орлова; Ю. А. Зубарев; ФГОУ ВПО "Волг. гос. акад. физ. культуры", Каф. менеджмента. - Волгоград, 2008. - 155 с.

8. Орлова, Ю.А. Современные информационные технологии в подготовке менеджеров: монография. – Волгоград, 2009. – 214 с.

УДК 796. 01

ПРИОРИТЕТНЫЕ НАПРАВЛЕНИЯ РАЗВИТИЯ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА В РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ ДО 2030 ГОДА

*Кудинова В.А., д.п.н., доцент,
Волгоградская государственная академия физической культуры,
Волгоград, Россия*

В статье определены перспективные направления развития физической культуры и спорта в Российской Федерации, показан способ прогнозирования показателей развития, основанный на приведении в соразмерное соотношение количественных и качественных характеристик для повышения эффективности физкультурно-спортивной деятельности.

Ключевые слова: показатели эффективности, развитие физической культуры и спорта, ресурсные возможности отрасли, прогнозирование.

PRIORITY DIRECTIONS OF PHYSICAL EDUCATION DEVELOPMENT IN THE RUSSIAN FEDERATION UNTIL 2030

*Kudinova V.A., Grand PhD, associate professor, victori205@yandex.ru
Volograd State Academy of Physical Education, Volgograd, Russia*

The article identifies perspective directions of development of physical Education and sports in the Russian Federation, shows a method of forecasting development indicators, based on a proportional correlation of quantitative and qualitative characteristics to increase the effectiveness of physical Education and sports.

Keywords: performance indicators, development of physical Education and sports, resource capabilities of the industry, forecasting

Цель исследования – определить приоритетные направления развития физической культуры и спорта в Российской Федерации до 2030 года. В работе использовались теоретические **методы исследования** (прогнозирование, моделирование, проектирование, SWOT-анализ) и эмпирические методы (изучение руководящих документов и статистических материалов, математико-статистической обработки результатов).

Определение показателей эффективности физкультурно-спортивной деятельности существенно повышает объективность прогнозирования характеристик развития физической культуры и спорта в Российской Федерации на период до 2030 года и обеспечивает необходимую динамику результатов развития.

Актуальность. Важный компонент анализа развития сферы физической культуры – это определение и последующий прогноз изменений ключевых показателей. Разработанный нами способ прогнозирования характеристик развития физической культуры и спорта в Российской Федерации до 2030 года основан на последовательном расчете показателей в зависимости от определения рациональной динамики эффективности физкультурно-спортивной деятельности.

Анализ результатов статистических отчетов развития физической культуры и спорта в Российской Федерации за период 2000-2022 годы свидетельствует о разбалансированности качественных показателей развития [1]. Для динамичного развития физической культуры и спорта необходимо реализовывать ресурсные возможности отрасли: увеличивать количество подготовленных спортсменов-разрядников, мастеров спорта России и мастеров спорта России международного класса, повышать профессиональный уровень физкультурно-спортивных кадров и эффективность их деятельности [4], привести в соразмерное соотношение количественные и качественные характеристики развития [3], эффективно использовать спортивные сооружения и финансовые средства [2].

Результаты исследования. В 2000-2022 годы показатели эффективности физкультурно-спортивной деятельности постепенно снижались и достигли наименьших величин в 2022 году (0,85 усл. ед.). Эта негативная тенденция изменения характеристик эффективности деятельности связана, прежде всего, с уменьшением количества подготовленных спортсменов-разрядников на одного физкультурного работника, несоразмерным сочетанием количества спортивных сооружений на 1 млн. населения, неэффективной реализацией кадровых, материально-технических и финансовых ресурсов.

Средняя величина годовых приростов количества занимающихся физической культурой и спортом за период 2020-2030 годы должна составлять 4,7%, а ежегодные показатели прироста этой характеристики должны иметь снижающую тенденцию. Показатели численности занимающихся в 2024 году будут составлять 75,62 млн. чел. (55,0%), 2030 г. – 97,34 млн. чел. (70,0%).

В 2020 году отмечалась низкая эффективность подготовки спортсменов массовых разрядов, первого разряда и КМС (3,77 чел. на одного физкультурного работника), мастеров спорта России (14,4 чел. на 1 тыс. физкультурных работников) и мастеров спорта России международного класса (1,43 чел. на 1 тыс. физкультурных работников).

Нами на основе рассчитанных уравнений регрессии определены параметры подготовки спортсменов-разрядников на период до 2030 года: количество подготовленных спортсменов массовых разрядов на одного физкультурного работника в 2024 году будет равно 6,4 чел., в 2030 году – 8,2 чел.; первого разряда и КМС на 100 физкультурных работников соответственно 52,2 чел. и 67,3 чел.; мастеров спорта России на 1 тыс. физкультурных работников – 19,1 чел. и 23,5 чел.; мастеров спорта России международного класса на 1 тыс. физкультурных работников – 2,45 чел. и 3,02 чел.

В 2020 году наибольший средний суммарный оценочный результат эффективности и продуктивности физкультурно-спортивной деятельности субъектов Российской Федерации достигался при количестве занимающихся на одного физкультурного работника – 152,1 чел. В 2024 году будет составить 167,0 чел., 2030 году – 178,3 чел.

Результаты эффективности физкультурно-спортивной деятельности зависят от численности занимающихся на одного физкультурного работника ($r = - 0,624$), поэтому избыточность занимающихся на одного педагога в период 2020-2022 годы окажет в последующие годы негативное влияние на эффективность физкультурно-спортивной деятельности.

Используя данные о численности занимающихся на одного физкультурного работника, составляем уравнения регрессии для определения оптимальной величины количества физкультурных работников на 10 тыс. жителей (Таблица 1). В каждый временной период необходимо сопоставлять показатели количества занимающихся на одного физкультурного работника и число физкультурных работников на 10 тыс. населения, чтобы определить рациональное управленческое решение для этого периода.

Таблица 1 – Рациональное соотношение относительных показателей численности занимающихся физической культурой и спортом и количества физкультурных работников

Годы	Уравнения регрессии	Кол-во занимающихся на одного физкультурного работника, чел	Кол-во физкультурных работников на 10 тыс. жителей, чел.
2018	$y = - 0,076 x + 36,44$	140,1	25,8
2019	$y = - 0,075 x + 37,74$	147,2	26,7
2020	$y = - 0,074 x + 38,85$	152,1	27,6
2024	$y = - 0,070 x + 41,69$	167,0	30,0
2030	$y = - 0,065 x + 45,28$	178,3	33,7

В Российской Федерации необходимо в среднем ежегодно увеличивать на 5,64 тыс. чел. численность физкультурных кадров, чтобы выйти на оптимальный показатель до 2030 года (33,7 чел. на 10 тыс. жителей). Практика развития физической культуры и спорта указывает на возможность достижения данного показателя при напряженной деятельности физкультурных образовательных учреждений страны.

Количество ЕПС спортивных сооружений на 10 тыс. населения постоянно увеличивается (2020 г. – 632,1 ед., 2024 г. – 698,6 ед., 2030 г. – 843,5 ед.), а ЕПС спортивных сооружений на 1 тыс. занимающихся – вначале уменьшается (2020 г. – 138,5 ед., 2024 г. – 127,2 ед.), а затем увеличивается (2030 г. – 139,7 ед.).

Проблемой является повышение загруженности спортивных сооружений (средний показатель 2020 года составлял 50,7%): стадионы – 17,9%, спортивные залы – 47,2%, плоскостные спортивные сооружения – 55,7%, бассейны – 60,3%. Необходимо повысить данный средний показатель до 70%, а затем актуализировать строительство новых спортивных сооружений на основе равномерности регионального размещения и территориальной доступности. Нами разработаны параметры соразмерного сочетания количества спортивных сооружений на 1 млн. населения: стадионы (2020 г. – 14,1 ед., 2024 г. – 15,9 ед., 2030 г. – 19,4 ед.); плоскостные спортивные сооружения (2020 г. – 1 262,0 ед., 2024 г. – 1 418,0 ед., 2030 г. – 1 669,2 ед.); спортивные залы (2020 г. – 578,2 ед., 2024 г. – 632,2 ед., 2030 г. – 775,9 ед.); плавательные бассейны (2020 г. – 44,0 ед., 2024 г. – 49,8 ед., 2030 г. – 59,2 ед.). Выполнение этих показателей позволит

планомерно осуществлять стабильный рост материально-технической базы отрасли на период 2020-2030 годы.

Необходимо показатели эффективности физкультурно-спортивной деятельности представить в качестве системообразующего признака в процессе прогнозирования показателей развития физической культуры и спорта в Российской Федерации на период до 2030 года. С учетом ресурсных возможностей отрасли определена рациональная динамика показателей эффективности физкультурно-спортивной деятельности: 2024 год – 1,07 усл. ед., 2027 год – 1,16 усл. ед., 2030 год – 1,25 усл. ед. Такой подход позволит вывести количественные (численность занимающихся, количество физкультурных кадров и спортивных сооружений, финансирование физической культуры и спорта) и качественные (эффективность и продуктивность) показатели развития физической культуры и спорта в Российской Федерации до 2030 года на стабильный и устойчивый рост.

Ожидаемые результаты развития физической культуры и спорта в Российской Федерации на период до 2030 года:

- количество граждан, занимающихся физической культурой и спортом (2024 год – 75,62 млн. чел., 2030 год – 97,34 млн. чел.);

- доля детей и молодежи, систематически занимающихся физической культурой и спортом (2024 г. – 89,1%, 2030 г. – 91,1 %);

- доля граждан среднего возраста (2024 г. – 48,5%, 2030 г. – 54,5%), систематически занимающихся физической культурой и спортом;

- доля граждан старшего возраста (2024 г. – 23,0%, 2030 г. – 33,8%), систематически занимающихся физической культурой и спортом;

- доля лиц с ограниченными возможностями здоровья и инвалидов (2024 г. – 23,0%, 2030 г. – 28,0%), систематически занимающихся физической культурой и спортом, в общей численности данной категории населения;

- доля сельского населения (2024 г. – 31,4%, 2030 г. – 42,5%), систематически занимающегося физической культурой и спортом;

- количество систематически занимающихся физической культурой и спортом по месту работы (раздел: предприятия, учреждения, организации): 2024 год – 16,5 млн. чел., 2030 год – 18,2 млн. ед.;

- доля населения, занятого в отрасли «Физическая культура и спорт», в общей численности занятого населения Российской Федерации (2024 г. – 0,60%, 2030 г. – 0,65%);

- доля детей и молодежи в возрасте от 9 до 29 лет, выполнивших нормы испытаний ВФСК ГТО в отчетном году (2024 г. – 68,0%, 2030 г. – 80,0%), в общей численности детей и молодежи данной возрастной группы;

- доля занимающихся на этапе высшего спортивного мастерства в организациях, осуществляющих спортивную подготовку (2024 г. – 0,8%, 2030 г. – 1,0%), в общем количестве лиц, осваивающих федеральный стандарт спортивной подготовки;

- доля российских спортсменов, ставших призерами Олимпийских игр, в общем количестве российских спортсменов, участвующих в Олимпийских играх (2024 г. – 10,0%, 2030 г. – 10,5%) с учетом снятия санкций ВАДА с спортивных федераций России;

- количество подготовленных спортсменов-разрядников и присвоение спортивных званий: массовые разряды (2024 г. – 2 897,9 тыс. чел., 2030 г. – 3 632,7 тыс. чел.), первый спортивный разряд и КМС (2024 г. – 236,4 тыс. чел., 2030 г. – 314,6 тыс. чел.), мастер спорта России (2024 г. – 8 648 чел., 2030 г. – 10 984 чел.) и мастер спорта России международного класса (2024 г. – 1 109. чел., 2030 г. – 1 412. чел.);

- доли граждан (2024 г. – 64,0%, 2030 г. – 76,0%), удовлетворенных условиями для занятий физической культурой и спортом;

- численность физкультурных кадров (2024 г. – 452,8 тыс. чел., 2030 г. – 467,4 тыс. чел.);
- эффективность работы физкультурных кадров (2024 г. – 179,4 усл. ед., 2030 г. – 223,6 усл. ед.);
- доля спортсменов, имеющих массовые спортивные разряды (2024 г. – 92,0%, 2030 г. – сохранение достигнутого уровня), от общего количества присвоенных спортивных разрядов и званий;
- количество ЕПС спортивных сооружений (2024 г. – 8,88 млн. чел, 2030 г. – 11,64 млн. чел.), Количество спортивных сооружений в 2030 году: стадионы – 2 677 ед. (2024 г. – 2 183 ед.), плоскостные спортивные сооружения – 230,3 тыс. ед. (2024 г. – 194,9 тыс. ед.), спортивные залы – 107,1 тыс. ед. (2024 г. – 86,9 тыс. ед.), плавательные бассейны – 8,17 тыс. ед. (2024 г. – 6,84 тыс. ед.). Обеспеченность населения спортивными сооружениями (процент от нормы): 2024 год – 60,0%, 2030 год – 70,0%;
- эффективность использования спортивных сооружений (2024 г. – 9,11 усл. ед., 2030 г. – 9,64 усл. ед.);
- финансирование физической культуры и спорта на одного жителя (2024 г. – 4,25 тыс. руб., 2030 г. – 4,95 тыс. руб.).

Приоритетные направления развития физической культуры и спорта:

- повышение эффективности подготовки спортсмена массовых разрядов (5,2 чел. на одного физкультурного работника), 1 разряд и КМС (45,4 чел. на 100 физкультурных работников), используя опыт работы специалистов Республик Марий Эл, Мордовии, Чувашии, Краснодарского края, Пензенской и Смоленской областей;
- увеличение эффективности подготовки мастеров спорта России и мастеров спорта России международного класса, реализуя опыт работы специалистов Республики Башкортостан, Москвы, Санкт-Петербурга, Московской области, Краснодарского края, Волгоградской и Свердловской областей;
- повышение загруженности спортивных сооружений до 70,0%, особенно стадионов;
- повышение обеспеченности населения и занимающихся физкультурных кадрами.

В 2025-2030 годы важно повысить эффективность подготовки спортсменов массовых разрядов (8,2 чел. на одного физкультурного работника), первого разряда и КМС (67,3 чел. на 100 физкультурных работников), мастеров спорта России (23,5 чел. на 1 тыс. физкультурных работников) и МСМК России (3,02 чел. на 1 тыс. физкультурных работников), эффективность реализации кадровых материально-технических и финансовых ресурсов, использовать параметры показателей, имеющих характер опережающего развития.

Библиографический список:

1. Кудинова, В.А. Оценка продуктивности и эффективности физической культуры и спорта в субъектах Российской Федерации / В.А. Кудинова, А.А. Кудинов / Современные проблемы науки и образования. – 2014. – № 4. [http:// www.science – education. ru /118 – 13965](http://www.science-education.ru/118-13965).
2. Кудинова, В.А. Эффективность деятельности физкультурных кадров в субъектах Российской Федерации / В.А. Кудинова, В.Ю. Карпов и др. // Теория и практика физической культуры. – 2016. – № 11. – С. 14-16.
3. Meza, L. A. Assessing the efficiency of sports in using financial resources with DEA models / L. A. Meza, R. P. Valeri, J. C De Mello // Procedia Computer Science. –2015. – № 55. – P. 1151-1159
4. Паршикова, Н.В. Развитие физической культуры и спорта: стратегия будущего / Н. В. Паршикова, С.И. Изаак, В.Н. Малиц Орлова // Теория и практика физической культуры. – 2017. – № 12. – С. 3-5.

АНАЛИЗ И ФОРМИРОВАНИЕ КОНКУРЕНТНЫХ ПРЕИМУЩЕСТВ СПОРТИВНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНОГО КЛУБА

*Перфильева И. В., к.п.н., доцент,
Волгоградская государственная академия физической культуры,
Волгоград, Россия*

Каждая организация уникальна в своем роде, и процесс разработки и принятия конкурентной стратегии также уникален, так как он зависит от многих факторов: позиции фирмы на рынке, динамики развития, ее потенциала, поведения конкурентов, характеристик товара или оказываемых ею услуг, состояния экономики и т. д.

В процессе исследования и анализа маркетинговой деятельности спортивно-оздоровительных клубов следует обозначить ключевые стратегические приоритеты формирования их конкурентных преимуществ. Каждый из них может быть использован менеджментом спортивно-оздоровительного клуба для построения конкурентной стратегии в зависимости от конкретных возможностей и условий

Ключевые слова: индустрия спорта, спортивный менеджмент, конкурентные преимущества, маркетинговые решения, повышение конкурентоспособности организации.

ANALYSIS AND FORMATION OF COMPETITIVE ADVANTAGES OF A SPORTS AND HEALTH CLUB

*Perfileva I.V., PhD, Associate Professor,
Volgograd State Academy of Physical Education,
Volgograd, Russia*

Each organization is unique in its own way, and the process of developing and adopting a competitive strategy is also unique, since it depends on many factors: the company's position in the market, development dynamics, its potential, the behavior of competitors, the characteristics of the product or services it provides, the state of the economy etc.

In the process of research and analysis of the marketing activities of sports and health clubs, the key strategic priorities for the formation of their competitive advantages should be identified. Each of them can be used by the management of a sports and health club to build a competitive strategy depending on specific opportunities and conditions.

Key words: sports industry, sports management, competitive advantages, marketing decisions, increasing the competitiveness of the organization.

Возрастающее значение спортивной культуры и спорта на современном этапе общественного развития, спортивные мероприятия не только в социальной, но и в экономической сфере, в политической сфере, организации вынуждены совершенствоваться в целях для достижения наиболее эффективной и результативной конкурентной деятельности.

Учитывая эти тенденции, очевидна необходимость организации эффективного и действенного органа управления, а от его способности и своевременности принятия решений зависит жизнеспособность отдельно взятой спортивной организации.

Необходимо учитывать особенности в управлении физкультурно-спортивной организацией, так как помимо основных механизмов функционирования управленческого аппарата, специфика сферы физической культуры, в том числе основных продуктов деятельности это сферы, отражается и на аппарате управления.

Актуальность исследования. Рациональное использование потенциала в текущей деятельности становится, исключительно важным при осуществлении такого

управления, которое обеспечивает конкурентные преимущества в быстро меняющейся среде.

Спортивные клубы – это организации, сочетающие в себе самые различные направления деятельности. Как правило, это центры, предлагающие самый разнообразный перечень услуг – от тренажерного зала до сауны и массажного салона. Спортивные клубы давно уже превратились в центры семейного досуга. В этих заведениях, как правило, есть постоянные клиенты, пользующиеся особыми привилегиями.

Конкуренция является одним из самых сильных стимулов улучшения деятельности предприятия гостиничного бизнеса. Конкуренция мотивирует руководителей бизнеса более активно внедрять в деятельность предприятий современные методы управления, не зависимо от предоставляемых услуг. Практика показывает, что нет единой стратегии управления конкурентоспособностью компании.

Цель исследования заключается в анализе и формировании конкурентных преимуществ организации.

Гипотеза исследования: мы предполагаем, что необходимо обозначить ключевые стратегические приоритеты формирования конкурентных преимуществ в процессе маркетинговой деятельности спортивно-оздоровительных клубов. Формирование стратегического планирования определяется рядом факторов и способом успеха организации в достижении положительного бизнес-результата. Каждый из них может быть использован менеджментом спортивно-оздоровительного клуба для построения конкурентной стратегии в зависимости от конкретных возможностей и условий.

Объектом исследования являются спортивно-оздоровительные клубы.

Предметом исследования является процесс управления индустрией физкультурно-спортивных услуг на основе развития спортивных клубов с целью формирования конкурентных преимуществ спортивной организации.

Теоретическая значимость результатов исследования заключается в углублении и дополнении вопросов повышения эффективности и качества физкультурно-спортивных услуг.

Практическая значимость результатов исследования заключается в том, что данные, полученные в ходе проведенного исследования и разработанные рекомендации в области спортивного менеджмента могут быть использованы в практической работе спортивных менеджеров для совершенствования деятельности физкультурно-спортивных организаций в современных условиях России.

Степень изученности проблемы

Исследования последних лет в сфере физической культуры и спорта, труды отечественных и зарубежных авторов в сфере управления конкурентоспособностью предприятий: учебники, учебные пособия, научные статьи, данные исследуемого предприятия, аналитические сведения из интернет-ресурсов и собранная автором информация. Над этой проблемой работали российские и зарубежные ученые, такие как: Дурович А. П., Аренков И. А., Данилов А., Михайлова С, Данилова Т. и другие специалисты.

Конкурентоспособность компании является способностью противостоять на рынке другим производителям и поставщикам аналогичной продукции как по степени удовлетворения своими товарами или услугами конкретной потребности покупателей, так и по эффективности бизнеса.

В силу специфических особенностей услуг, в числе которых Ф. Котлер называет их нематериальность и неосвязаемость, потенциальный клиент физкультурно-спортивной организации, находясь на этапе первоначального рыночного выбора, не может объективно оценить качество приобретаемой услуги, и вынужден верить продавцу на слово. Кроме того, со временем, по мере развития и насыщения рынка

отрасли «Физическая культура и спорт» соответствующими услугами, которые будут близки или практически идентичны по качеству и цене, характер конкуренции неизбежно сместится в сторону конкурентной борьбы между имиджами спортивных организаций и их услуг.

В этой связи обратимся к рассмотрению стратегий создания конкурентных преимуществ на базе имиджа физкультурно-спортивных организаций и производимых ими услуг.

Исследования показывают, что внимание лидеров к реализации стратегических решений определяет рост прибыли и увеличивает удовлетворенность клиентов. В сочетании с инновациями такие стратегические решения влияют на конкурентное превосходство организации.

Внедрение инноваций позволит успешнее применить смешанные стратегии и модель, ориентированную на осознанное решение руководителей подключить дифференциацию цен и контроль расходов.

Выбор и применение стратегических инструментов планирования деятельности могут увеличить возможности для малого и среднего бизнеса выживание в конкурентной бизнес-среде и способствовать его росту. Хотя лидеры малого и среднего бизнеса стремятся к успеху и развитию, без стратегии и тактики они остаются уязвимыми в связи с необходимостью использования ресурсов и повышения производительности.

Окружающая среда влияет на организации, и они меняются и выбирают среды, используя организационную стратегию в принятие решений. Внимание к стратегическому управлению в малом и среднем бизнесе организации необходимо для улучшения и успешного развития на растущих рынках.

Управление человеческими ресурсами также должно обсуждаться, так как это главный вспомогательный элемент в стратегии создания конкурентных преимуществ организацией. Управление человеческими ресурсами работает для достижения организационных целей в том, что ставит работников с соответствующими компетенциями, с соответствующими навыками в правильные должности в организации в правильное время для достижения поставленных целей и они выполняют задачи на самом высоком уровне качества. Руководители высшего звена чаще всего это люди, а не деньги или техника что является главной движущей силой организации.

Измерение успеха стратегии создания конкурентных преимуществ в развитой организации процесс очень сложный. Он требует разностороннего отношения к целям, деятельности и результатам организации, которые связаны с развитием каждого вида деятельности и отдельных сотрудников компании.

Устойчиво позитивный имидж выступает как стимул к первоначальному выбору услуги, как основной мотив к предпочтению данной конкретной организации перед конкурентами. В пользу этого утверждения свидетельствуют результаты проведенных нами опросов 1036 систематических пользователей услуг массового спорта, среди которых были учащиеся и представители взрослого населения [14]. В ходе опросов было выявлено, что в 62,9 % случаев одним из факторов, обусловивших окончательное принятие решения о становлении клиентом избранной физкультурно-спортивной организации, стал узнаваемый позитивный имидж данной организации, ее тренерско-преподавательского коллектива и предоставляемых услуг.

Рынок каждой спортивной организации - это определенное социальное пространство, в котором занимающиеся, а значит, и многие из их окружения, широко осведомлены о деятельности организации, так как получают дополнительную информацию в ходе прямых контактов с представителями педагогического коллектива, административно-управленческого аппарата и обслуживающего персонала организации.

Эта информация, касающаяся производства и потребления физкультурно-спортивных услуг, проста и понятна любому пользователю, а скорость ее распространения в социальной среде чрезвычайно высока. Именно поэтому факторы, способствующие повышению имиджа, оцениваются рынком в короткие сроки, и, наоборот, если клиент замечает какие-либо недостатки в услугах физкультурно-спортивной организации, он распространяет в потребительской среде и негативную информацию, не уступающую в скорости проникновения информации, благоприятной для данной организации. Важной особенностью услуг физкультурно-спортивной сферы является оценка потребителем качества услуг. Оно определяется полученными результатами. Здесь очень важно построить эффективное взаимодействие между заказчиком услуги и персоналом, оказывающим услугу.

Кроме того, имидж чрезвычайно устойчив, и если организация не работает над созданием позитивного имиджа, то он формируется стихийно, а иногда и под влиянием так называемых черных PR-технологий и в этом случае не соответствует тому образу, который организация хотела бы иметь.

Стратегическим решением в отношении новых конкурентов из смежных отраслей и видов деятельности может быть разработка программ партнерства, в основе которого лежат более глубокие компетенции спортивно-оздоровительных клубов в общефизической подготовке, методике тренировок, медицинском сопровождении. В свою очередь, специализированные проекты (бег, единоборства, командные игры) могут дать дополнительные конкурентные преимущества спортивно-оздоровительному клубу за счет углубления видовых компетенций.

Другим направлением является создание образовательных и консалтинговых продуктов, с помощью которых потенциальные конкуренты из смежных сфер деятельности становятся клиентами клуба.

Без точного определения и глубокого понимания в первую очередь клиентов и конкурентов менеджмент клуба не способен построить конкурентоспособное рыночное предложение.

Конкурентоспособная концепция клуба

- предположение о существовании эффективной модели деятельности спортивнооздоровительного клуба, предлагающего определенным целевым группам востребованные ими услуги. Концепция клуба выстраивается как комбинация компонентов двух видов специализации - видовой (аэробика, силовые упражнения, йога, кардиотренинг, единоборства, плавание, спортивные игры и т.п.) и клиентской (сегменты по доходам, демографическим, географическим, поведенческим и т.п. признакам).

Управление временем клиента тайм-маркетинг является новым направлением научных исследований. Среди них: готовые мероприятия, позиционирование во времени, «горячая» линия, пространство-время, информационные узлы, кросс-промо, события-заполнения, концентрация предложений, дополнение, многофункциональность предложения, конструктор, самообслуживание, отложенное благо, тестирование, новый отсчет, стимулирование, конвергенция времени.

Брендинг также рассматривается в качестве одного из приоритетов и позволяет сформировать конкурентные преимущества клуба за счет концентрации маркетинговых активов спортивно-оздоровительного клуба - уникальных технологий оказания услуг, отношений с клиента. Наличие сильного бренда позволяет клубу получать дополнительные доходы, развивать сетевую структуру, более эффективно внедрять инновации и т.п.

Рекомендуется выстраивать программы кроссмаркетинга спортивно-оздоровительного клуба на нескольких уровнях: совместное исследование рынка; разработка совместных продуктов (например, программ лояльности и т.п.); совместное

использование ценовых инструментов стимулирования; совместное продвижение и стимулирование; построение согласованных каналов сбыта.

Современный спортивно-оздоровительный клуб в силу специфики своей рыночной деятельности уже привлекает внимание представителей целевых аудиторий. В акцентирование усилий менеджмента на повышении привлекательности спортивно-оздоровительного клуба и стабильном поддержании внимания к нему со стороны определенных целевых аудиторий (клиентов, местных жителей, поставщиков, партнеров и т.п.). Иными словами, клуб следует рассматривать как центр притяжения аудиторий, внимание, лояльность и время которых может быть предложено тем, кто заинтересован в них - спонсорам, рекламодателям, лицензиатам и т.п. Это клиенты особого типа, отношения с которыми раскрывают скрытый маркетинговый потенциал и способствуют формированию дополнительных конкурентных преимуществ спортивно-оздоровительного клуба.

Таким образом, представленные стратегические приоритеты следует рассматривать как общие направления действий, и без их глубокого понимания невозможно построить эффективный комплекс маркетинговых инструментов, сформировать систему конкурентных преимуществ.

Каждая организация, которая существует на рынке спортивно-оздоровительных услуг, имеет конкурентов. Для того чтобы не проиграть в этой конкурентной борьбе, руководитель организации должен регулярно проводить анализ своего конкурентного положения сравнительно других учреждений. Изучения конкурентов предоставляют возможность раскрыть причины их успеха на рынке спортивно-оздоровительных услуг, скорректировать собственную деятельность, а также разработать самую продуктивную стратегию развития.

Библиографический список:

1.Беликова Е.В., Зубарев Ю.А., Перфильева И.В. Влияние коммерциализации спорта на проблемы управления спортивной организацией. - Ж.: Бизнес. Образование. Право. Вестник Волгоградского института бизнеса. –2020. - № 1 (50). - Волгоград: Изд-во «ПринТерра», 2020. - С.54-59.

2. Михайлов А. М. Проблемы выбора маркетинговых стратегий на корпоративном уровне // Экономические науки. 2014. № 6. С. 9–10.

3. Никишина О. Е. Конкурентная оценка регионального рынка фитнес – индустрии: особенности и тенденции развития // Молодой ученый. 2016. №9. С. 75–78.

4. Перфильева И.В. Анализ развития предпринимательства и бизнеса в спортивной индустрии / А.Д. Иванова, И.В. Перфильева // Сб.: Актуальные социально-экономические проблемы развития общества в России и за рубежом: материалы III Всероссийской научно-практической конференции с международным участием, Волгоград, 26 ноября 2021 года. // Волгоградский институт бизнеса. – Волгоград; Саратов: Амирит, 2021. – С. 516-519.

5. Перфильева И.В. Анализ и перспективы развития рынка индустрии спорта в Российской Федерации: // Сб.: «Физическая культура и спорт в XXI веке: актуальные проблемы и пути решения»: материалы II-й Международной научно-практической конференции. под общей ред. Горбачевой В.В., Борисенко Е.Г., 2022. С. 338-342.

6. Смирнов С. И. Разработка модели качества фитнес–услуг // Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта. 2015. №9. С. 130–134.

УДК 796.007.4

ОБЗОР ЗАРУБЕЖНЫХ ИСТОЧНИКОВ ПО ВОПРОСАМ ОКАЗАНИЯ ФИЗКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫХ УСЛУГ

*Симонова К.Ю., к.филол.н., доцент,
Ткаченко Я.А.,*

*Сибирский государственный университет физической культуры и спорта,
Омск, Россия*

В данной статье рассматривается проблема оказания физкультурно-оздоровительных услуг в России и за рубежом. Приведена актуальность исследования, а так же рассматриваются методы и аспекты оценки качества услуг зарубежными авторами. Исследование и разработка регулирующих механизмов, аспектов и стандартов играют важную роль в решении данных проблем и обеспечении безопасности и качества физкультурно-оздоровительных услуг за рубежом.

Ключевые слова: качество, физкультурно-оздоровительные услуги, исследование.

REVIEW OF FOREIGN SOURCES ON THE PROVISION OF PHYSICAL EDUCATION AND HEALTH SERVICES

*Simonova K.Yu., PhD, Associate Professor,
Tkachenko Y.A.,*

*Siberian State University of Physical Education and Sports,
Omsk, Russia*

This article considers the problem of providing physical Education and health services in Russia and abroad. The relevance of the study is presented, as well as the methods and aspects of assessment of quality of services by foreign authors are considered. Research and development of regulatory mechanisms, aspects and standards play an important role in addressing these issues and ensuring the safety and quality of physical education services abroad.

Keywords: quality, physical Education and health services, research.

Актуальность. Понятие качества обычно описывает степень соответствия или уровень исполнения чего-либо в соответствии с определенными стандартами, требованиями или ожиданиями. Качество может относиться к различным аспектам и сферам жизни, таким как товары, услуги, процессы, системы, организации и т. д. Оценка качества может быть основана на различных критериях, которые могут включать надежность, эффективность, долговечность, безопасность, удобство использования, соответствие стандартам, уровень удовлетворенности клиентов и другие факторы.

Качество обычно определяется и измеряется с использованием определенных методов и метрик. Например, в производстве товаров качество может быть измерено с помощью тестирования продукта на соответствие определенным спецификациям, а также путем контроля качества во время процесса производства. В области услуг качество может быть оценено на основе уровня удовлетворенности клиентов, исследований качества обслуживания и других метрик.

Толкование понятия «Качество» ведется с разных научных позиций: философской, экономической, управленческой, социальной и др. В 60-е годы прошлого века отечественные ученые провели исследование, в рамках которого были изучены разные точки зрения на суть понятия "качество продукции". Благодаря этому исследованию было обнаружено более ста различных толкований данного понятия.

Особый интерес вызывают японские методы управления качеством.

Качество физкультурно-оздоровительных услуг относится к уровню их предоставления, соответствию ожиданиям и потребностям клиентов, а также достижению заявленных целей и результатов. Оно включает в себя несколько аспектов, которые могут варьироваться в зависимости от конкретного контекста и типа услуг, предоставляемых в рамках физкультурно-оздоровительной деятельности.

Анализируя принципы эффективного управления качеством в спортивных организациях, таких как спортивные клубы, следует выделить важные управленческие функции, которые играют решающую роль в достижении успеха в этой области. Взаимодействие с внешней средой помогает уловить ключевые тренды и актуальные потребности, чтобы адаптировать стратегии и тактики к изменяющимся условиям. Разработка и реализация политики и планирования качества являются фундаментом, на котором строится весь процесс управления. Обучение и мотивация персонала несут в себе потенциал для создания команды высококвалифицированных и мотивированных специалистов, способных достичь приоритетных целей в области качества. Организация работ по качеству, контроль качества и передача информации о качестве являются неотъемлемыми элементами, обеспечивающими эффективность и последовательность всего процесса управления качеством. Разработка мероприятий и принятие решений являются существенной частью процесса улучшения качества и обеспечения успешной деятельности спортивной организации. Внедрение разработанных мероприятий в жизнь завершает цикл управления качеством, внося изменения и обеспечивая инновационное развитие спортивной организации.

Проблема исследования. Отсутствие информации из зарубежных источников по данной теме исследования.

Задача исследования состоит в анализе зарубежной литературы по вопросу качества оказания физкультурно-оздоровительных услуг.

Методы исследования: Обзор иностранной литературы из оригинальных источников, общим объемом 100000 печатных знаков.

Хелена Феррейра-Барбоса, Жоау Барбоза, Бебиана Сабино, Ваня Лурейро в своей статье «Факторы, определяющие качество обслуживания, влияющие на удовлетворенность клиентов в фитнес-центрах: систематический обзор» пишут, что целью настоящего систематического обзора было изучение факторов, определяющих качество обслуживания фитнес-центра, которые больше всего влияют на удовлетворенность клиентов. В рамках стратегии электронного поиска было проведено 378 исследований. Результаты обзора подтверждают важность качества обслуживания для повышения удовлетворенности клиентов, что приводит к будущим намерениям клиентов пользоваться брендом, повышению лояльности и удержанию клиентов. Авторы статьи говорят, что благодаря исследованиям, включенным в этот систематический обзор, удалось выделить девять аспектов качества обслуживания как предсказателей удовлетворенности клиентов: качество оборудования, качество инструкторов и персонала стойки регистрации, цена, вспомогательные услуги, восстановление обслуживания, обеспечение обслуживания, онлайн-маркетинг и отношения с клиентами. В данной статье представлена полезная и глобальная информация о самых актуальных факторах качества обслуживания. Учитывая конкуренцию фитнес-рынка, понимание факторов, влияющих на качество обслуживания, позволяет менеджерам лучше выбирать стратегии для повышения удовлетворенности клиентов.

В статье «Ожидания в отношении качества обслуживания в контексте фитнес-центра: проверка компонента ожиданий шкалы SERVQUAL в Греции» авторы Пейцика Эйрины, Димитра Кисса и София Чацци рассматривают исследование, направленное на изучение надежности и обоснованности компонента ожиданий показателя SERVQUAL в десяти греческих фитнес-центрах. Собрав данные от 216 пользователей, показано, что

SERVQUAL является очень надежной шкалой для измерения ожидаемого качества обслуживания, однако первоначальные предложенные пять измерений не были подтверждены. Исследование проводится по критической шкале SERVQUAL и является одной из первых стадий адаптации шкалы SERVQUAL в десяти фитнес-центрах. Учитывая важность выявления ожиданий клиентов и обеспечения желаемого уровня качества обслуживания, данное исследование направлено на изучение надежности и обоснованности компонентов. Авторы описывают пять общих измерений качества обслуживания: материальные активы (внешний вид помещений, оборудования, внешний вид обслуживающего персонала, а также все, что относится к физическому помещению организации), надежность (способность точно и надежно предоставить обещанную услугу), оперативность (готовность персонала понимать потребности клиентов, оказывать помощь клиентам и отвечать на вопросы и жалобы клиентов), уверенность (компетентность персонала в отношении навыков и знаний, необходимых для оказания услуги, а также способность вызывать доверие), эмпатия (способность фирмы слушать и понимать потребности клиентов, а также обеспечивать постоянный уход, индивидуальное внимание и индивидуализацию).

Стефан Лагросен и Ивонн Лагросен в статье «Исследование качества услуг в сфере здоровья и фитнеса», ставят целью выявление аспектов качества в индустрии здоровья и фитнеса и изучение существенных аспектов практики управления качеством в организациях этой отрасли. Для сбора данных используются качественные методы в форме глубинных интервью и наблюдения. В статье показано, что разработана и представлена структура управления качеством фитнеса. Установлено, что качественными показателями являются «удовольствие», «психические изменения» и «физические изменения». Основные факторы, способствующие развитию, определяются как «компетентность в отношениях» и «техническая компетентность». Другие косвенные факторы также идентифицируются и описываются. В статье показано, что, поскольку структура основана на сборе качественных данных, взаимосвязи не поддаются количественной оценке. Исследование также способствует общему пониманию качества обслуживания и демонстрирует полезность индуктивной качественной методологии в этом отношении.

Проведенный анализ показал, что данная проблема широко рассматривается в зарубежных ресурсах, что помогает провести более широкий анализ и стандартизировать мероприятия по улучшению качества оказания физкультурно-оздоровительных услуг за рубежом и в нашей стране. Учитывая эти аспекты, важно тщательно планировать и рассматривать все возможные риски и преимущества при решении о получении физкультурно-оздоровительных услуг.

Библиографический список:

1. Babakus, E., & Boller, G. W. (1992). An empirical assessment of the SERVQUAL scale. *Journal of Business Research*, 24 (3), 253–268
2. Ferreira-Barbosa, H. Determinants of service quality influencing customer satisfaction in fitness centers: A systematic review // Ferreira-Barbosa, H., Barbosa, J., Sabino, B., Loureiro, V. // Instituto Politécnico de Beja. Departamento de Artes, Humanidades e Desporto. Beja, Portugal, 2023. 2-16 pp.
3. Lagrosen, S., Lagrosen, Y. Exploring service quality in the health and fitness industry // Lagrosen S., Lagrosen Y. // *Managing Service Quality* Vol. 17 No. 1, 2007. 41-53 pp.
4. Peitzika, E., Chatzi, S., Kissa, D. Service Quality Expectations in the Fitness Center Context: A Validation of the Expectations Component of the SERVQUAL Scale in Greece // Peitzika E., Chatzi S., Kissa D. // *Services Marketing Quarterly*, 2020. 3-15 pp.

ФИДЖИТЛ-ТЕХНОЛОГИИ. НОВОЕ СЛОВО В ЦИФРОВОМ ОБРАЗОВАНИИ

*Степанян В.М., к.п.н., доцент,
Волгоградская государственная академия физической культуры,
Волгоград, Россия*

Все отрасли экономики давно переходят на информационные технологии. Сфера образования не стала исключением. Цифровые образовательные технологии - это современный способ организации учебного процесса, основанного на использовании электронных систем, обеспечивающих наглядность. Термин "фиджитл-образование" в последнее время стал все чаще и чаще звучать в информационном пространстве. Фиджитал-технологии в образовании и спорте скоро станут нашей новой повседневной реальностью. Целью их использования является повышение мотивации, качества и эффективности учебного процесса.

В статье мы разбираемся с ключевыми понятиями, описываем конкретные примеры фиджитл-технологий, углубляемся в фиджитл-образование и фиджитл-спорт.

Ключевые слова: фиджитл-технологии, фиджитл-образование, фиджитл-спорт, новая реальность.

FIGITAL TECHNOLOGIES. A NEW WORD IN DIGITAL EDUCATION

*Stepanyan V.M., PhD, Associate Professor,
step-v2006@yandex.ru,
Volgograd State Academy of Physical Education,
Volgograd, Russia*

All sectors of the economy have been switching to information technology for a long time. The field of education was no exception. Figital educational technologies are a modern way of organizing the educational process based on the use of electronic systems that provide visibility. The term "figital education" has recently become more and more common in the information space. Figital technologies in education and sports will soon become our new everyday reality. The purpose of their use is to increase motivation, quality and efficiency of the educational process.

In the article we deal with the key concepts, describe specific examples of figital technologies, delve into figital education and figital sports.

Keywords: figital technologies, figital education, figital sports, new reality

Цифровые технологии все больше и больше проникают в нашу жизнь. Видеозвонки, конференц-звонки, онлайн-покупки, "умные дома". Большинство из нас используют цифровые технологии каждый день. Цифровых технологий становится так много, что их уже классифицировали по определенным видам:

1. Устройства. Это любые девайсы (гаджеты), которые могут принимать и обрабатывать цифровой сигнал. Например, смартфоны, компьютеры, цифровые телевизоры, игровые приставки и 3D-принтеры.

2. Данные. В цифровых форматах представляют собой код, который могут прочитать компьютеры и другие устройства. Это цифровые фотографии, видео, аудио, текстовые документы, таблицы, программы. При этом у каждого вида данных есть разные цифровые форматы (jpeg, png, tiff, gif, bmp), которые отличаются уровнем сжатия данных и качеством.

3. Передача данных. Компьютерные сети и бесп

4. Беспроводной интернет, это технологии, благодаря которым можно передавать данные от одного устройства к другому. Например, стриминговые сервисы передают цифровой сигнал пользователям через интернет-провайдера.

Еще какие-то двадцать лет назад, чтобы добыть новую информацию, мы пользовались библиотеками, книгами, СМИ или просто узнавали нужное нам через общение с людьми. Сейчас, чтобы узнать новое, достаточно нескольких секунд и смартфона/компьютера с интернетом под рукой. Процесс проникновения цифровых технологий в нашу жизнь стал стремительным и необратимым. Разберемся с некоторыми понятиями.

Цифровые технологии - это технологии, позволяющие создавать, хранить, обрабатывать и распространять данные в электронном виде с использованием компьютера и компьютерных сетей (чаще всего через Интернет).

Цифровые технологии – это такие технологии, где информация «оцифровывается», представляется в универсальном цифровом виде. К цифровым технологиям относят все, что связано с электронными вычислениями и преобразованием данных: гаджеты, электронные устройства, технологии, программы. По сравнению с аналоговыми, цифровые технологии лучше подходят для хранения и передачи больших массивов данных, обеспечивают высокую скорость вычислений. При этом информация передается максимально точно, без искажений

Образовательную сферу цифровые технологии тоже не обошли стороной.

Цифровые образовательные технологии - это современный способ организации учебного процесса, основанного на использовании электронных систем, обеспечивающих наглядность. Целью применения цифровых технологий в образовании является повышение качества и эффективности учебного процесса. К настоящему времени выработано достаточно большое количество цифровых образовательных технологий и они продолжают постоянно совершенствоваться [2].

Среди самых популярных цифровых технологий в образовании выделяют:

- **Цифровой образовательный контент:** создание и использование электронных учебников, образовательных сайтов, медиаприложений. Это статьи, лекции, видео-родики, вебинары, воркшопы, адаптированные под конкретные онлайн-площадки (например, Учи.ру, образовательная платформа «Юрайт», известный нам Moodle и пр.)

- **Образовательные коммуникационные сети:** развитие системы связей между обучающимися, преподавателями, образовательными учреждениями через различные платформы и интернет-ресурсы.

- **Мобильное обучение:** использование в учебном процессе мобильных устройств (смартфонов, планшетов, ноутбуков).

- **Геймификация:** включение в образование виртуальных игровых элементов.

- **Облачные технологии:** это способ удаленного хранения, распределения и обработки данных.

Вот мы и подошли к цели данной статьи, к понятию "**фиджитл-образование**", который в последнее время стал все чаще и чаще звучать в информационном пространстве.

Фиджитал (от англ. physical + digital: физический + цифровой). Первоначально это был маркетинговый термин, описывающий сочетание цифрового и физического опыта, в том числе дополненной и виртуальной реальности, который меняет представление о продуктах и обеспечивает потребителям новый опыт. Например, QR-меню или использование AR-примерочных.

Сегодня фиджитал используется в таких сферах как медицина, строительство, технологии, спорт и образование. Постепенно фиджитал захватывает все больше новых территорий: QR-кода, электронные билеты на физические мероприятия, оплата

товаров с электронного счета, цифровые стенды, услуги телемедицины, сайты государственных учреждений, позволяющие совершать юридически значимые действия онлайн, удаленная работа (фиджитал-занятость), фиджитал физическая культура и спорт.

Эксперты прогнозируют, что благодаря внедрению фиджитал уже в 2024 году может вырасти доля определенных отраслей в общей структуре валовой добавленной стоимости экономики (разница между выпуском товаров и услуг и их промежуточным потреблением). В области образования она может подрасти с 7% до 13%.

Отдельно хотелось бы поговорить о фиджитал-спорте, так как академия физической культуры являемся спортивным вузом и это ответвление нас интересует особенно.

Фиджитал спорт - это развитие молодёжи в синтезе интеллекта и спорта. Это инновационный вид спорта, который представляет собой функционально-цифровое двоеборье. Сначала спортсмены соревнуются в цифровой части через компьютер или приставку, затем игра из виртуальной переходит в реальное спортивное состязание, физическую составляющую. В некоторых направлениях фиджитал спорта участвовать могут все группы людей, в том числе люди с ограниченными возможностями здоровья (ОВЗ) [3].

Простыми словами, это новая дисциплина, где участники сначала соревнуются перед экраном, а потом на поле, ринге или автодроме.

Сегодня Интерес к фиджиталу проявляют во многих регионах РФ уже на уровне университетов (ВУЗов). К примеру, на текущий момент организаторы «Игр Будущего» подписали соглашения уже с 39 вузами, среди которых РЭУ им. Г.В. Плеханова, МГТУ им. Н.Э. Баумана, Высшая школа экономики, Дальневосточный федеральный университет, Университет Синергия и др.

В долгосрочных планах открыть по данному направлению целые образовательные программы. Правда, какие именно, пока неизвестно, потому что прежде всего нужны квалифицированные специалисты в данной области, а также разработка и утверждение федерального стандарта спортивной подготовки по фиджитал-спорту. Работа над ней уже началась, ведь 31 января 2023 г. Министерство спорта РФ выпустило документ, признающий фиджитал-игры официальным видом спорта в нашей стране. Дисциплина получила название "фиджитал спорт" (функционально-цифровой спорт).

В 2024 году в Казани пройдут первые киберспортивные "Игры будущего", которые будут проводиться по новым дисциплинам с использованием современных технологий, цифровой среды и физической активности. Будут использованы самые последние разработки в области киберспорта, робототехники, виртуальной реальности, информационных технологий и искусственного интеллекта. Призовой фонд соревнований составит целых \$25 млн.

Таким образом, фиджитал-технологии в обычной жизни, образовании и спорте скоро станут нашей новой повседневной реальностью

Библиографический список:

1. Инновационные процессы маркетинговой деятельности в сфере физкультурно-оздоровительных услуг: теория и практика: монография / Ю. А. Зубарев, А. А. Бабанов, Ю. В. Науменко [и др.]. - Волгоград : [б. и.] ; Саратов : Амирит, 2023. - 347 с.

2. Селиванова С.Р., Степанян В.М. Преимущества цифровой трансформации для управления физкультурно-спортивной сферой // Сб.: Актуальные проблемы правового регулирования спортивных отношений: новые подходы в научной дискуссии: сборник материалов XIII международной научно-практической конференции (27 апреля 2023 года). - Челябинск: УралГуфк, 2023. - с. 206-210

3. Филяев А. Цифровизация спорта поможет здоровьесбережению: [Национальный исследовательский университет Высшая школа экономики]. URL: <https://www.hse.ru/> (дата обращения 17.09 2023).

ИСТОРИЧЕСКАЯ ЭВОЛЮЦИЯ СПОРТИВНОЙ ДИПЛОМАТИИ КИТАЯ И РОССИИ

*Су В., кандидат наук, преподаватель,
Школа кинезиологии и укрепления здоровья Даляньского технологического
университета,
Паньцзинь, Китай
Линь Х., аспирант,
Мазгялите С.С., студент,
Томский государственный университет,
Томск, Россия*

Китай и Россия являются традиционными спортивными державами, и спортивная дипломатия играет важную роль в дипломатических отношениях между двумя странами. В июне 2019 года председатель Си Цзиньпин и президент Владимир Путин подписали «Совместное китайско-российское заявление», открывшее новый путь «Китайско-российского всеобъемлющего стратегического партнёрства и сотрудничества в новую эпоху». В данной статье спортивная дипломатия используется как отправная точка для выяснения истории спортивных обменов между Китаем и Россией за последние 70 лет. Показано, что спортивная дипломатия между Китаем и Россией прошла три периода: переходный период (1949-1991 гг.), период развития (1992-2013 гг.) и стабильный период (с 2014 г. по настоящее время).

Ключевые слова: спортивная дипломатия; китайско-российские отношения; Россия; Китай

THE HISTORICAL EVOLUTION OF CHINA-RUSSIA SPORTS DIPLOMACY

*Su W., PhD, Lecturer,
School of Kinesiology and Health Promotion, Dalian University of Technology,
Panjin, China
Lin H., PhD,
Mazgyalite S.S., student, sevda.mazgyalite@gmail.com,
Tomsk State University,
Tomsk, Russia*

China and Russia are both traditional sports powers, and sports diplomacy plays an important role in the diplomatic relations between the two countries. In June 2019, President Xi Jinping and President Vladimir Putin signed the "Sino-Russian Joint Statement", which opened a new journey of "Sino-Russian Comprehensive Strategic Partnership of Cooperation in the New Era." This article uses sports diplomacy as the starting point to sort out the history of sports exchanges between China and Russia over the past 70 years. It was shown that the sports diplomacy between China and Russian has undertaken three periods: transitional period (1949-1991), developing period (1992-2013) and stable period (2014 to present).

Keywords: sports diplomacy; Sino-Russian relations; Russia; China

«Sports is a global lingua franca that transcends national boundaries and can be accepted by all countries, ethnic groups and religions» [1]. Throughout history, sports have always been active on the international diplomatic stage with its unique charm, displaying different national images in international exchanges. China and Russia are comprehensive strategic partners of coordination in the new era. They are also traditional sports powers. Sports diplomacy plays an important role in mutual exchanges between the two countries.

Transitional Period (1949–1991). When the People's Republic of China was founded in 1949, China was defined as a regional power and an economically weak country [2]. At this time, as a world power, the Soviet Union had a dominant position over New China in many aspects. New China also needed all-round support and help from the Soviet Union. Therefore, the relationship between the two countries was highly unbalanced from the beginning. In August 1950, the Soviet Union invited China, and China sent a sports delegation to conduct an inspection that lasted for more than two months and gained a comprehensive understanding of the organizational structure, management system, and school sports of Soviet sports. This is the first delegation from New China to visit overseas. In December of the same year, the Soviet sports team visited China. They held dozens of friendly matches in many Chinese cities and held more than ten report conferences to introduce in detail the experience of the Soviet Union in sports work. This is the first large-scale foreign delegation received by New China. In addition to sports delegations, China and the Soviet Union also have frequent exchanges in expert assistance and athlete training. In 1952, influenced by the Soviet sports system and ideology, China decided to open sports academies across the country and successively established six sports academies in Shanghai, Beijing, Wuhan, Chengdu, Xi'an, and Shenyang. In 1954, the Soviet Union sent more than ten sports experts to China to guide six sports colleges in all aspects of their work. It promoted the development of China's physical education, promoted the improvement of the level of teachers in the physical education discipline, and laid a solid foundation for the later establishment and development of the Chinese physical education discipline. From 1954 to 1958, to improve the level of competitive sports, China selected some young athletes to study in the Soviet Union and achieved remarkable results. To sum up, in the sports diplomacy with the Soviet Union, China's sports industry gradually formed its initial basic ideas and framework and developed rapidly. There are many older generation experts and scholars in China who have made significant contributions and have been educated and influenced by Soviet sports. Sports diplomacy during this period, as a bridge of friendship, greatly enhanced Sino-Soviet exchanges, and unity, and played an important role in stabilizing China's international status.

Developing Period (1992–2013). Compared with the Sino-Soviet relations, the development of Sino-Russian relations was obviously much smoother. From the early 1990s to the present, the partnership between China and Russia has maintained a steady development trend and has gradually increased to the highest level in history. In 1992, China and Russia issued a joint statement stating that they would promote and expand mutual contacts and exchanges between the two countries in the fields of Education, art, education, and sports [3].

High-level sports exchanges between Sino-Russian. Since China and Russia confirmed the inheritance of Sino-Soviet relations, sports leaders from the two countries have frequently visited each other, exchanged experiences, and reaffirmed friendship. In September 1993, the Vice Chairman of the Russian Olympic Committee led a delegation to visit China, attended the 7th National Games of China and signed a sports cooperation agreement with the Chinese Olympic Committee. In July 1994, the director of the Chinese Sports Commission led a delegation to attend the 3rd World Friendship Games in St. Petersburg, Russia. In March 1995, the Chairman of the Russian Sports and Tourism Committee led a delegation to visit China to discuss matters related to the signing of a Sino-Russian sports cooperation agreement. In April 1996, Russian President Boris Yeltsin visited China and signed a sports cooperation agreement with China. Since then, successive heads of the Chinese Sports Commission, leaders of the General Administration of Sport of China, and leaders of the Chinese Olympic Committee have visited and communicated with Russian sports leaders and have signed many sports cooperation agreements [4]. In July 2003, the Director of the General Administration of Sport of China, the Chairman of the Chinese Olympic Committee, and the Director of the Russian National Sports Commission signed the «China-Russia 2003

Sports Exchange Plan» in Moscow. In December 2005, Liu Peng, Director of the State Sports General Administration of China, met with Sergey Razov, the new Russian Ambassador to China. The two sides exchanged views on Sino-Russian sports exchanges and cooperation and sports activities in the «China-Russia Year of Nations». On June 1, 2007, the 7th meeting of the China-Russia Sports Cooperation Subcommittee was held in Moscow. In August 2008, the 29th Summer Olympics was held in Beijing, and Russian President Vladimir Putin attended the opening ceremony. Six years later, in 2014, President Xi Jinping went to Sochi, Russia to attend the opening ceremony of the Winter Olympics. As the most solemn international sports event, the Olympic Games, the heads of state of China and Russia support each other in the practice of sports diplomacy, which once again verifies the high level and particularity of the comprehensive strategic partnership between the two countries and reflects the mutual concern between China and Russia. Strategic collaboration on major issues is the most important activity between the two countries in deepening bilateral relations in the field of sports in recent years.

Folk sports exchanges between Sino-Russian. During this period, under the direct promotion of the high-level officials of China and Russia, friendly exchanges, and cooperation in non-governmental sports between China and Russia gradually stabilized and continued to deepen. As shown in Table 1, various forms of sports exchange matches, friendly matches, and confrontation matches were held during this period.

Stable Period (2014 to present). Starting from 2014, China and Russia have given full play to the advantages and characteristics of sports and deeply integrated sports with health, education, Education, tourism, and other industries. China and Russia have conducted extensive exchanges on diversified sports projects and established a normalized cooperation mechanism between the two parties.

Table 1. Some Sino-Russian non-governmental sports exchange activities from 2000 to 2013

Time	Place (China)	Name
September 2000	Beijing	Sino-Russian Sanda Exchange Competition
September 2001	Shanghai	Sino-Russian Chess Match
May 2004	Heihe	Sino-Russian Far Eastern University Athletics Conference
August 2007	Harbin	Dragon Sanda Competition between China and Russia
January 2011	Harbin	Sino-Russian martial arts Sanda competition
January 2013	Yanbian	Sino-Russian Junior Swimming Friendly Competition

High-level sports exchanges between China and Russia. During this period, the heads of state of China and Russia repeatedly used sports to promote the diplomacy between the two countries. In February 2014, the 22nd Winter Olympics was held in Sochi, Russia. Chinese President Xi Jinping attended the opening ceremony of the Sochi Winter Olympics. This is also the first time that China's top leader has attended an overseas international sports event. In July 2017, Chinese President Xi Jinping visited Russia and held talks with President Vladimir Putin on actively expanding Sino-Russian cultural exchanges. In June 2018, Chinese President Xi Jinping and Russian President Vladimir Putin jointly attended the Sino-Russian youth ice hockey friendly match held in Tianjin, China, setting the precedent for the two heads of state to watch the game together. This also laid a solid foundation for future cooperation and exchanges between the two countries in ice and snow projects. In December 2021, Russian President Vladimir Putin and Chinese President Xi Jinping jointly announced 2022-2023 as the "Russia-China Sports Exchange Year". On this basis, In February 2022, the Beijing Winter Olympics opened. Russian President Vladimir Putin arrived in Beijing to attend the opening ceremony of the Beijing Winter Olympics and related activities.

Folk sports exchanges between Sino-Russian. Sports diplomacy was also reflected in the people-to-people exchanges between China and Russia during this period. Based on various

competitions in the previous period, the participating items have been supplemented and the coverage has been expanded. More sports exchange events (Table 2) have allowed the Chinese and Russian people to understand each other's Education and living habits, further enhancing people-to-people exchanges and friendship between the two countries.

During this period, China and Russia gradually strengthened exchanges and cooperation in the field of physical education. Physical education in China and Russia has profound historical origins. China's physical education curriculum is of the same origin as that of the Soviet Union. There is a need and necessity for the two countries to learn from each other in the field of physical education.

Table 2. Some Sino-Russian non-governmental sports exchange activities from 2014 to present

Time	Place	Name
September 2015	Ussuriysk, Russia	Sino-Russian Sports Exchange Conference
June 2016	Moscow, Russia	Sino-Russian Chess Friendly Match
June 2018	Moscow, Russia	Sino-Russian youth campus football match
July 2019	Suifenhe, China	Sino-Russian Sports Dance Invitational Competition
January 2020	Heihe, China	China-Russia International Ice Hockey Friendly Match
July 2022	Harbin, China	China-Russia Sports Carnival

During this period, there were countless types of cooperation extended through sports as a media, which promoted bilateral economic and trade exchanges between China and Russia. In January 2017, the «China-Russia Inter-Regional Sports Exchange and Cooperation Conference» was held in Harbin. Six Russian states and regions conducted exchange activities with China's Heilongjiang Province and discussed aspects such as competitive sports, mass sports, sports medical care, and sports scientific research. This has also further promoted bilateral cultural, economic and trade exchanges. And in the development of winter sports, it will lay the foundation for the talent reserves of China and Russia in the 2022 Beijing Winter Olympics. In December 2018, the China-Russia cross-border ice and snow experience event kicked off in Lenin Square in Blagoveshchensk, Russia. The combination of sports and tourism not only expands the dimension and breadth of traditional sports exchanges, but also enriches the cultural connotation of traditional cross-border tourism. As a healthy lifestyle and a new highlight of Sino-Russian cooperation, sports tourism can not only stimulate economic cooperation, but also enhance people-to-people exchanges.

Conclusion. To sum up, with the deepening of political mutual trust between China and Russia, sports diplomacy has become an important part of the diplomatic relations between the two sides. Leaders of the two countries frequently attend high-end sports events, people-to-people exchanges between China and Russia advance simultaneously, and sports exchanges have achieved remarkable results, playing an important role in establishing national economic belts.

Библиографический список:

1. Han X.L. Research on Sino-Russian Sports Exchange // Sports Education Guide. 2014. №8. P. 12–15.
2. Huang Z. International education service improving interregional trade cooperation between Russia and China // Современные проблемы развития социально-экономических систем: инновационные подходы и решения в управлении и маркетинге. 2021. P. 244–248.
3. Guang P. A Chinese Perspective on the Shanghai Cooperation Organization // SIPRI Policy Paper No, 2007, №17. P. 45-58.
4. Pop C. The modern Olympic games – a globalised cultural and sporting event // Procedia-Social and Behavioral Sciences. 2013. №92. P. 728–734.

**ПРОЦЕСС ПРИВЛЕЧЕНИЯ ПЕРСОНАЛА
В СПОРТИВНЫХ ОРГАНИЗАЦИЯХ: ПРОБЛЕМЫ И ВАРИАНТЫ ИХ
РЕШЕНИЯ**

*Чернова Е.М., магистрант,
Научный руководитель: Степанян В.М., к.п.н., доцент,
Волгоградская государственная академия физической культуры,
Волгоград, Россия*

В настоящее время процесс привлечения квалифицированного персонала, ориентированного на долгосрочный найм, обладающего необходимыми профессиональными качествами и высокой степенью клиентоориентированности и лояльности к организации, становится все более значимым фактором для создания успешного бизнеса в сфере физической культуры и спорта. Этот процесс должен соответствовать общей стратегии компании и ее целям. Привлечение персонала является неотъемлемой частью системы управления персоналом в спортивных организациях. Каждая организация выбирает свои собственные методы поиска и отбора кандидатов на вакантные места, опираясь на свои потребности и особенности работы. Важно не только установить профессиональные и психологические качества работника, но и оценить его пригодность для выполнения своих обязанностей. Решение проблемы поиска персонала является ключевым фактором в достижении целей спортивной организации и должно осуществляться с помощью индивидуального подхода.

Ключевые слова: система управления персоналом, набор, отбор, спортивный клуб.

**RECRUITMENT PROCESS IN SPORTS ORGANIZATIONS: PROBLEMS
AND SOLUTIONS**

*Chernova E.M., master's student, lizachernova1998@yandex.ru,
Scientific supervisor: Stepanyan V.M., PhD, Associate Professor, step-
v2006@yandex.ru,
Volograd State Academy of Physical Education, Volgograd, Russia*

Currently, the process of attracting qualified personnel focused on long-term hiring, possessing the necessary professional qualities and a high degree of customer orientation and loyalty to the organization, is becoming an increasingly important factor for creating a successful business in the field of physical Education and sports. This process should be consistent with the overall strategy of the company and its goals. Recruitment of personnel is an integral part of the personnel management system in sports organizations. Each organization chooses its own methods of searching and selecting candidates for vacant positions, based on its needs and work characteristics. It is important not only to establish the professional and psychological qualities of the employee, but also to assess his suitability for performing his duties. Solving the problem of personnel search is a key factor in achieving the goals of a sports organization and should be carried out with the help of an individual approach.

Keywords: human resource management, recruitment, staff selection, sports club.

Сегодня на развитие рынка труда существенное влияние оказывают процессы глобализации, которые приводят к усилению конкурентной борьбы за рабочую силу, отвечающим высоким качественным характеристикам. В связи с этим, организации, в частности спортивные, должны быть гибкими и формировать новую модель кадровой политики.

Показатель качества персонала стал наиболее важным фактором, определяющим выживания и экономическое положение предприятий. Тщательность подбора персонала и использование правильных его методов гарантирует качество рабочей силы, обеспечивающую в свою очередь эффективность функционирования предприятия и обуславливающую актуальность исследований в этом направлении [2].

Как и любая организация, желающая добиться определенного успеха, физкультурно-спортивные учреждения заинтересованы в поиске и отборе квалифицированного персонала, который способен обеспечить высокую эффективность деятельности, возможность собственного развития и устойчивое положение на рынке спортивных услуг.

Актуальность выбранной темы обусловлена необходимостью внедрения мероприятия для повышения качества и апробации особых методик в процессе привлечения кадров современных организаций сферы физической культуры и спорта Волгоградского региона. Люди являются главным ресурсом любой организации, от качества и эффективности использования которого зависят экономические результаты ее деятельности. В идеале, руководством должна быть подобрана и создана команда единомышленников и партнеров, способных осознать, принимать и реализовывать общие замыслы [1].

Цель исследования: разработать мероприятия по совершенствованию систем привлечения персоналом на примере спортивного клуба "Прайд".

Объект исследования: система управления персоналом спортивного клуба "Прайд", а именно технологии привлечения и отбора кадров.

Предмет исследования: способы набора и основные элементы (ступени) отбора персонала в спортивной организации на примере спортивного клуба "Прайд".

Гипотеза исследования: предполагается, что предложенные нами мероприятия по совершенствованию систем набора и отбора персонала существенно снизят текучесть кадров в организации.

Методы исследования: анализ научно-методической литературы и статистического материала; методы эмпирического исследования (наблюдение, сравнение), методы теоретического исследования (анализ, синтез).

Исследования проводились в период 2021-2023 г.г. на базе СК «Прайд» Красноармейского района г. Волгограда.

Целью деятельности клуба является организация спортивной подготовки, обеспечение и проведение занятий физкультурно-оздоровительной направленности, пропаганда физической культуры, спорта и здорового образа жизни.

Предметом деятельности учреждения является организация массового вовлечения людей для занятий физической культурой и спортом, оказание услуг, обеспечивающих реализацию цели деятельности учреждения.

Для реализации цели и в соответствии с предметами деятельности, предусмотренными уставом, учреждение осуществляет следующие основные виды деятельности:

- организация и проведение спортивно-массовых физкультурных (физкультурно-оздоровительных) мероприятий;
- обеспечение доступа к объектам спорта;
- подготовка спортивного резерва, членов сборных команд города Волгограда;
- организация и проведение тренировочных сборов и спортивных мероприятий;
- обеспечение к доступу для занятий физкультурно-оздоровительной направленности;

Более подробную информацию об организации можно посмотреть на странице сайта по адресу <https://pride34.ru/>.

При управлении персоналом в данной организации осуществляются следующие функции:

1. Целенаправленный подбор, прием и развитие персонала для достижения наилучших результатов.
2. Мониторинг результатов деятельности сотрудников.
3. Создание благоприятных условий труда.
4. Оптимальное использование потенциала сотрудников для обеспечения соответствующего вознаграждения.
5. Обеспечение социальной ответственности организации.
6. Прогнозирование и анализ рынка труда и потребностей коллектива организации.
7. Анализ кадрового потенциала и планирование его дальнейшего развития.
8. Повышение квалификации персонала, вклад в обучение и развитие сотрудников, стимулирование коллективного сотрудничества и развитие у работников способности к принятию нововведений.

Планирование кадрового потенциала в СК "Прайд" является стратегически важным элементом политики управления персоналом. Руководство стремится предвидеть будущие потребности и развивать своих сотрудников, чтобы обеспечить успешное развитие и достижение целей компании в сфере деятельности.

Общая численность штатных работников спортивной организации составляет 37 человек. Ценность любого предприятия всегда составляют кадры, и особое значение при этом имеет образовательный уровень работников. Анализ структуры персонала предприятия по уровню образования представлен в таблице 1.

Таблица 1

Структура персонала предприятия по уровню образования

Показатели	2022 г.	
	Чел.	Уд.вес %
Высшее образование	12	27
Высшее (неоконченное) образование	6	21,6
Среднее специальное	19	51,4
Фактическая численность, чел.	37	100

Теперь обратим внимание на возрастной состав персонала. Для более наглядного представления, структура персонала работников по возрасту представлена на рисунке 1.

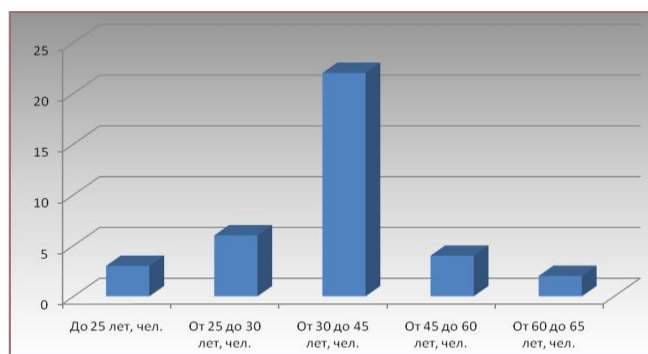


Рис. 1. Структура персонала работников предприятия по возрасту

В СК «Прайд» привлечение персонала происходит по универсальной схеме для всех категорий работников. До принятия решения о приеме на работу кандидат должен пройти несколько ступеней отбора:

1. Предоставление резюме.
2. Отборочную беседу с менеджером по персоналу.
3. Беседу по найму с руководителем организации.
4. Проверку рекомендаций и послужного списка.

5. Медицинский осмотр.

При этом отборочные собеседования с кандидатами на должность часто проводятся спонтанно, вопросы заранее не подготовлены.

Совокупность источников набора персонала в спортивном клубе представлена в таблице 2.

Таблица 2

Источники привлечения персонала

Наименование источника набора персонала	Удельный вес, %		
	2021 г.	2022 г.	2023 г.
1. СМИ	15	10	10
2. Размещение объявления в бегущей строке	25	30	25
3. Размещение объявлений о вакансии на интернет-сайтах по поиску работы	40	45	50
4. Поиск "из уст в уста"	20	15	10
Итого:	100	100	100

Таким образом, наиболее распространенным методом поиска кандидатов является размещение вакансий на популярных интернет-платформах, таких как <http://www.job.ru> и <http://www.hh.ru>, а также использование бегущей строки для публикации объявлений. Однако, этот подход часто приводит к притоку большого количества кандидатов, многие из которых не соответствуют требуемым характеристикам. В результате, менеджер по персоналу сталкивается с трудностями и затратами времени при разборе заявлений и первичном отборе.

Далее проанализируем показатели эффективности данных методов привлечения персонала.

К прямым расходам относятся издержки, связанные с рекламой и публикациями вакансий, оплатой услуг консультационных фирм, специализированных рекрутинговых агентств и других агентств по трудоустройству (включая центры занятости и биржи труда), а также платежи за использование интернета и других ресурсов. К косвенным издержкам относятся расходы на процедуры набора и отбора персонала, первичную адаптацию сотрудников, подготовку к участию в производственном процессе, обучение в период испытательного срока и процедуры оформления на работу, а также заработная плата менеджера по персоналу. Распределение косвенных издержек происходит пропорционально количеству сотрудников, проходящих процедуры отбора по определенному методу.

Исходя из данных таблицы можно сделать вывод о том, что наиболее экономичным методом набора персонала является размещение объявлений на интернет-сайтах, тем не менее косвенные затраты будут довольно высокими. Это обуславливается тем, что поток обратившихся довольно большой и практически все кандидаты по итогам набора и отбора отсеиваются, но все-таки, количество нанятых работников с помощью данного метода превышает количество нанятых работников с помощью остальных методов.

Мы также выделили основные проблемы, связанные с процессом привлечения персонала в СК «Прайд»:

1. Собеседование является основным методом отбора претендентов на вакантную должность, однако оно всегда является неформализованным, т.е. проводится стихийно, вопросы к кандидату не готовятся заранее.

2. В компании не анализируются причины текучести персонала и не выявляются связи между ними, что приводит к неструктурированному процессу набора персонала, осуществляемому руководством по мере возникновения потребности в нем.

3. Набор персонала происходит неструктурированно, по мере возникновения потребностей в персонале, без организованного процесса, к спортивной клубе отсуствует так называемый "кадровый резерв".

4. В организации отсутствуют четко установленные критерии для отбора и набора персонала. Необходимо определить качества и навыки, которые являются ключевыми для успешной работы в компании. Это бы позволило сузить круг соискателей и выбрать лучших кандидатов.

Таблица 3

Эффективность различных методов набора персонала

Метод набора	Прямые затраты, тыс. руб.	Количество обратившихся, чел.	Косвенные затраты, тыс. руб.	Численность работников, нанятых, при использовании метода	Коэффициент качества набора
Объявления в бегущей строке	30	10	70,5	1	0,32
Объявление по радио	15	4	30,5	1	0,31
Интернет - сайты	7,2	15	65	3	0,57
Гос. центры занятости и биржи труда	11	2	23,8	0	0,31
Всего	62,2	31	180,8	5	-

Таким образом, необходимо внести коррективы в действующую систему привлечения персонала, чтобы повысить эффективность процесса найма сотрудников. Опишем возможные пути преодоления недостатков.

- Создание системы отбора персонала: разработать стандарты, критерии, процедуры и методы отбора персонала. Определить ключевые компетенции, навыки и качества, необходимые для успешной работы в каждой вакансии.

- Развитие программы привлечения кандидатов: использование различных источников поиска кандидатов, таких как социальные сети, рекомендации, профессиональные сообщества и т.д. Опрос и оценка соискателей: создание тестов, чтобы проверить соответствие кандидатов необходимым компетенциям и качествам.

- Анализ данных о текучести кадров: изучение причин и тенденций текучести кадров в организации, чтобы разработать стратегии для уменьшения текучести и повышения уровня удовлетворенности сотрудников.

Выводы. Процедура привлечения высококвалифицированного персонала, настроенного на долгосрочный найм, является весьма значимой для построения эффективной организации, в том числе и спортивной.

Процедура набора новых кадров должна быть продуманной, соответствовать главной стратегии организации и ее основным целям. Исходя из них, каждая компания выбирает для себя такие источники и процедуры набора и отбора кандидатов, которые наиболее соответствуют потребностям, особенностям работы и кадровой политике. Важно определить деловые, профессиональные и личные качества кандидата, оценить его пригодность для выполнения должностных обязанностей, а также его соответствие организационной культуре компании.

Для совершенствования процесса привлечения персонала следует систематизировать данный процесс, не выполняя его стихийно, неструктурированно, без подготовки. Необходимо прописать перечень обязательных и дополнительных требований к кандидату, процедуры по отбору и найму [3], разработать четкие критерии отбора, проводить анализ и оценку прошлого опыта работы, организовать процедуру тестирования и оценки соискателя на соответствие занимаемой должности. Внедрение данных рекомендаций и четкое следование им поможет улучшить качество найма персонала, снизить текучесть кадров и повысить эффективность работы компании в целом.

Библиографический список:

1. Инновационные процессы маркетинговой деятельности в сфере физкультурно-оздоровительных услуг: теория и практика: монография / Ю. А. Зубарев, А. А. Бабанов, Ю. В. Науменко [и др.]. - Волгоград : [б. и.] ; Саратов : Амирит, 2023. - 347 с.

2. Теория и методика управления спортивными организациями различных форм собственности. Учебное пособие / И.В. Перфильева, В.М. Степанян, С.Р. Селиванова, А.В. Липатов. - Саратов: ООО"Амирит", 2023. - 464с.

3. Управление человеческими ресурсами : учебник для вузов / И. А. Максимцев [и др.] ; под редакцией И. А. Максимцева, Н. А. Горелова. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 467 с.

УДК: 796

ПРАКТИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ ПО ОПТИМИЗАЦИИ ОРГАНИЗАЦИОННО-ХОЗЯЙСТВЕННОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ФУТБОЛЬНОГО ЦЕНТРА

*Щадилова И.С., к.п.н., доцент,
Российский университет транспорта (РУТ(МИИТ))
Москва, Россия*

В статье рассматривается круг вопросов, определяющих основные критериальные оценки эффективности работы детских коммерческих футбольных центров. Необходимость повышения качества работы с населением, привлечения к здоровому образу жизни, формирования физических качеств, подготовки спортивного резерва, поддержка любительского спорта. Проведен краткий анализ организационной структуры функционирования детских спортивных школ. Критериями эффективности деятельности физкультурно-спортивной организации являются соотношения между результатами деятельности и затратами на нее. Эффективность внутренней сферы физкультурно-спортивной деятельности представлена как социальными, так и экономическими и организационными эффектами. Предложены пути их оптимизации и дальнейшего развития.

Ключевые слова: спорт, футбольный центр, организационно-хозяйственная деятельность.

PRACTICAL RECOMMENDATIONS FOR OPTIMIZING THE ORGANIZATIONAL AND ECONOMIC ACTIVITIES OF THE FOOTBALL CENTER

*Shchadilova I.S., Ph.D., Associate Professor, ishchad@mail.ru ,
Russian University of Transport (RUT(MIIT))
Moscow, Russia*

The article considers a range of issues that determine the main criteria for evaluating the effectiveness of children's commercial football centers. The need to improve the quality of work with the population, attract to a healthy lifestyle, the formation of physical qualities, the

preparation of a sports reserve, support for amateur sports. A brief analysis of the organizational structure of the functioning of children's sports schools is carried out. The criteria for the effectiveness of the activity of a physical culture and sports organization are the relationship between the results of the activity and the costs of it. The effectiveness of the internal sphere of physical culture and sports activity is represented by both social and economic and organizational effects. The ways of their optimization and further development are proposed.

Keywords: sport, football center, organizational and economic activity.

Актуальность. Вопросами двигательной активности молодёжи на современном этапе развития экономики в России занимаются на всех уровнях государственной власти. Принятое Правительством РФ распоряжение № 3081-р. от 24.11.2020г «Стратегия развития физической культуры и спорта в Российской Федерации до 2030 года», предусматривает поддержку интереса граждан к занятиям физической культурой, спортивно-ориентированной направленностью воспитания. Предполагается, что решений данных целей и задач будет проходить на фоне устойчивого экономического развития, инноваций, при поддержке развивающихся форм бюджетного и внебюджетного финансирования спорта [4].

К социальным эффектам спорта относят: личные достижения граждан; спортивные достижения с эмоциональным воздействием; продление жизни; поддержка интенсивности жизнедеятельности; гармоничное развитие личности. Экономические эффекты деятельности проявляются в виде прибыли от реализации услуг; получения средств от лотерей, спортивных зрелищ, доходы от коммерческих мероприятий, от производства и реализации товаров спортивного и туристического назначения [1,2].

К организационным эффектам относятся путь создания структуры. Её успешность и количество персонала.

Целью исследования стало изучение организационно-хозяйственной коммерческого деятельности футбольного центра «СиЭфДжи Капитал». Базой для исследования стало общество с ограниченной ответственностью «СиЭфДжи Капитал» является специализированной организацией, которая осуществляет как услуги по тренировкам, так и просто аренду полей для футбола. Также проводятся регулярный игровые сезоны любительской лиги.

Обсуждение и результаты.

Рассмотренная организация функционирует на рынке несколько лет. За один год из убыточной компании она превратилась в прибыльную и доходы данной организации растут с каждым годом, что говорит о правильном векторе развития. Это было бы невозможно без качественно подобранного персонала. В результате целенаправленных действий руководства наметился приток молодых специалистов. Техническая грамотность, знание современной нормативной документации, способность и готовность мобильно мыслить и принимать правильные решения в экстремально короткие сроки. Но, как и любой другой компании, чтобы продолжать дальше свое существование и быть прибыльной.

Спортивная индустрия развивается очень большими шагами и прогресс не стоит на месте, в связи с этим, судьи должны развиваться и учиться так же быстро, как идёт прогресс. Обмен опытом с зарубежными партнерами позволит получить о-своевременный обмен информацией, актуальными методическими приемами оценки игровых ситуаций [3]. Для этого нужно организовывать ежегодные стажировки, как и в Российские академии, так и в зарубежные. Это очень важно для улучшения качества взаимодействия и оценивание игр судьями. Так же это поможет понять, заинтересованы ли судьи в своём личном развитии или он просто хочет получать свою зарплату и все. Рассмотренная организация пользуется услугой аренды судей. Из-за того получается, что судьи меняются каждый тур и часто не знают всех привычных правил лиги. Необходимо уточнить ценовую

политику организации. Хотя сейчас и организация получают большую прибыль за счёт завышенных цен. Но если количество недовольных будет расти, то в скором будущем организация потеряет своих клиентов. Поэтому лучше всего будет подумать над тарифами или даже пакетами услуг для клиентов, кто постоянно пользуется услугами компании. Это относится как к одиночным клиентам, так и к командам.

На основе анализа, проведенного в футбольном центре, были предложены следующие мероприятия. Создание своей школы судей, которые в будущем будут судить матчи как лиги, так и другие чемпионаты страны. Сейчас предприятие использует арендованных судей.

Так как у компании уже есть огромный комплекс, то можно его использовать для начала реализации плана, есть все возможности для создания условий для комфортной учёбы.

Привлекать возможно через рекламу в социальных сетях (ВК, Telegram), на маркетплейс (Яндекс.маркет) и через специальные программы (Яндекс взгляд, HH.ru).

Также для быстрой окупаемости проекта необходимо будет создать программу обучения, рассчитанную на 1 год.

Есть необходимость в изменении ценовой категории комплекса. Сейчас у предприятия очень дорогая аренда поля. И-за чего не так много клиентов. В среднем цены варьируются от 1 375 рублей до 3 000 рублей за 30 минут. Если сделать скидку 20% на все дорогие поля как на самые часто бронируемые и востребованные, то стоимость будет их не 3 000 за 30 минут, а 2 400 рублей. Всего таких полей 5. В день бронируют в среднем только 30% времени данных 5 полей на сумму 24 000 рублей. А за 5 полей предприятие получает – 120 000 рублей.

А благодаря нашему предложению, возможно будет привлекать в среднем ещё на 30% времени поля. И в среднем в день будет оплачено 60% времени каждого поля. Тогда одно поле будет зарабатывать 69 600. А в день около 348 000 рублей. Что на 290% больше, чем сейчас зарабатывает предприятие.

Выводы.1. Коммерческие спортивно-оздоровительные организации, становятся востребованными и, как следствие, прибыльными при условии гарантии предоставления качественных услуг, включающих в себя, в том числе, полностью оборудованные современным инвентарём места организации занятий.

2. Эффективный футбольный центр использует современные методы управления, сочетая разумные инвестиции, применение инновационных спортивных технологий, методов управления на основе регулярного анализа собственной деятельности.

Библиографический список:

1. Изаак С.И. Стратегия развития спортивной отрасли: монография. – М.: Спорт, 2018. – 168 с.

2. Щадилова И.С. Современные пути стратегического управления баскетбольным клубом / И.С. Щадилова // Проблемы и инновации спортивного менеджмента, рекреации и спортивно-оздоровительного туризма. Материалы Всероссийской научно- практической конференции. – Казань. – 2019. – С.184-186.

3. Щадилова И. С. Механизмы повышения эффективности управления детско-юношескими школами по футболу / И.С. Щадилова // Сборник материалов XIII международной- научно-практической конференции, посвященной 100-летию НИУ МГСУ. Москва, 2021. С. 219-222.

4. Стратегия развития физической культуры и спорта в Российской Федерации на период до 2030 года: распоряжение Правительства Российской Федерации от 24.11.2020, №3081-р.: Электронный ресурс. <https://docs.cntd.ru/document/566430492> (дата обращения 11.11.2023)

СПОРТ ВЫСШИХ ДОСТИЖЕНИЙ КАК ИНСТРУМЕНТ ПОЛИТИЧЕСКОЙ БОРЬБЫ В МЕЖДУНАРОДНЫХ ОТНОШЕНИЯХ

*Теряева П.С., магистрант,
Научный руководитель: Перфильева И. В., к.п.н., доцент,
Волгоградская государственная академия физической культуры,
Волгоград, Россия*

Аннотация: В статье рассматривается влияние политической сферы на невозможность участия российских спортсменов на международных и спортивных соревнованиях под своим флагом. К сожалению, большой спорт является частью политической сферы.

Гипотеза исследования предполагает, что единственным полноценным инструментом достижения цели снятия санкций со стороны международных спортивных организаций остается возможность судебного-правового противодействия данным санкциям.

Практическая значимость данной работы заключается в том, что в связи с актуальностью данной темы возникает необходимость принятия руководящих документов, определяющих стратегию спортивной дипломатии страны. Данный вызов должен стать организующим импульсом, который позволит консолидировать усилия органов государства по достижению национальных интересов в рассматриваемой сфере

Исследование проведено на основе таких комплексов общенаучных методов, как обобщение и систематизация теоретических данных на основе изучения работ различных авторов, анализа, синтеза, обобщения, сравнения, с использованием анализа официальной статистики.

Ключевые слова: российские спортсмены, WADA, МОК, компетентность, справедливость, санкции, спортивные организации, олимпийские игры, допинг спортивный арбитраж, ограничение участия.

HIGH ACHIEVEMENT SPORT AS AN INSTRUMENT OF POLITICAL STRUGGLE IN INTERNATIONAL RELATIONS

*Teryaeva P.S., 2nd year undergraduate student
Scientific supervisor: Perfilyeva I.V., docent,
Volgograd State Academy of Physical Culture, Russia, Volgograd*

Annotation. The article discusses the influence of the political sphere on the impossibility of Russian athletes participating in international and sports competitions under their own flag. Unfortunately, big sport is part of the political sphere.

The hypothesis of the study suggests that the only full-fledged tool for achieving the goal of lifting sanctions by international sports organizations remains the possibility of judicial and legal counteraction to these sanctions.

The practical significance of this work lies in the fact that due to the relevance of this topic, there is a need to adopt guiding documents defining the strategy of the country's sports diplomacy. This challenge should become an organizing impulse that will consolidate the efforts of state bodies to achieve national interests in this area.

The study was conducted on the basis of such complexes of general scientific methods as generalization and systematization of theoretical data based on the study of the works of various authors, analysis, synthesis, generalization, comparison, using the analysis of official statistics.

Keywords: Russian athletes, WADA, IOC, competence, justice, sanctions, sports organizations, Olympic Games, doping, sports arbitration, restriction of participation.

Проблема внедрения политики в спорт является актуальной и это обуславливается тем, что из-за политических противоречий между государствами впоследствии находит свое отражение в спорте, влияет на компетентность некоторых решений американских представителей, на защищенность законных интересов российских спортсменов.

Спортивные санкции не стали чем-то принципиально новым для российских спортивных организаций, однако масштаб и интенсивность санкционного давления достигли нового уровня развития. В связи с этим в политическом и научно-академическом пространстве вновь возникли дискуссии о масштабах политизации современного спорта и способах его преодоления. Дальнейшее участие Российской Федерации в международном олимпийском движении и других спортивных организациях впервые оказывается под вопросом.

Целью исследования является обоснование политизации спорта и международного олимпийского движения в свете антироссийских санкций, введенные в 2022 году.

Объектом исследования являются международно-спортивные отношения в области введения мер ограничительного характера (санкций) как средства политического воздействия на отдельные государства и спортивные организации.

Предмет исследования – международно-спортивные санкции против России, направленные на ограничение участия российских спортсменов в международном спортивном движении.

Текущий этап участия Российской Федерации в международном олимпийском движении осложняется целым рядом факторов, среди которых первостепенной значение приобретает политизация мирового спорта. Очевидно, что перед Российской федерацией на текущий момент времени стоит задача возвращения полноты участия российских спортсменов и российских спортивных организаций в международном олимпийском движении, для чего требуется комплексный подход к разработке стратегических шагов в данном направлении.

Начало проведения СВО, которая была инициирована для достижения двух целевых установок – демилитаризации и денацификации украинского государства, заставило международные организации, национальные правительства и спортивные ассоциации принять ответные меры, затрагивающие вопросы дипломатии, спортивной политики и права.

Практически сразу МОК осудил заявленное им нарушение Россией Олимпийского перемирия, принятого Генеральной Ассамблеей ООН, и после первоначальных колебаний 28 февраля 2022 г. призвал отдельные федерации запретить российским спортсменам участвовать в любых международных соревнованиях до дальнейшего уведомления.

3 марта 2022 г. Международный Паралимпийский комитет последовал этому примеру: в обратном порядке, сославшись на угрозы нескольких федераций бойкотировать зимние Паралимпийские игры 2022 г., он запретил российским (и белорусским) спортсменам участвовать в Играх.

С обострением конфликта между Россией и Украиной, футбольные круги Запада сделали выбор ввести санкции против России, запретив российским футбольным клубам участвовать в соревнованиях ФИФА и УЕФА. В совместном заявлении от 28 февраля ФИФА и УЕФА (Союз европейских футбольных ассоциаций) объявили о своём решении отстранить «все российские команды, будь то национальные представительные команды или клубные команды ... от участия как в соревнованиях ФИФА, так и УЕФА до дальнейшего уведомления».

Невозможно не согласиться со словами российского политолога В.Э. Багдасаряна, который сказал, что на сегодняшний день спорт – «это не только

спортивные состязания, это фактор политической презентации страны. Это – идеологический и мотивационный фактор для населения» [6].

Действительно, в современном мире международные и олимпийские соревнования – это вопрос не современных спортсменов-лидеров, а соревнования государств из-за политической борьбы. Проблема заключается в том, что действия по отношению к нашим спортсменам являются дискриминацией из-за политических убеждений. Состязательность и непредвзятость, которые должны быть постулатами в спорте, заменяются на политический резонанс и нарушают права спортсменов.

На олимпиадах в Токио и Пекине CAS запретил сборной России, организаторам использовать флаг в церемониях награждения, в официальные графики, в залах и на аренах не должен исполняться гимн. А к надписи: «Россия» на форме таким же шрифтом должно быть добавлено «нейтральный атлет».

Право комплектовать сборной было оставлено за национальным олимпийским комитетом, но вот кого допускать или всё-таки убирать состав - это будет решать МОК - это вопрос трактовки решения CAS.

Если у конкретных спортсменов были в карьере допинговые дисквалификации или против которых имелись текущие расследования, то МОК был вправе их отцепить от олимпиады.

Как известно, в 2016 году из-за допинга некоторые российские спортсмены не получили возможности выступить на олимпийских играх в Рио-де-Жанейро. Это является последствием давления со стороны WADA в отношении России на политических основаниях. Кроме политики, болельщики и сторонники спорта теряют веру в «чистый спорт» [5].

Накануне Олимпиады в Пхенчхане в 2018 году МОК отстранил Олимпийский комитет России от участия в играх из-за допинга [8]. Российским спортсменам разрешили выступать на соревнованиях только на индивидуальной основе под нейтральным (белым) флагом. Интересно, что больше сотни спортсменов, не подвергнувшиеся допингу, не были приглашены на соревнования по необоснованным причинам. Это не является нарушением законных интересов российских спортсменов? Возможно, это предвзятое отношение МОК к российскому спорту. Иначе как объяснить отсутствие возможности представлять спортсменов на международных соревнованиях, которые не были подвергнуты санкциям за употребление допинга.

Выступать или нет под белым флагом нашим спортсменам в ближайшее время – это их личное дело. С одной стороны, если представитель России от имени нашей страны, будет поднимать белый флаг, это значит, что Россия капитулировала независимо от его выступлений. Необходимо показать единство страны и выступать под собственным флагом.

Подобные действия стали беспрецедентным примером политизации мирового спорта с момента окончания Холодной войны. Установленные ещё в 1999 г. на 110 сессии МОК в Лозанне основные принципы работы МОД на XXI век – указывало ориентир на ценность каждого из спортсменов с целью установления тем самым прозрачности, демократии и ответственности в международном олимпийском движении, одним из основных идей, заключавших в себе развитие МОД – это ценность каждого спортсмена принимающего участие в Олимпиаде и создание равных условий с остальными участниками для него [4].

Однако такой принцип, как принцип политического нейтралитета является одним из основополагающих принципов, на которых основана глобальная организация спорта. Этот принцип часто ассоциируется с бароном Пьером де Кубертенем, основателем МОК и отцом современных Олимпийских игр. В то время как способность спорта содействовать делу миру может быть поставлена под сомнение, неоспоримо то, что государства смогли соревноваться в спорте, несмотря на сильную политическую напряжённость или даже участие в войне

Россия знаменита своей великой историей. Но самодержавие нашей страны пытаются подорвать недопуском выступать под собственным флагом, гимном.

С другой стороны, выступление под белым флагом – это признак того, что Россия никогда не сдаётся, стремление показать свои возможности в таком нетрадиционном формате.

К сожалению, в спорт постепенно внедряется политика и спортивные соревнования – это теперь состязания между государствами. По словам Владимира Владимировича Путина, решения, вынесенные WADA, имеют политические предпосылки и противоречат Олимпийской хартии [7]. Лозунг «спорт вне политики» не соответствует действительности. Международный спорт стал политическим явлением. Для защиты прав и законных интересов российских спортсменов нужна грамотная юридическая поддержка. Бездействие российской стороны будет только продолжать ущемлению прав спортсменов.

Россия планирует активно развивать самодостаточную спортивную индустрию и проводить новые международные соревнования со странами БРИКС, ШОС и СНГ. Президент Всероссийской федерации художественной гимнастики Ирина Винер особо подчеркнула, что санкции способствовали развитию внутренних российских соревнований.

Исполнительный директор - руководитель Аппарата Ассоциации юристов России, модератор сессии Елена Спиридонова отметила, что сегодня в условиях санкций в отношении российского спорта уже есть точечные успехи спортсменов в правовом поле, но основная работа еще предстоит.

Статс-секретарь - заместитель министра спорта Российской Федерации Андрей Федоров подчеркнул, что российский спорт доказал возможность существования в непростых условиях и прошел испытание на прочность.

Председатель комиссии Общественной палаты по физической культуре и популяризации здорового образа жизни, президент Всероссийской федерации художественной гимнастики Ирина Винер рассказала о том, что санкции помогли развитию внутренних соревнований.

«Нужно искать альтернативу Олимпийским играм и не заикливаться на санкциях», - резюмировала Ирина Винер.

Ректор Университета им. О.Е. Кутафина, сопредседатель АЮР Виктор Блажеев отметил, что «уровень международных соревнований без наших спортсменов стал хуже. Он отметил, что международного спортивного права не существует».

Если ранее санкционное давление ограничивалось вопросами политики противодействия употреблению допинга, что само по себе не мешало Российской Федерации принимать крупные международные соревнования, то сегодня речь идёт о скоординированной попытке вытеснения России из сферы международного спорта.

В данных условиях единственным полноценным инструментом достижения цели снятия санкций со стороны международных спортивных организаций остается возможность судебного-правового противодействия данным санкциям. Органом, непосредственно разрешающим спортивные споры, является Спортивный арбитражный суд. Спортивные санкции против России являются недопустимой политизацией спорта против единственной страны, отстаивающей подлинные олимпийские идеалы.

На фоне отстранения наших спортсменов от участия во многих международных турнирах создание международного центра развития спорта БРИКС позволит не только преодолеть существующие противоречия, но и обеспечит возможность участия спортсменов в соревнованиях нового формата, основанного на принципах надёжности, беспристрастности, справедливого судейства, при отсутствии факторов дискриминации по политическим или иным мотивам.

Выводы. В текущей международно-спортивной обстановке проблемы противодействия потреблению допинга отходят на второй план, в то время как вопросы геополитического позиционирования Российской Федерации на мировой арене становятся одними из главных барьеров на пути полноценного участия страны в международном олимпийском движении. Всё это актуализирует необходимость рассмотрения дальнейших действий государства по преодолению сложившейся кризисной ситуации.

Резюмируя высказанное, фактически все отказались от всех положений и норм, которые создавались локально на базе конкретных международных спортивных федераций. А раз международного права нет, задача российских спортивных юристов - это право создавать.

Задачей правительства является обеспечить максимальное участие российских спортсменов в международных соревнованиях с атлетами из стран БРИКС (Бразилия, Россия, Индия, Китай, ЮАР) и Шанхайской организации сотрудничества (ШОС).

Также надлежит организовать «спортивные соревнования среди обучающихся в образовательных организациях, предусмотрев возможность участия иностранных граждан.

Библиографический список:

1. 2 года без флага и гимна: CAS и WADA приговорили Россию. Электронный доступ: https://www.gazeta.ru/sport/2020/12/17/a_13405028.shtml.

2. Амиров И.М. АКТУАЛЬНЫЕ ВОПРОСЫ ОБЕСПЕЧЕНИЯ ПРАВ ЧЕЛОВЕКА В СОВРЕМЕННОМ СПОРТЕ. // Уфимский юридический институт МВД России – 2018. С – 94-98.

3. ВАДА: Россия изменила данные о 145 допинг-пробах спортсменов. Электронный доступ: <https://www.bbc.com/russian/news-51294875>.

4. Всемирный антидопинговый кодекс. Электронный доступ: <http://www.rusada.ru/documents/the-wada-code/> статья 3 пункт 2.

3. Исполком Европейских олимпийских комитетов продлил отстранение россиян и белорусов. Текст: электронный // Государственное агентство «Тасс». 21.03.2022. URL: <https://tass.ru/sport/14139517> (дата обращения: 01.10.2022).

5. Есенина Д.Д. ВАДА КАК УГРОЗА НАЦИОНАЛЬНОЙ БЕЗОПАСНОСТИ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ. // РПА Минюста России. – 2020. – С – 4.

6. Зайцев В.А. К вопросу о дискриминации российских спортсменов международными спортивными организациями / В.А. Зайцев, И.М. Алексеев // Вестник краснодарского университета МВД России. – 2017. – № 3. – С – 133-136

7. Перфильева И.В. Физическая культура и спорт в современных реалиях российской федерации / Д.И. Гончаренко, И.В. Перфильева // Сб.: Физическая культура и спорт в XXI веке: актуальные проблемы и их решения: материалы Всероссийской с международным участием научно-практической конференции (онлайн-формат). Том 1 / под общей ред. Горбачевой В.В., Борисенко Е.Г.. – Волгоград: ФГБОУ ВО «ВГАФК», 2020. – С. 307-310.

8. Поздняков С.: «С рекомендациями МОК категорически не согласны». Текст: электронный // Спорт-Экспресс. 28.02.2022. URL: <https://www.sport-express.ru/olympics/news/stanislav-pozdnyakovs-rekomendaciyami-mok-kategoricheskii-ne-soglasny-1897600> (дата обращения: 01.10.2022).

9. Порошин Д.А. / Д.А. Порошин // Политология: Вестник ЗабГУ, 2023. Т. 29, № 1. DOI: 10.21209/2227-9245-2023-29-1-179-185

**МЕЖДУНАРОДНЫЙ КОНКУРС НА ЛУЧШУЮ НАУЧНУЮ РАБОТУ
МОЛОДЫХ УЧЕНЫХ И СТУДЕНТОВ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ОРГАНИЗАЦИЙ
ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ**

УДК 650.75

**ОЦЕНКА ВЛИЯНИЯ ВИРТУАЛЬНЫХ СРЕДСТВ НА КООРДИНАЦИОННЫЕ
КАЧЕСТВА ДЕТЕЙ 6-8 ЛЕТ, ЗАНИМАЮЩИХСЯ СПОРТИВНОЙ АЭРОБИКОЙ**

*Астахова Е.В., аспирант,
Гуржиева А.А., студент,
Научный руководитель: Федотова И.В., к.м.н., доцент,
Волгоградская государственная академия физической культуры,
Волгоград, Россия*

В статье представлена оценка влияния средств виртуальной реальности на координационные качества детей 6-8 лет. Оценка координационных качеств осуществлялась при помощи прибора «стабилометрия». Выявлена положительная динамика изменения многих показателей до и после использования очков виртуальной реальности, связанных с воздействием на вестибулярный аппарат. По показателям опорной симметрии наиболее значимые различия зафиксированы в «саггитальной оси с открытыми глазами У-У(о)». Наиболее значимые и статистически значимые различия балансировочных значений произошли по показателю «площадь опоры с открытыми глазами S(0)». Анализ показателей свидетельствовал о возможности сохранения более устойчивого положения в вертикальной стойке после использования средств виртуальной реальности, оказывающих влияние на вестибулярный аппарат, чем до использования средств имерсивной среды.

Ключевые слова: спортивная аэробика, виртуальная реальность, координационные качества, стабиллоплатформа, младшие школьники

**ASSESSMENT OF THE INFLUENCE OF VIRTUAL MEANS ON THE
COORDINATION QUALITIES OF CHILDREN 6-8 YEARS OLD DOING SPORTS
AEROBICS**

*Astakhova E.V., PhD student, astakhova-kv@mail.ru,
Gurzhiyeva A.A., student,
Scientific supervisor: Fedotova I.V., PhD, Associate Professor,
Volgograd State Academy of Physical Education,
Volgograd, Russia*

The article presents an assessment of the influence of virtual reality tools on the coordination qualities of children 6-8 years old. Assessment of coordination qualities was carried out using the stabilometry device. Positive dynamics of changes in many indicators before and after the use of virtual reality glasses associated with the impact on the vestibular apparatus were revealed. In terms of support symmetry indicators, the most significant differences were recorded in the “sagittal axis with open eyes У-У (о)”. The most significant and statistically significant differences in the balancing values occurred in the indicator “support area with open eyes S (0)”. Analysis of the indicators indicated the possibility of maintaining a more stable position in a vertical stance after using virtual reality tools that affect the vestibular apparatus than before using the immersive environment.

Key words: sports aerobics, virtual reality, coordination skills, stabiloplatfom, primary schoolchildren

Актуальность. Спортивная аэробика (аэробная гимнастика) представляет собой сложно-координационный вид спорта, который состоит из интенсивных движений рук и ног в сочетании с элементами из различных структурных групп. Структурные группы элементов включают в себя элементы динамической и статической силы, прыжки, равновесие и гибкость. Основу композиции структурных групп элементов гимнастов составляют базовые шаги аэробики, для освоения которых требуется высокая координационная надежность, представленная выполнением четкой последовательности аэробных связей, слитностью движений, ориентации во времени и пространстве.

В настоящее время спортивная аэробика является достаточно молодым и малоизученным видом спорта [3]. Заниматься спортивной аэробикой начинают в основном в возрасте 6-8 лет. На данном этапе первостепенным является формирование базовой специальной физической подготовки и повышение развития уровня физических качеств, достигаемой при помощи правильно подобранных средств, методов и организационных форм в тренировочном процессе [6].

На начальном этапе подготовки юных спортсменов методические проблемы пытаются решить на основе общих положений, позаимствованных из смежных видов спорта: спортивной и художественной гимнастики, акробатики [2]. Однако, на сегодняшний день научных разработок, раскрывающих методику проведения тренировочных занятий у детей 6-8 лет, основанных на современных, специфических средствах развития физических качеств и физической подготовленности, предназначенной именно для данной возрастной категории, не обнаружено. В спортивной аэробике не всегда уделяется достаточное количество времени для развития координационных качеств, которые являются основным составляющим в формировании двигательных навыков, необходимых для успешной реализации тренировочного процесса.

Системы виртуальной реальности, изначально создаваемые для индустрии развлечений, стали все чаще использовать в физической культуре и спорте [5]. Особенно виртуальные технологии становятся актуальными для обучения детей [1]. По мнению ряда авторов, обучение двигательным комбинациям в возрасте 6-8 лет будет проходить более эффективно и интересно, если использовать виртуальные средства [4]. Визуализация способствует более быстрому и качественному усвоению материала, так как образное мышление - это основной вид мышления в младшем школьном возрасте [3;5].

Виртуальная реальность представляет собой новое и высокоэффективное в отношении развития физических качеств и уровня физической подготовленности средство в спорте, однако научных исследований, посвященных влиянию средств виртуальной реальности на показатели координационных качеств детей, занимающихся спортивной аэробикой в рамках используемых на сегодняшний день педагогических методик и технологий, не проводилось.

Цель: оценить влияние виртуальных средств на показатели статико-динамических показателей и координационные качества детей, занимающиеся спортивной аэробикой.

Задачи исследования:

1. Проанализировать показатели, определяющие координацию движений до и после использования средств виртуальной реальности у детей в процессе занятий по спортивной аэробике;
2. Оценить динамику изменений и влияния средств виртуальной реальности на показатели, характеризующие координацию движений детей в тренировочном процессе по спортивной аэробике.

Материалы и методы. В исследовании приняли участие 10 девочек и мальчиков в возрасте 6-8 лет. Все дети прошли предварительный спортивный отбор по виду спорта.

Отобраны две игры виртуальной реальности («ohshape release trainer», «wave circles rhytm dance music»). Данные игры соответствуют возрастному диапазону и возможностям детей. Средства виртуальной реальности применялись в основной части занятия по спортивной аэробике. Длительность использования очков виртуальной реальности составляла 10 минут на каждого ребенка с перерывом 3 минуты между играми.

С целью анализа координационных качеств использован современный прибор – «Стабилоплатформа», применяемый для оценки показателей координации движений и тренировки равновесия, походки, нагрузки на опорную поверхность в статичном и статико-динамическом состояниях. Платформа стабилметрического прибора опирается на несколько тензометрических датчиков, цифровой сигнал от которых поступает в компьютер, где специальная программа по данным измерения анализирует изменение координат центра давления за время исследования. Измерения осуществлялись до и после использования очков виртуальной реальности. Проведена проба Ромберга с Европейской установкой стоп с открытыми и закрытыми глазами. Для анализа взяты следующие показатели:

- фронтальная ось (открытые глаза) - $X(0)$;
- фронтальная ось (закрытые глаза) - $X(3)$;
- саггитальная ось (открытые глаза) - $У-У(0)$;
- саггитальная ось (закрытые глаза) - $У-У(3)$;
- площадь опоры с открытыми глазами - $S(0)$;
- площадь опоры с закрытыми глазами - $S(3)$;
- скорость перемещения центра давления - $V(0)$;
- средняя скорость изменения с открытыми глазами - $Av(0)$;
- угол отклонения и перемещения - угол (3)

Статистическая обработка полученных данных проводилась программой Statistica 10. Нормальность распределения определяли с помощью критерия Шапиро—Уилка. Критерию нормального распределения не соответствовал ни один из исследуемых показателей. Использованы методы непараметрической статистики. Данные представлены в виде $M \pm \sigma$, где M – среднее значение, σ – стандартное отклонение. Сравнение зависимых выборок проводили с помощью критерия Уилкоксона. Нулевую статистическую гипотезу об отсутствии различий отвергали при $p < 0,05$.

Результаты исследования.

По данным стабилметрического исследования проанализированы показатели опорной симметрии. Среднее значение показателя координации по «фронтальной оси с открытыми глазами $X(0)$ » до применения очков виртуальной реальности составил $-1 \text{ мм} \pm 0,45$. После использования технологий виртуальной реальности зафиксирован прирост показателя на $3,74 \text{ мм}$ (при норме 5 мм).

Опорная симметрия по показателю «саггитальной оси с открытыми глазами $У-У(0)$ » до $(-19,33 \pm 8,76)$ применения очков виртуальной реальности имеет существенное отклонение от нормы ($13,5$). После использования средств виртуальной реальности отмечена статистически значимая разница показателей, в сравнении со значениями показателя «саггитальной оси с открытыми глазами $У-У(0)$ » до применения обозначенных средств. Прирост изменений после использования средств виртуального пространства составил $10,09 \text{ мм}$.

Наиболее значимые изменения (рис.1) произошли по показателю «опорная симметрия саггитальной оси с открытыми глазами $У-У(0)$ » и прирост составил $11,03$, что означает увеличение устойчивости в саггитальной оси после использования очков виртуальной реальности, оказывающее влияние на вестибулярный аппарат.

Наименьший прирост опорной симметрии выявлен по показателю «площадь опоры с открытыми глазами $X(0)$ » -3,74 мм.

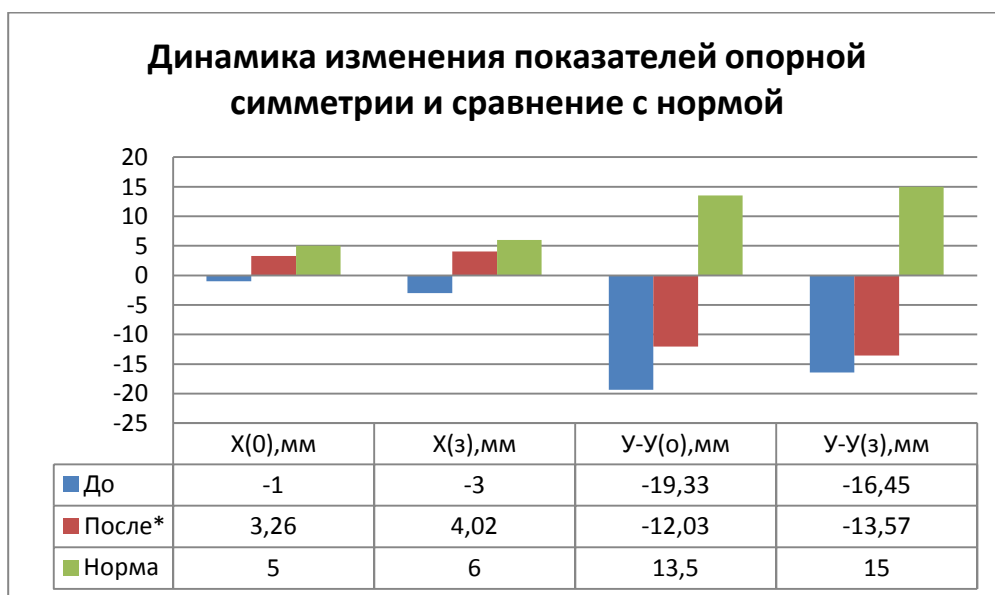


Рис.1. Динамика изменения показателей опорной симметрии и сравнение их с нормой
*статистически значимые изменения в показателях стабилметрического исследования до и после использования средств виртуальной реальности, при $p < 0,05$

По данным стабилметрического исследования проанализированы балансировочные показатели. Среднее значение показателя «площадь опоры с открытыми глазами $S(0)$ » как до ($1147,59 \text{ мм} \pm 478,85$), так и после ($638,08 \pm 240,56$) применения средств виртуальной реальности имеет существенное отклонение от нормы ($<99,5 \text{ мм}$).

Изучение показателя «площадь опоры с закрытыми глазами $S(z)$ » позволило выявить, что среднее значение до применения средств виртуальной реальности составило $783,1 \text{ мм} \pm 538,99$. После использования очков виртуальной реальности прирост средний показатель увеличился и стал составлять $1037,78 \text{ мм} \pm 730,54$, что говорит о снижении устойчивого положения в вертикальной стойке при дополнительной нагрузке на вестибулярный аппарат закрытых глаз.

Среднее значение по показателю «скорость перемещения центра давления $V(0)$ » до применения очков виртуальной реальности составило $22,42 \text{ мм} \pm 6,96$ и имеет небольшое отклонение от нормы ($10,6 \text{ мм}$). После использования технологий виртуальной среды показатель «скорость перемещения центра давления $V(0)$ » ($19,27 \text{ мм} \pm 6,60$) находится в пределах статистической значимости, но также отклоняется от нормы. Зафиксировано улучшение положительной динамики, характеризующие координационные качества детей по показателю «скорость перемещения центра давления $V(0)$ » ($\Delta 3,15 \text{ мм}$).

По анализу показателя «средняя скорость изменения с открытыми глазами $Av(0)$ » на стабиллоплатформе до ($563,96 \text{ мДж/с} \pm 129,79$) и после ($423,57 \text{ мДж/с} \pm 115,31$) использования виртуальной среды значительно превышала норму ($<30 \text{ мДж/с}$), что говорит о недостаточно развитом уровне развития координационных способностей. Необходимо отметить положительную динамику изменения показателей до и после применения средств виртуальной реальности. Прирост среднего показателя «скорость изменения работы с открытыми глазами $Av(0)$ » составил $140,39 \text{ мДж/с}$.

Балансировочный показатель «угол отклонения среднего положения и перемещения с открытыми глазами - угол(0)» до применения виртуальных средств

составил $1,5$ градусов $\pm 0,35$. После применения очков рассматриваемый показатель стал составлять $22,9$ градусов $\pm 7,84$. После использования технологий виртуальной реальности зафиксирован прирост показателя на $21,4$ градусов. Но при этом стоит отметить, что больший «угол отклонения среднего положения и перемещения с открытыми глазами - угол(0)» характеризуются снижением устойчивого положения в вертикальной стойке.

Наиболее значимые и статистически достоверные изменения балансирующих показателей (рис. 2) произошли по показателю «площадь опоры с открытыми глазами $S(0)$ », где значение улучшилось на $509,5$ мм. Чем меньше площадь опоры, тем лучше результаты и работа вестибулярного аппарата.

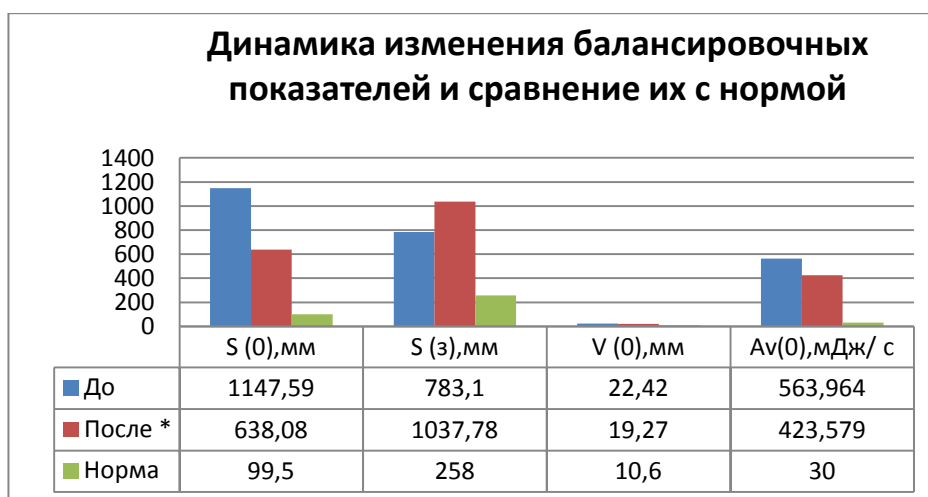


Рис.2. Динамика изменения балансирующих показателей и сравнение их с нормой

*статистически значимые изменения в показателях стабилметрического исследования до и после использования средств виртуальной реальности, при $p < 0,05$

Заключение. Определены показатели, характеризующие координацию движений детей до использования средств виртуальной реальности у детей в процессе занятий по спортивной аэробике. А именно выбраны показатели опорной симметрии, в которых произошли наиболее значимые изменения, связанные с воздействием на вестибулярный аппарат: «фронтальная ось (открытые глаза) - $X(0)$ »; «фронтальная ось (закрытые глаза) - $X(z)$ »; «сагитальная ось (открытые глаза) $Y-Y(0)$ »; «сагитальная ось (закрытые глаза) $Y-Y(z)$ ». Также определены балансирующие показатели: «площадь опоры с открытыми глазами - $S(0)$ »; «площадь опоры с закрытыми глазами - $S(z)$ »; «скорость перемещения центра давления - $V(0)$ »; «средней скорости изменения с открытыми глазами $Av(0)$ »; «угол отклонения и перемещения - угол (z)».

Оценка координационных качеств позволила констатировать факт статистически значимого уменьшения показателей девиации колебаний по фронтальной оси и сагитальной осям, свидетельствующие об уменьшении степени нарушений постурального баланса после воздействия средств виртуальной реальности, в сравнение с показателями до использования очков виртуальной реальности.

Отмечается статистически значимое снижение показателей скорости перемещения центра, площади опоры с открытыми глазами и скорости перемещения, позволяющие охарактеризовать стабильность вертикальной позы и свидетельствует о возможности сохранения устойчивости в вертикальной стойке более выражено после использования средств виртуальной реальности, оказывающих воздействие на отолитовый аппарат и полукружные каналы, чем до использования средств имерсивной среды.

Библиографический список:

1. Герасимова, Т.В. Использование технологии виртуальной реальности в спортивной практике/ Т.В. Герасимова, Е.Е. Кострыкина // Национальный психологический журнал– №4(36) . – С.18-26
2. Коричко, Ю.В. Исследование взаимосвязи показателей физической подготовленности девушек 12-14 лет и содержательного компонента соревновательных индивидуальных программ в спортивной аэробике/ Ю.В. Коричко // Вестник Нижневартковского государственного университета. – 2016. – №4. – С. 68-72.
3. Коричко, Ю.В. Оценка специальной физической подготовленности в предсоревновательном периоде при занятиях спортивной аэробикой/ Ю.В. Коричко, Э.В. Михайлова// Педагогико-психологические и медико-биологические проблемы физической культуры и спорта (Российский журнал физического воспитания и спорта).– 2019– Том 14 №1–С.25-31.
4. Коткова, Л. Ю. Использование инновационных подходов в процессе занятий физической культурой. / Коткова Л. Ю., Шаймарданова Л. Ш. // Научно-методическое обеспечение физического воспитания и спортивной подготовки студентов : материалы II междунар. науч.-практ. конференции, посвященной 75-летию кафедры физического воспитания и спорта БГУ, Республика Беларусь, Минск, 31 января 2023 г. / БГУ, Каф. физического воспитания и спорта ; [редкол.: Ю. И. Масловская (гл. ред.) и др.]. – Минск : БГУ, 2023. – С. 103-109
5. Леонов, С.В. Особенности использования виртуальной реальности в спортивной практике / С. В. Леонов [и др.] // Национальный психологический журнал. –2019. – № 4. – 18–30.
6. Мингалишева, И.А. Моделирование спортивной подготовки занимающихся фитнес-аэробикой/ И.А. Мингалишева, Л.Д. Назаренко// Педагогико-психологические и медико-биологические проблемы физической культуры и спорта (Российский журнал физического воспитания и спорта).–2017– Том 11 №2–С.36-45

УДК 796.412.2

КОЛИЧЕСТВЕННЫЙ АНАЛИЗ ТЕХНИЧЕСКИХ ОШИБОК, ДОПУСКАЕМЫХ ГИМНАСТКАМИ В СОРЕВНОВАТЕЛЬНЫХ КОМПОЗИЦИЯХ С ЛЕНТОЙ

*Бабкова В.В. студент,
Научный руководитель: Шевчук Н.А., к.п.н., доцент,
Волгоградская государственная академия физической культуры,
Волгоград, Россия*

Современный этап развития художественной гимнастики характеризуется совершенствованием методических подходов к системе подготовки спортсменок на всех этапах многолетней тренировки [2]. Особое внимание уделяется становлению техники работы с предметами как основного специфического вида деятельности гимнасток - «художниц». Каждый вид многоборья предполагает использование средств и методов, подобранных соответственно форме, весу, баллистическим и физическим свойствам каждого из гимнастических предметов [3]. Ввиду того, что самым объёмным и длинномерным гимнастическим предметом является лента, упражнения с ней считаются наиболее сложными в аспекте становления технических навыков в процессе начального обучения [1,5]. Статья посвящена изучению двигательных действий гимнасток в соревновательных композициях с лентой, на которых чаще всего совершаются технические ошибки во владении предметом.

Ключевые слова: упражнения с лентой, соревновательные композиции, технические ошибки, манипулятивная работа.

QUANTITATIVE ANALYSIS OF TECHNICAL ERRORS MADE BY GYMNASTS IN COMPETITIVE COMPOSITIONS WITH A RIBBON

*Babkova V.V., student,
Shevchuk N.A., PhD, associate professor,
Volgograd State Physical Education Academy,
Volgograd, Russia*

The modern stage of rhythmic gymnastics development is characterized by the improvement of methodological approaches to the system of training athletes at all stages of long-term training [2]. Special attention is paid to the formation of the technique of working with objects as the main specific type of activity of gymnasts - "artists". Each type of all-around involves the use of means and methods selected according to the shape, weight, ballistic and physical properties of each of the gymnastic subjects [3]. Due to the fact that the tape is the most voluminous and lengthy gymnastic subject, exercises with it are considered the most difficult in terms of the formation of technical skills in the process of initial training [1,5]. The article is devoted to the study of the motor actions of gymnasts in competitive compositions with a ribbon, on which technical mistakes are most often made in the possession of the subject.

Keywords: exercises with tape, competitive compositions, technical errors, manipulative work.

Введение. Содержание соревновательных композиций с лентой в художественной гимнастике за последние годы претерпело значительные изменения, связанные с переоценкой трудности элементов тела и их соединений [4]. Значение ленты как автономно движущегося предмета возросло за счёт популяризации новых формообразующих элементов, таких, как перекаты палочки. Однако, специфическим требованием, определяющим базовую основу техники владения лентой, остаётся непрерывность рисунка при выполнении манипулятивной работы с ней. Выявление типичных ошибок в технике движений с лентой позволит не только объективно оценить уровень подготовленности гимнасток в этом виде многоборья, но и конкретизировать методические основы процесса обучения манипулятивным действиям с данным предметом.

Цель исследования: изучить количественный состав технических ошибок, допускаемых гимнастками высокой квалификации в соревновательных композициях с лентой.

Методы и организация исследования. Для реализации цели исследования нами были проанализированы видеоматериалы международных соревнований по художественной гимнастике «Кубок сильнейших» (II этап), проходивших 2-7 октября 2022 года в г. Москве. Учёт допускаемых ошибок проводился для каждой из групп движений, предусмотренной классификацией двигательных действий в упражнениях с лентой. Нами подсчитывались технические сбои, допускаемые гимнастками при выполнении фигурных движений лентой, бросков, ловлей, перекатов и перехватов палочки. Всего было проанализировано 30 выступлений гимнасток в данном виде соревновательного многоборья.

Результаты исследования. По правилам соревнований к техническим ошибкам, подлежащих оценке судейской коллегией, относятся: нарушение плоскости расположения рисунка; касание полотна ленты пола или частей тела; ловля за середину палочки; неравномерная скорость движения полотна ленты; нарушение формы полотна при рисунках ленты; неточное направление или расстояние полета ленты при бросках.

Сравнительный анализ процентного соотношения двигательных действий, на которых были допущены технические ошибки, представлен на рисунке 1.

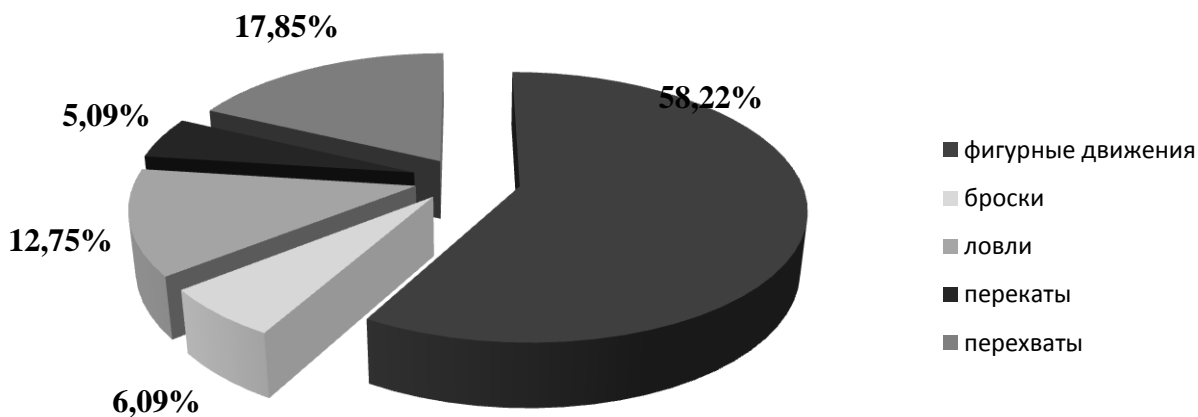


Рис. 1. Соотношение двигательных действий, на которых допускаются технические ошибки в упражнениях с лентой

По рисунку видно, что наибольший процент ошибок гимнастками высокой квалификации допускается на фигурных движениях с лентой – 58,22%, к которым относятся: «спирали», «змейки», «восьмерки», махи и круги. Данный факт объясняется наличием фигурных движений практически в каждом структурном элементе композиций.

Следующими по количеству технических сбоев в технике двигательного действия оказались перехваты палочки. Наиболее типичной ошибкой при их исполнении является нарушение плоскости расположения предмета и формы полотна (17,85%). Это связано с тем, что при перехватах меняется начальный колебательный импульс, который возникает от конца палочки и зависит от частоты колебаний. Поэтому лента нередко претерпевает значительные изменения в рисунке при выполнении гимнастками перехватов.

Процент технических ошибок на ловлях предмета после бросковых движений составил 12,75%, а при выполнении самих бросков – 6,09%. Несмотря на то, что броски и ловли ленты относятся к наиболее сложным двигательным действиям, гимнастки высокой квалификации допускают на них гораздо меньшее количество технических ошибок.

Наименьший процент сбоев в технике владения лентой составили перекаты палочки – 5,09%. Это объясняется тем, что данный вид манипулятивных действий является заимствованным из упражнений с предметами жёсткой фактуры (обруча, мяча, булавы), сходным по нюансам технических действий с ними. Поэтому в данном случае у гимнасток высокой квалификации имеет место перенос ранее освоенных и формируемых параллельно двигательных умений и навыков.

Выводы:

1. Фигурные движения с лентой являются основным структурным компонентом двигательных действий гимнасток в соревновательных композициях.
2. Наибольший процент технических ошибок допускается на манипулятивной работе с лентой, а именно при выполнении фигурных движений.
3. Наиболее типичными ошибками в технике владения упражнениями с лентой являются нарушение формы полотна при рисунках и нарушение плоскости их расположения.

Библиографический список:

1. Беклемишева, Е. В. Совершенствование спортивного мастерства в упражнении с лентой у юниорок в художественной гимнастике / Е. В. Беклемишева, К. В. Куликова //

Состояние, проблемы и пути совершенствования спортивной и оздоровительной тренировки в гимнастике, танцевальном спорте и фитнесе: Материалы II Всероссийской научно-практической конференции с международным участием, Казань, 28-29 октября 2022 года. – Казань: Поволжский государственный университет физической культуры, спорта и туризма, 2022. – С. 30-34.

2. Бойко, П. В. Современные аспекты развития художественной гимнастики / П. В. Бойко // Образование и социализация личности в современном обществе: материалы XIV Международной научной конференции, посвященной 200-летию К.Д. Ушинского (1823–1871), 90-летию М.И. Шиловой (1933–2015), 90-летию Д.Г. Миндиашвили (1933–2021), Красноярск, 06-07 июня 2023 года. – Красноярск: Красноярский государственный педагогический университет им. В.П. Астафьева, 2023. – С. 204-209.

3. Медведева, Е.Н. Влияние физических свойств предметов на сложность и точность выполнения перебросок в групповых упражнениях художественной гимнастики / Е.Н. Медведева, Т.Ю. Давыдова, А.А. Супрун, О.А. Двейрина // Учёные записки университета им. П.Ф. Лесгафта. – 2018. – №10 (164). – С.219-223.

4. Тихонова, И.В. Компоненты произвольных упражнений с лентой гимнасток высокой квалификации / И. В. Тихонова, О. Ф. Барчо, Л. В. Жигайлова [и др.] // Chronos. – 2021. – Т. 6. – № 3(53). – С. 58-60.

5. Шевчук, Н. А. Выявление ведущих двигательных качеств гимнасток для технического мастерства в упражнении с лентой / Н. А. Шевчук, Н. А. Чертихина // Актуальные проблемы развития технико-эстетических видов спорта, Волгоград, 20–21 октября 2016 года. – Волгоград: Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего профессионального образования "Волгоградская государственная академия физической культуры", 2016. – С. 165-169.

УДК 796.412

СОВРЕМЕННЫЙ ВЗГЛЯД НА ВОЗМОЖНЫЕ ПУТИ РЕШЕНИЯ ПРОБЛЕМЫ ОБЪЕКТИВНОЙ ОЦЕНКИ КОРРЕКТНОСТИ ВЫПОЛНЕНИЯ БАЗОВЫХ ТЕХНИЧЕСКИХ ЭЛЕМЕНТОВ В ЭСТЕТИЧЕСКОЙ ГИМНАСТИКЕ

*Быстрицкая Е.Д., аспирант,
Научный руководитель: Ростовцева М.Ю., к.п.н., доцент,
Российский университет спорта «ГЦОЛИФК»,
Москва, Россия*

В работе предложено решение одной из основных системных проблем в сложно-координационных видах спорта (в частности, в эстетической гимнастике), связанной со сложностью объективной оценки корректности выполнения однофазовых технических элементов, в соответствии с правилами соревнований для данного вида спорта. **Цель исследования** заключается в разработке методики подготовки гимнасток старших разрядов спортивной команды по эстетической гимнастике, основанной на мобильном мониторинге биологического профиля гимнасток в составе спортивной команды с целью анализа и оценки полученных в трех-осевой системе координат разнородных модельных характеристик, позволяющих в режиме реального времени корректировать технику выполнения, как базовых технических элементов различного уровня сложности, так и элементов, заимствованных из джазовой и контемп-хореографии, в соответствии с правилами соревнований по эстетической гимнастике. **Методы исследования:** аналитический обзор; моделирование; кинематический анализ; статистическая обработка данных, анкетирование. **В исследовании представлены результаты** апробации методики комплексной хореографической подготовки гимнасток спортивной команды «Аймант», что позволило скорректировать значения

характеристик исполнения технических элементов в диапазоне выполнения от 9° до 97°. **Выводы:** проведённое исследование показало, что применение современных информационных технологий позволяет перейти на качественно новый подход в оценке результатов учебно-тренировочной и соревновательной деятельности в эстетической гимнастике.

Ключевые слова: эстетическая гимнастика, базовые движения тела, модельные характеристики, электронный след выполнения технического элемента, джазовая и контемп-хореография.

MODERN VIEW ON POSSIBLE WAYS TO SOLVE THE PROBLEM OF OBJECTIVE ASSESSMENT OF THE CORRECTNESS OF THE BASIC TECHNICAL ELEMENTS IN AESTHETIC GYMNASTICS

*Bystritskaya E.D., postgraduate student,
Rostovtseva M.Y. PhD, associate professor,
Russian University of Sports «SCOLIPE»
Moscow, Russia*

The paper proposes a solution to one of the main systemic problems in complex coordination sports (in particular, in aesthetic gymnastics), associated with the complexity of objective assessment of the correctness of performing single-phase technical elements, in accordance with the rules of competition for this sport. **The purpose of the study** is to develop a methodology for training gymnasts of the senior ranks of a sports team in aesthetic gymnastics, based on mobile monitoring of the biological profile of gymnasts as part of a sports team in order to analyze and evaluate heterogeneous model characteristics obtained in a three-axis coordinate system, allowing in real time to adjust the technique of performance as basic technical elements of various levels of complexity, as well as elements borrowed from jazz and contemp-choreography, in accordance with the competitions rules of aesthetic gymnastics. **Research methods:** analytical review; modeling; kinematic analysis; statistical data processing, questionnaire. **The study presents the results** of testing the methodology of complex choreographic training of gymnasts of the sports team «Aimant», which allowed adjusting the values of the performance characteristics of technical elements in the performance range from 9° to 86°. **Conclusions:** the conducted research has shown that the use of modern information technologies makes it possible to switch to a qualitatively new approach in assessing the results of educational, training and competitive activities in aesthetic gymnastics.

Keywords: aesthetic gymnastics, basic body movements, model characteristics, electronic trace of the technical element, jazz and contemp-choreography.

Актуальность исследования состоит в том, что в условиях быстрой цифровой трансформации гимнастических дисциплин авторами предложено решение одной из основных проблем в сложно-координационных видах спорта (в частности, в эстетической гимнастике), связанной со сложностью проведения объективной оценки корректности выполнения однофазовых технических элементов в соответствии с правилами соревнований для данного вида спорта.

Развитие информационных технологий позволяет сегодня эстетической гимнастике, как одному из наиболее динамично развивающихся видов спорта, перейти на иной подход для объективной оценки результатов учебно-тренировочной и соревновательной деятельности, позволяющий оценивать уровень подготовленности гимнасток [1].

Очевидно, что функциональность каждого движения в эстетической гимнастике определяется определенными параметрами в ключевых анатомических точках тела гимнастки [2], причём не только с технической точки зрения, но и с точки зрения художественного образа, который тесно связан с такими современными стилями, как джазовая и контемп-хореография [3], где в значительной степени требуется

совершенно иной алгоритмический подход [4] с учетом правил соревнований по эстетической гимнастике IFAGG.

Цель исследования заключается в разработке методики подготовки гимнасток старших разрядов спортивной команды по эстетической гимнастике, основанной на мобильном мониторинге биологического профиля гимнасток в составе спортивной команды, с целью анализа и оценки полученных в трех-осевой системе координат разнородных модельных характеристик, позволяющих в режиме реального времени корректировать технику выполнения, как базовых технических элементов различного уровня сложности, так и элементов, заимствованных из джазовой и контемп-хореографии, в соответствии с правилами соревнований по эстетической гимнастике.

С учётом сформированной цели в ходе проведения исследования была определена и конкретизирована **задача исследования**: разработать и выявить специфические характеристики однофазных движений тела спортивной команды «Аймант» (РУС «ГЦОЛИФК») в трех-осевой системе координат (в части допустимого диапазона значений) при помощи авторского мобильного программно-аппаратного измерительного средства и специализированной программы для ЭВМ «Программный комплекс формирования базовых модельных характеристик в сложно-координационных видах спорта «Инструмент хореографа» (Свидетельство №2023662443 от 04.04.2023 г.) (далее – СПО) в соответствии с правилами соревнований в эстетической гимнастике IFAGG (2017 – 2023 гг.).

Материалы и методы исследования: аналитический обзор; моделирование; кинематический анализ; статистическая обработка данных и анкетирование.

Исследования были проведены на базе кафедры ТИМ гимнастики РУС «ГЦОЛИФК» на гимнастках спортивной команды «Аймант» (n=13) по эстетической гимнастике, выступающей в возрастной категории «женщины» (от 16 лет и старше).

Проведение статистической обработки данных для оценки точности выполнения однофазовых движений тела спортивной команды «Аймант» проводилось с использованием наглядных таблиц и графиков, полученных при помощи СПО, что позволило визуализировать данные от мобильного программно-аппаратного средства с открытой архитектурой семейства «Arduino» и различных типов измерительных датчиков (акселерометр, гироскоп и т.д.) (рисунок 1).

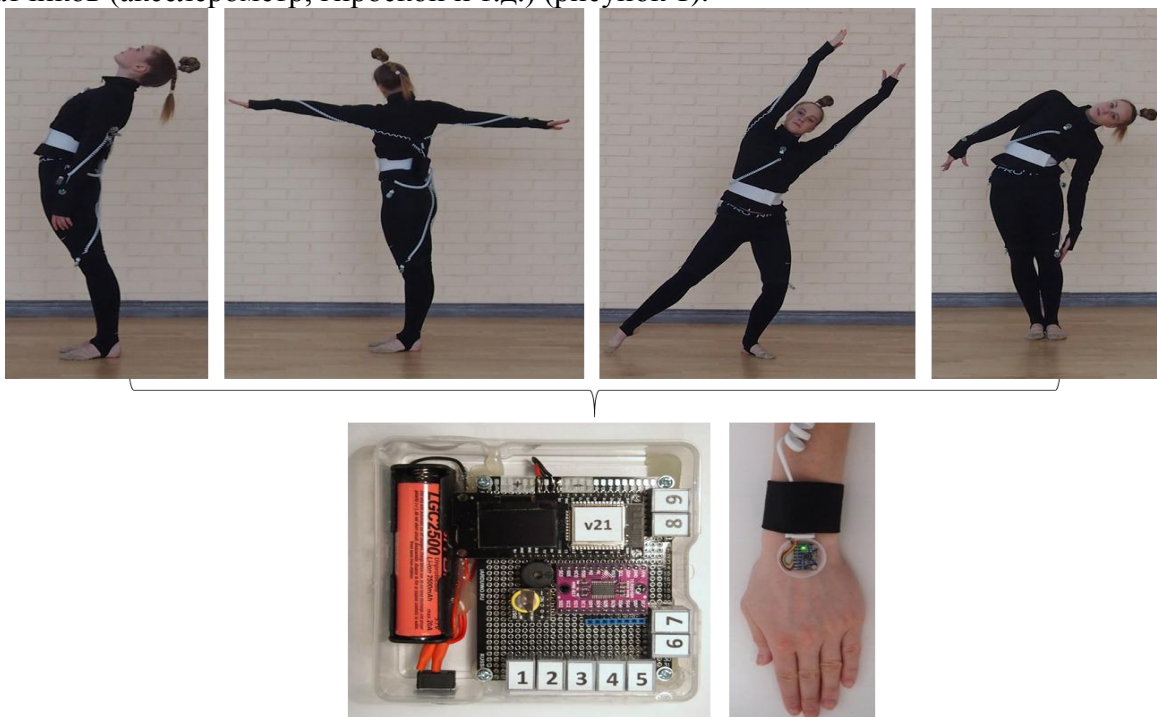


Рисунок 1. Авторский стендовый вариант мобильного программно-аппаратного измерительного средства

Результаты исследования и их обсуждение. На основе аналитического обзора нормативно-правовой спортивной документации, правил соревнований по эстетической гимнастике IFAGG (2017 – 2023 гг.) и специальной терминологии по джазовой и контемп-хореографии, а также полученной статистической обработки данных однофазовых движений тела спортивной команды «Аймант» было выявлено, что при проведении комплексной хореографической подготовки в системе учебно-тренировочного процесса, где гимнастки выполняли схожие с эстетической гимнастикой технические элементы джазовой и контемп-хореографии, совокупность принципов выполнения движения тела в «чистой работе» соответствовала чётким линиям и углам (45° ; 90° ; 135° ; 180°) в постановке позиции тела между 45° и 90° .

Исследование показало, что движение тела «изгиб» (рисунок 2) является одной из составляющих движений как для двух- (расслабление и сжатие) и четырёх- (целостная волна и взмах) фазовых движений тела, так и для всей соревновательной композиции, в эстетической гимнастике по правилам соревнований IFAGG «bending». Однако по терминологии джазовой и контемп-хореографии «изгиб» классифицируется как «curve», «bending» или «curve-arch», фиксируя выполнение упражнения (в диапазоне между 18° и 97°) по двум направлениям:

- по правилам соревнований IFAGG (при норме 80°) форма ($\pm 5^\circ$) может быть реализована только при полной амплитуде (между 72° и 97°);
- по джазовой и контемп-хореографии форма достигается до 45° , недотягивая 90° .



Рисунок 2. Движение тела «изгиб»

Движение тела «наклон» и «выпад» (рисунок 3), относительно «изгиба», активно используется при «вытягивании» в двух- (расслабление и сжатие) и четырёх- (целостная волна и взмах) фазовых движениях тела и направлено на выразительную окраску соревновательной композиции в эстетической гимнастике, в соответствии с принципами джазовой и контемп-хореографии. Следует отметить, что полученные ходе эксперимента значения углов (между 10° и 73°) при полной амплитуде движения тела «наклон» и «выпад», как по правилам соревнований IFAGG (при норме $45^\circ \pm 5^\circ$), так и в джазовой и контемп-хореографии, не превышают 90° (при тах 36° и 73°).



Рисунок 3. Движение тела «наклон» и «выпад»

Движение тела «скручивание» (рисунок 4) по своей биомеханике представляет технический элемент «spiral» или «twist» из джазовой и контемп-хореографии, обеспечивающий раскручивание или закручивание в верхней части тела в технических элементах соревновательной композиции по эстетической гимнастике. Подобная техника выполнения (в диапазоне между 9° и 84° до прямого угла (при норме 75°±5°) технического движения может совмещаться как с движением тела «изгиб», так и «наклон» и «выпад», усложняя при этом амплитуду данного движения.

В ходе эксперимента форма позиции тела «скручивание» до требуемой амплитуды выполняется только при максимальном положении (71°), однако, по правой стороне производится переизгиб (84°), что может привести к опасности перенапряжения мышц шеи и плечевого пояса.



Рисунок 4. Движение тела «скручивание»

В ходе организации учебно-тренировочного процесса по результатам анкетирования среди специалистов-тренеров (рисунок 5) и педагогов-хореографов (рисунок 6) был выявлен процент корректности исполнения базовых движений тела у спортивных команд по эстетической гимнастике.

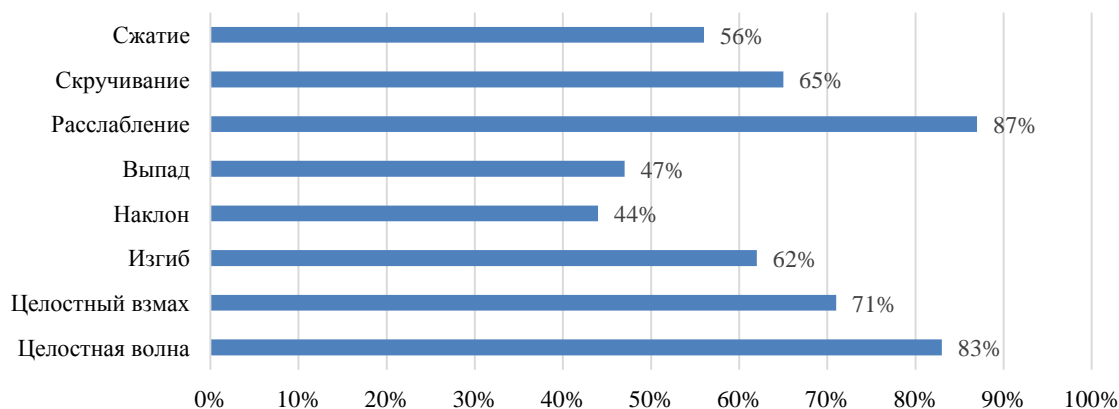


Рисунок 5. Анкетирование среди специалистов-тренеров (n=127)

Во время проведения комплексной подготовки и при выполнении технических элементов соревновательной композиции специалисты-тренеры отмечали, что наиболее частые ошибки у гимнасток среди однофазовых движений тела допускались в упражнениях «скручивание» (65%) и «изгиб» (62%), что указывало на слабую технику их исполнения, без учёта двух- (сжатие и расслабление) и четырёх- (целостная волна и взмах) фазовых движений.

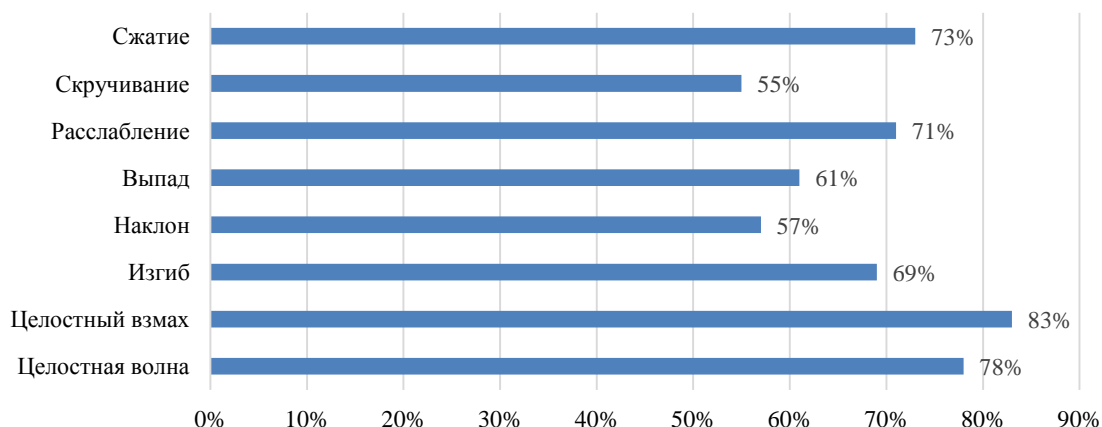


Рисунок 6. Анкетирование среди педагогов-хореографов (n=131)

Благодаря проведённому опросу педагогов-хореографов (n=131) было определено, что хореографическая подготовка в эстетической гимнастике имеет свою уникальную специфику исполнения технических элементов, в связи с чем гимнастки часто допускают ошибки в виде некорректной амплитуды. Наиболее частые ошибки среди однофазовых движений тела возникали при движении тела «изгиб» (69%), что было обусловлено некорректной формой в целостном взмахе (83%).

При анализе соревновательной деятельности спортивных команд по эстетической гимнастике по результатам анкетирования среди судей (n=68) при выполнении базовых движений тела были выявлены ошибки (рисунок 7), допускаемые гимнастками.

Во время исполнения соревновательной композиции спортивных команд, наиболее частыми ошибками допускаемыми гимнастками было отсутствие «чётких форм и линий движений» (35,3%) и «целостность выполнения движения тела» (35,3%), что приводило к некачественному выполнению специфических элементов эстетической гимнастики, учитывая контроль критериев одно- и двух фазовых движений (допускаются ошибки до 34,1%).



Рисунок 7. Анкетирование среди судей (n=62)

Таким образом, использование модельных характеристик, как одного из способов тестирования однофазовых движений тела позволило разработать систему комплексной хореографической подготовки с техническими элементами как со стороны эстетической гимнастики (целостной волны и взмаха), так и с джазовой и контемп-хореографии, которая определялась по следующим показателям:

- корректность и биомеханический анализ выполнения однофазовых технических элементов без использования «жёстких рамок» (травмоопасных движений тела) по двум направлениям;
- всесторонняя биомеханическая модельная характеристика гимнасток;
- алгоритмический подход, связанный с эстетикой джазовой и контемп-хореографии с учетом правил соревнований по эстетической гимнастики IFAGG;
- организация учебно-тренировочной и соревновательной деятельности спортивной команды.

Для эстетической гимнастики данная система подготовки позволяет решить основную проблему в управлении учебно-тренировочным процессом на этапе спортивного совершенствования. Трудность в разработке модельных характеристик базовых движений тела не только однофазовых движений, но и подготовка к более сложным техническим движениям обусловлена прежде всего тем, что они обладают большой вариативностью параметров двигательных функций в процессе выполнения соревновательной композиции по эстетической гимнастике.

Выводы: проведённое исследование показало, что применение современных информационных технологий в системе комплексной хореографической подготовки позволяет перейти на качественно-новый подход в оценке результатов учебно-тренировочной и соревновательной деятельности в эстетической гимнастике, сформировав в трех-осевой системе координат уникальный «электронный след» при выполнении различных однофазовых движений тела, как со стороны эстетической гимнастики (в диапазоне: 45°; 80°), так и в джазовой и контемп-хореографии (в диапазоне: 45°; 90°) для подготовки более сложным движениям тела (целостная волна и взмах).

Библиографический список:

1. Лукьянов А.Б., Лукьянов Б.Г., Степанов В.С., Терещенко А.С., Кочергин И.А., Бабин А.В. Архитектура интегрированной информационной системы управления спортивной подготовкой // Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта, 2023. – № 1 (215). – С. 286-293.

2. Быстрицкая Е.Д., Ростовцева М.Ю. Взаимосвязь результатов базовых движений тела в эстетической гимнастике в категории «senior» // Актуальные проблемы и тенденции развития гимнастики, современного фитнеса и танцевального спорта: материалы V Всероссийской научно-практической конференции с международным участием, 22 февраля 2023 г. / Под общ. ред. М.Ю. Ростовцевой. – М.: РУС «ГЦОЛИФК», 2023. – С 66-70.

3. Быстрицкая Е.Д. Специфика хореографической подготовки гимнасток старших разрядов в эстетической гимнастике // Известия ТулГУ. Физическая культура. Спорт, 2022. – № 12. – С. 77-86.

4. Костюченко В.Ф., Зверев В.Д., Лутковский В.Е., Сухарева С.М. Реализация индивидуального подхода в спорте // Теория и практика физической культуры, 2023. – № 3. – С. 15-17.

ИНТЕГРАЦИЯ ТЕХНИЧЕСКИХ СРЕДСТВ ПРИ ОРГАНИЗАЦИИ КОНТРОЛЯ СПЕЦИАЛЬНОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ ЛЕГКОАТЛЕТОВ-СПРИНТЕРОВ

*Деркачева А.С., аспирант,
Научный руководитель: Фатьянов И.А., д.п.н., доцент,
Волгоградская государственная академия физической культуры
Волгоград, Россия*

В работе представлен алгоритм мониторинга специальной подготовленности легкоатлетов-спринтеров на основе интегрированного использования технических средств контроля «Witty», «Gyko», «Optojump Next» «ReacTime. Для достижения поставленной цели наряду с общепринятыми методами исследования (анализ публикаций и Интернет-ресурсов; педагогическое наблюдение, статистический анализ данных) проведена серия контрольных измерений с помощью высокотехнологического оборудования («Gyko», «ReacTime», «Optojump Next», «Witty») и онлайн анкетирование с использованием сервиса Google Forms. В результате проведенного исследования: выявлена потребность в расширении арсенала параметров специальной подготовленности, регистрируемых техническими средствами контроля, в процессе подготовки бегунов-спринтеров высокой квалификации; определены значимые функциональные характеристики систем: «Witty», «Gyko», «Optojump Next» «ReacTime»; апробированы различные варианты интеграции технических средств контроля в процедуру тестирования; разработан и апробирован алгоритм мониторинга специальной подготовленности легкоатлетов-спринтеров, технические средства контроля интегрированы в единую процедуру тестирования и представлены в виде технологической карты; определены перспективные направления применения высокотехнологичного оборудования в процессе подготовки бегунов-спринтеров различной квалификации с учетом функциональных возможностей систем измерения.

Ключевые слова: легкоатлеты-спринтеры, высококвалифицированные легкоатлеты, педагогический контроль, технические средства контроля.

INTEGRATION OF TECHNICAL MEANS IN THE ORGANIZATION OF CONTROL OF SPECIAL PREPARATION OF SPURTER ATHLETES

*Derkacheva A.S., postgraduate student,
Scientific advisor: Fatyanov I.A., Grand PhD, associate professor
Volgograd State Physical Education Academy,
Volgograd, Russia*

The paper presents an algorithm for monitoring the special preparedness of track and field sprinters based on the integrated use of technical control means Witty, Gyko, Optojump Next, ReacTime. To achieve this goal, along with generally accepted research methods (analysis of publications and Internet resources; pedagogical observation, statistical data analysis), a series of control measurements were carried out using high-tech equipment (“Gyko”, “ReacTime”, “Optojump Next”, “Witty”) and online survey using the Google Forms service. As a result of the study: the need was identified to expand the arsenal of special preparedness parameters recorded by technical means of control in the process of training highly qualified sprinters; significant functional characteristics of the systems were identified: “Witty”, “Gyko”, “Optojump Next” “ReacTime”; tested various options for integrating technical controls in the testing procedure; an algorithm for monitoring the special preparedness of track and field sprinters has been developed and tested; technical means of control have been integrated into a unified testing procedure and presented in the form of a technological map; Promising areas for the use of high-tech equipment in the process of training sprinters of various qualifications have been identified, taking into account the functionality of measurement systems.

Key words: sprinters, highly qualified athletes, pedagogical control, technical means of control.

Актуальность исследования.

Спринтерский бег с уверенностью можно отнести к одному из самых зрелищных и популярных видов лёгкой атлетики. Высокая привлекательность и прикладная значимость спринтерских дисциплин предопределяет актуальность научного поиска по всему спектру проблем подготовки спортсменов, специализирующихся в спринтерском беге.

Управление системой спортивной подготовкой с помощью современных информационных технологий является уже общепринятым подходом. И если в массовом спорте применение данного инструментария имеет определенные ограничения ввиду объективных причин, основной из которых является ограниченная доступность высокотехнологичных систем, то для спорта высших достижений эта проблема преодолена и в настоящее время созданы все условия для применения технологических инноваций в процессе спортивной подготовки. Между тем актуальной становится **проблема** отсутствия целостной системы знания, что позволило бы перейти от фрагментарного применения современных технических средств контроля к органичному встраиванию данного инструментария в систему управления подготовкой легкоатлетов-спринтеров.

Цель исследования – разработка алгоритма мониторинга специальной подготовленности легкоатлетов-спринтеров на основе интегрированного использования технических средств контроля.

Задачи исследования:

1. Обосновать целесообразность и оценить перспективы разработки новых подходов к организации системы контроля с применением инновационных средств технического контроля.

2. Определить методологические и организационные аспекты процедуры тестирования специальной подготовленности легкоатлетов-спринтеров в серии поисковых измерений с использованием технических средств контроля.

3. Интегрировать системы измерения в единую процедуру тестирования и разработать алгоритм мониторинга специальной подготовленности легкоатлетов-спринтеров.

Для решения задач исследования на ряду с общепринятыми **методами** исследования (анализ публикаций и Интернет-ресурсов; педагогическое наблюдение, статистический анализ данных) проведена серия контрольных измерений с помощью высокотехнологического оборудования («Gyko», «ReacTime», «Optojump Next», «Witty») и онлайн анкетирование с использованием сервиса Google Forms.

Опытно-экспериментальная база исследования – спортивные школы Волгоградской области, МКНИЛ ВГАФК.

Результаты исследования.

Для решения первой задачи был выполнено следующее:

– анализ научной и специальной литературы по следующим основным вопросам исследования: общие представления об управлении и контроле в спорте, педагогический контроль в системе управления подготовкой легкоатлетов-спринтеров; основные средства контроля физической подготовленности бегунов-спринтеров;

– анкетирование специалистов-практиков с использованием сервиса Google Forms для определения возможности применения технических средств контроля. Была разработана анкета, которая содержала 18 вопросов. Всего в анкетировании приняло участие 35 тренеров спортивных школ по легкой атлетике г. Волгограда, из них 18% имеет стаж работы тренером менее 5 лет, 61% опрошенных – 5-20 лет, стаж работы 21% опрошенных специалистов составляет более 20 лет;

– определение фонда тестов и регистрируемых параметров, применяемых для контроля специальной подготовленности легкоатлетов-спринтеров.

Результаты анкетирования тренеров подтвердили предположение о том, что применяемые в настоящее время средства и методы контроля не в полной мере могут охарактеризовать уровень подготовленности занимающихся. Специалисты зачастую сталкиваются с затруднениями, связанными с подбором необходимых средств и методов, с их относительно низкой информативностью и недостаточностью полученных параметров (Рисунок 1).



Рисунок 1 – Результаты ответов на вопрос о необходимости увеличения регистрируемых в процессе контроля параметров уровня физической и технической подготовленности

Результаты анкетирования тренеров, педагогическое наблюдение, анализ научно-методической литературы [3-5 и др.], анализ ФССП по виду спорта «легкая атлетика» и Типовой программы подготовки по виду спорта «легкая атлетика» позволили определить основной арсенал контрольных упражнений (тестов) и

регистрируемых параметров, применяемых для контроля специальной физической подготовленности и интегральных показателей технико-физической и тактико-физической подготовленности легкоатлетов-спринтеров. Результаты представлены в Таблице 1.

Таблица 1 – Контрольные упражнения и параметры для оценки уровня специальной подготовленности квалифицированных легкоатлетов-спринтеров

Тесты \ источник*	1	2	3
Специальная физическая подготовленность			
Бег 40 м, с		+	+
Бег 30 м, с		+	+
Бег 60 м, с	+	+	+
Бег 300 м, с	+	+	+
Бег 200 м, с		+	+
Прыжок вверх, см		+	
Прыжок в длину с места, см	+	+	+
Пятерной прыжок в длину с места, см		+	+
Десятерной прыжок в длину с места, см	+	+	+
Технико-физическая подготовленность			
Бег 20 м с низкого старта, с	+	+	+
Бег 20 м с ходу, с	+	+	+
Бег 30 м с низкого старта, с	+	+	+
Бег 30 м с ходу, с	+	+	+
Прыжок в длину со стартовых колодок, см		+	
Частота шагов	+	+	
Длина шагов	+	+	
Вертикальное колебание ОЦМ	+	+	
Угловые характеристики различных звеньев тела		+	
Тактико-физическая подготовленность			
Разница во времени бега на отрезках 60 м и 100 м, с	+	+	
Разница во времени бега на отрезках 100 м и 200 м, с	+	+	
Разница во времени бега на отрезках 200 м и 400 м, с	+	+	
Величина отклонения от средней соревновательной скорости, с, %)	+	+	

Примечание: 1- ФССП, типовая программа подготовки по виду спорта; 2 - специальная литература; 3 – результаты анкетирования.

Следует отметить, что в данной таблице представлены не все имеющиеся средства, а лишь наиболее часто встречающееся.

На основании полученных данных можно констатировать, что к настоящему моменту в специальной литературе обозначен весьма широкий перечень контрольных упражнений, рекомендуемых для оценки показателей специальной подготовленности бегунов, специализирующихся в спринтерском беге. Между тем, результаты анкетирования тренеров подтвердили предположение о том, что в практике специалисты оперируют относительно ограниченным набором средств для решения задач по контролю за ходом подготовки.

Для решения следующей задачи исследования в период с октября 2021 года по июнь 2023 года проведена серия поисковых экспериментов с применением высокотехнологичных средств контроля: «Reac Time»; «Optojump Next»; «GyKo»; «Witty». Тестирование уровня специальной подготовленности спринтеров осуществлялись с целью апробирования инструментов контроля, формирования подходов к процедуре вывода, обработки и аккумулирования массива данных при проведении тестирования. На данном

этапе исследования проведено 9 контрольных тестирований, общее число обследуемых в течение составило 62 квалифицированных легкоатлета, специализирующихся в спринтерском беге. Квалификация участников эксперимента варьировалась в широком диапазоне – от первого спортивного разряда до мастера спорта.

Апробирование в процессе тестирования комплекса электронных измерительных систем позволило нам определить их основные функциональные характеристики и параметры, которые возможно получить при использовании апробируемых технических средств в указанных педагогических тестах [1-2]. Всего в процессе тестирования уровня специальной подготовленности спринтеров было апробировано 16 контрольных тестов. В ходе исследования фиксировались более 30 параметров, позволяющих получить более детализированную информацию для объективной оценки уровня специальной подготовленности бегунов. В Таблице 2 представлены варианты интеграция технических средств контроля в контрольных тестах.

Таблица 2 – Интеграция технических средств контроля в контрольных тестах

Контрольные упражнения	GyKo	Optojump Next	Witty	Reac Time
Прыжок с места	+	+		
Прыжок вверх	+	+		
Многократные прыжки вверх	+	+		
Бег 10 метров с низкого старта		+	+	+
Бег 30 метров с низкого старта		+	+	+
Бег 60 метров с низкого старта		+	+	+

В процессе решения третьей задачи исследования для интеграции различных технических средств контроля («Optojump Next» «ReacTime», «Gyko», «Witty») в единую процедуру тестирования был разработан алгоритм мониторинга специальной подготовленности легкоатлетов-спринтеров (Таблица 3).

Таблица 3 – Алгоритм мониторинга специальной подготовленности легкоатлетов-спринтеров на основе интеграции технических средств контроля

№	Действие
1.	Первичный опрос тренеров согласно разработанной анкете (вопросы для получения информации о необходимых антропометрических показателях спортсмена, возрасте, квалификации, этапе многолетней подготовки, основной соревновательной дисциплине, контрольных тестах, применяемых для организации контроля подготовленности и т.д.)
2.	Подбор необходимых контрольных упражнений, средств и методов
3.	Проектирование технологической карты, согласование ее с ведущим тренером
4.	Внесение необходимых корректив
5.	Подготовка технических средств контроля к предстоящему педагогическому тестированию. Подготовка протоколов тестирования
6.	«Обкатка» технических средств контроля согласно разработанной и утвержденной технологической карты
7.	Непосредственное осуществление педагогического тестирования согласно разработанной технологической карты
8.	Формирование отчета по результатам выполнения каждой попытки контрольного упражнения с использованием программного обеспечения измерительных систем
9.	Формирования выборки данных, дальнейшая обработка результатов, вывод данных с использованием иных приложений
10.	Оформление протоколов тестирования, аккумуляция результатов в базе данных

В апреле 2023 года представленный алгоритм педагогического тестирования был апробирован согласно разработанной технологической карты, в которой в концентрированной форме содержится последовательность действий как для обследуемого, так и для специалиста (Таблица 4).

Таблица 4 – Вариант технологической карты процедуры тестирования квалифицированных легкоатлетов-спринтеров

№	Система			Спортсмен	Исследователь
0	–			Разминка (15 мин)	Подготовка места проведения теста (30-60 мин)
1	«ГуКо»	«Optojump Next»		Прыжок с места	2-3 попытки / 3 мин
2	«ГуКо»	«Optojump Next»		Прыжок вверх	2-3 попытки / 3 мин
3	ГуКо	«Optojump Next»		Многократные прыжки вверх	2-3 попытки / 3 мин
4	«Optojump Next»	«Witty»	«ReacTime»	Бег 10 метров с низкого старта	1-2 попытки / 3 мин
5	«Optojump Next»	«Witty»	«ReacTime»	Бег 30 метров с низкого старта	1-2 попытки / 3 мин
6	«Optojump Next»	«Witty»	«ReacTime»	Бег 60 метров с низкого старта	1-2 попытки / 5 мин
7	-			-	Обработка результатов педагогического тестирования, подготовка отчетов / 2-7 дней

Интегрированное применение технических средств контроля позволило оценить уровень специальной физической подготовленности и интегральные показатели технико-физической и тактико-физической подготовленности, при этом минимизировать количество измерений и сохранении максимум информации.

Так, для получения параметров беговых шагов, данных о силе отталкивания от стартовых колодок, времени реакции, времени преодоления контрольной дистанции 60 м и времени промежуточных отрезков спортсмену необходимо было выполнить всего одну попытку контрольного упражнения. Данный отчет формируется на каждую отдельную попытку каждого спортсмена. Таким образом, интеграции технических средств контроля в единую процедуру и разработка алгоритма тестирования и разработка алгоритма мониторинга специальной подготовленности легкоатлетов-спринтеров, позволила определить организационный компонент педагогического тестирования с использованием комплекса средств технического контроля «ГуКо», «ReacTime», «Optojump Next» и «Witty».

Выводы.

В результате проведенного исследования:

1. Выявлена потребность в расширении арсенала параметров специальной подготовленности, регистрируемых техническими средствами контроля, в процессе подготовки бегунов-спринтеров высокой квалификации.

2. Определены значимые функциональные характеристики систем: «Witty», «ГуКо», «Optojump Next» «ReacTime».

3. Апробированы различные варианты интеграции технических средств контроля в процедуру тестирования.

4. Разработан и апробирован алгоритм мониторинга специальной подготовленности легкоатлетов-спринтеров. Технические средства контроля

интегрированы в единую процедуру тестирования и представлены в виде технологической карты.

5. Определены перспективные направления применения высокотехнологичного оборудования в процессе подготовки бегунов-спринтеров различной квалификации с учетом функциональных возможностей систем измерения.

Библиографический список.

1. Деркачева, А.С. Современные подходы к организации контроля для оценки уровня специальной подготовленности легкоатлетов-спринтеров / А.С. Деркачева // Физическое воспитание и спортивная тренировка. 2023. № 2 (44). С. 20-26.

2. Деркачева, А.С. Технология "Optojump Next" как инструмент обратной связи в системе управления подготовкой легкоатлетов-спринтеров / И.А. Фатьянов, А.С. Деркачева, М.А. Усков // Физическое воспитание и спортивная тренировка. 2021. № 4 (38). С. 30-35.

3. Немцев, О.Б. Об особенностях постановки и кинематики стопы в период опоры в беге на 100 метров / О.Б. Немцев, Е.А. Доронина, А.В. Чечин // Физическая культура, спорт – наука и практика. – 2008. – № 2. – С. 24-30.

4. Усков, М.А. Критерии оценки реализации скоростно-силового потенциала бегунов на короткие дистанции / М.А. Усков // Образование в сфере физической культуры и спорта: инновационный вектор развития: Мат. Всероссийской науч.-метод. конф. (г. Челябинск, 23 марта 2007 г.). – Челябинск: УралГУФК, 2007. – Ч. III. – С. 205-208.

5. Фураев, А.Н. Построение автоматизированных информационных систем для оперативной коррекции биомеханических параметров спортивных упражнений / А.Н. Фураев // Теория и практика физической культуры. – 2012. – № 6. – С. 19-22.

УДК 796.01

ВЛИЯНИЕ ЦИКЛИЧЕСКИХ И АЦИКЛИЧЕСКИХ ВИДОВ СПОРТА НА МОРФОЛОГИЧЕСКИЕ ПОКАЗАТЕЛИ ФИЗИЧЕСКОГО РАЗВИТИЯ ДЕВУШЕК

*Коклевская Н.Ю., студент,
Научный руководитель: Адельшина Г.А., к. б. н., доцент,
Волгоградская государственная академия физической культуры,
Волгоград, Россия*

В статье приводятся данные о влиянии циклических и ациклических видов спорта на антропометрические показатели физического развития девушек. У представительниц циклических видов спорта большее количество соматических показателей демонстрирует повышение уровня физического развития, что позволяет считать циклические упражнения более эффективными для решения задач по улучшению морфологических показателей уровня физического развития населения. Обнаруженные количественные различия показателей соматических проявлений повышения физического развития в процессе занятий циклическими и ациклическими видами спорта, можно объяснить особенностями двигательной деятельности указанных спортивных специализаций. Сделан вывод о том, что циклические упражнения можно рекомендовать в качестве основных при составлении оздоровительных программ с целью повышения уровня физического развития молодежи.

Ключевые слова: циклические и ациклические виды спорта, показатели физического развития, девушки

THE INFLUENCE OF CYCLIC AND ACYCLIC SPORTS ON THE MORPHOLOGICAL INDICATORS OF PHYSICAL DEVELOPMENT OF GIRLS

*Koklevskaya N.Yu., student, nadusakoklevskaa4227@gmail.com
Adelshina G.A., PhD, Associate Professor, adelshina_g@mail.ru
Volgograd State Academy of Physical Education,
Volgograd, Russia*

The article provides data on the influence of cyclic and acyclic sports on anthropometric indicators of the physical development of girls. among representatives of cyclic sports, a greater number of somatic indicators demonstrate an increase in the level of physical development, which allows us to consider cyclic exercises more effective for solving problems of increasing the morphological indicators of the level of physical development of the population. The discovered quantitative differences in the indicators of somatic manifestations of increased physical development in the process of practicing cyclic and acyclic sports can be explained by the characteristics of the motor activity of these sports specializations. It is concluded that cyclic exercises can be recommended as the main ones when drawing up health programs in order to increase the level of physical development of young people.

Key words: cyclic and acyclic sports, indicators of physical development, girls

Статьи, посвященные снижению уровня состояния физического здоровья современной молодежи, регулярно появляются в периодических научных изданиях [1,2, 6, 8]. Интегративным показателем состояния здоровья человека является физическое развитие, поэтому мониторингом его параметров в настоящее время занимается ряд исследователей [3, 4, 5, 7 и др.]. Состояние физического развития современных девушек представляет интерес и в плане прогноза их детородной функции, ведь по данным некоторых авторов (Гуркин, 2000; Ермашова С.В., , 2006) только 17% российских девушек можно отнести к числу здоровых. Низкие показатели соматического здоровья студентов вузов ученые связывают с высокими умственными нагрузками и недостаточными физическими [2]. Общеизвестным способом борьбы с гиподинамией является повышение двигательной активности, которую надо подбирать с учетом возраста, пола, состояния здоровья и уровня физической подготовленности.

Различают два вида двигательной активности: циклическую (развивает общую выносливость) и ациклическую (развивает, в основном, силовую выносливость). Существует мнение, что ациклические виды упражнений не развивают в достаточной мере функциональные возможности организма и физическую работоспособность. Поэтому для повышения уровня физического развития, независимо от возраста человека, рекомендуют заниматься циклическими видами спорта (бег, плавание, велоспорт) [9]. В связи с этим возникает вопрос об особенностях влияния различных видов двигательной активности на показатели физического развития организма.

Существуют различные подходы к определению уровня физического развития, но центральное положение занимают антропометрические показатели [3], включающие габаритные размеры (длина и масса тела, обхват грудной клетки), компонентный состав массы тела и так называемые индексы физического развития. Наиболее часто используются следующие индексы:

- Кетле I, II, по которым судят о плотности тела и его массе;
- индексы Ливи и Эрисмана, характеризующие уровень развития и пропорциональность грудной клетки;
- индексы полового диморфизма (маскулинности и Таннера), которые позволяют судить о соответствии строения тела генетическому полу.

Индексы полового диморфизма используются в основном при обследовании спортсменов, так как у них чаще всего определяется смещение соматических показателей половой конституции в противоположную сторону (мезоморфия, андроморфия), что объясняется влиянием регулярных физических нагрузок на женский организм и, в целом, говорит о повышении уровня физического развития спортсменов.

Изменение соотношения компонентов массы тела также является индикатором дисплазии половой конституции и повышения атлетизма в том случае, если установлено увеличение содержания мышечной массы на фоне снижения жировой массы.

Цель работы: проанализировать влияние циклических и ациклических видов спорта на антропометрические показатели физического развития девушек.

Материалы и методы. В исследовании приняли участие 89 студенток ВГАФК в возрасте 19-22 лет: 72 спортсменки и 17 девушек, не занимающихся спортом. Спортсменки занимались циклическими видами спорта (бег и плавание – 34 человека) и ациклическими (художественная гимнастика и дзюдо – 38). Все девушки прошли антропометрическое обследование по стандартным методикам (Э.Г. Мартиросов и соавт., 2006). Оценивались показатели физического развития по антропометрическим параметрам (вес, рост, поперечные и обхватные размеры тела), компонентному составу тела (мышечный, жировой и костный), индексам физического развития (индексы Ливи, Эрисмана, Кетле I, Кетле II) и индексам полового диморфизма (индексы Таннера и маскулинности). Данные анализировались с помощью компьютерной программы «Statistica 6.0». Достоверность различий определялась по t –критерию Стьюдента.

Результаты и их обсуждение. Полученные результаты представлены в таблице 1.

Таблица 1

Антропометрические показатели физического развития девушек, занимающихся циклическими и ациклическими видами спорта

Показатели	Легкая атлетика (n=16)	Плавание (n=18)	Художественная гимнастика (n=21)	Дзюдо (n=16)	Контроль (n=16)
1. Длина тела (см)	168,7±5,2*	169,6±6,2*	165,5±5,8	163,3±5,2	164,0±5,72
2. Масса тела (кг)	57,3±6,3	62,3±6,1*	56,1±5,6	62,1,3±5,8*	58,2±5,93
3. Мышечная масса (% от веса)	47,2± 3,9*	48,9± 4,0*	47,6± 4,1*	49,8± 5,1 *	41,7± 3,8
4. Жировая масса (% от веса)	16,2±4,6*	18,1±6,6	15,6±4,4*	19,2±5,6	20,1±5,3
5. Костная масса (% от веса)	13,1±3,2	14,1±1,6	13,3±2,2	15,4±2,6	14,4±2,8
6. И. Кетле I(г/см)	339,4±37,5*	361,4±47,1*	337,6±28,8*	370,4±41,0*	305,6±32,4
7. И. Кетле II(кг/м)	18,6±2,5	21,6±2,6	20,6±3,5	22,2±4,9	22,8±5,1
8. И. Ливи (%)	51,3±6,3	53,4±6,3*	49,7±6,3	54,1±4,5*	48,7±6,0
9. И.Эрисмана (усл.ед.)	3,8±0,6*	4,2±0,7*	4,8±0,9*	3,5±0,5	3,1±0,5, л
10. И.маскулинности	1,35±0,02*	1,37±0,03*	1,35±0,02*	1,25±0,04	1,26±0,01
11. И. Таннера	79,5± 8,2	80,7± 6,7	73,7± 8,7	78,1± 8,2	73,0± 8,9

Примечание: *- различия средних показателей достоверны по сравнению с группой контроля при $p < 0,05$

Анализ полученных результатов выявил как сходство, так и некоторые различия в изменении антропометрических показателей физического развития. Для спортсменок как циклических, так и ациклических видов спорта, характерно увеличение мышечной массы тела, повышение индекса Кетле I, а также смещение признаков полового диморфизма в сторону мезоморфии, по сравнению с контрольными значениями. Все это свидетельствует о повышении уровня физического развития у всех спортсменок обследованных видов спорта. Отличия в показателях физического развития представительниц циклических видов спорта, по сравнению с ациклическими, заключаются в большей длине тела, более пропорциональном развитии грудной клетки (по и. Эрисмана) и повышением атлетизма телосложения, что подтверждается не только инверсией полового диморфизма в сторону мезоморфии по индексу Таннера, но и повышением индекса маскулинности у спортсменок, занимающихся легкой атлетикой и плаванием.

Следовательно, у представительниц циклических видов спорта большее количество соматических показателей демонстрирует повышение уровня физического развития, что позволяет считать циклические упражнения более эффективными для решения задач по повышению морфологических показателей уровня физического развития населения.

Обнаруженные количественные различия показателей соматических проявлений повышения физического развития в процессе занятий циклическими и ациклическими видами спорта, можно объяснить особенностями двигательной деятельности указанных спортивных специализаций.

Выводы

1. Независимо от вида двигательной деятельности, у всех спортсменок отмечается повышение уровня физического развития.

2. У девушек, занимающихся циклическими видами спорта, большее количество показателей физического развития превышают контрольные значения, что говорит о более эффективном их влиянии на уровень физического развития.

3. Циклические упражнения можно рекомендовать в качестве основных при составлении оздоровительных программ с целью повышения уровня физического развития молодежи.

Библиографический список:

1. Галкина, Т.Н. Антропометрическое исследование студентов Пензенского государственного университета /Т.Н. Галкина, И.А. Морозов, И.Г. Белоклокова // Вестник Пензенского государственного университета. – 2018 – № 3 (23). – С. 23–33.

2. Галкина, Т.Н. Антропометрическое исследование студентов Пензенского государственного университета /Т.Н. Галкина, И.Г. Белоклокова //Сборник публикаций научного журнала "Globus" по материалам XXXXII международной научно-практической конференции: «Достижения и проблемы современной науки» г. Санкт-Петербурга: сборник со статьями– С-П. : Научный журнал "Globus", 2019. – С 26–30.

3. Гайворонский, И.В. Антропометрическая оценка физического развития лиц молодого возраста /И.В. Гайворонский, А.А. Семенов, В.В. Криштоп /// Современные проблемы науки и образования. – 2022. – № 6-2.; URL: <https://science-education.ru/ru/article/view?id=32235>

4. Гайворонский, И.В. Антропометрическая характеристика и показатели физического развития юношей-абитуриентов военной образовательной организации /И.В. Гайворонский, А.А. Семенов, О.М. Фандеева, В.В. Криштоп // Морфологические ведомости.–2022.–Том 30.– Выпуск 4. – С. 30-36.

5. Кусова, А.Р. Влияние различных видов занятий по физической культуре на физическое развитие, функциональное состояние и уровень физической подготовленности студенток медицинского вуза/А.Р. Кусова, Е.Г. Цилидас, А.Р.

Наниева, И.Т. Кусова // Современные проблемы науки и образования. – 2022. – № 3.; URL: <https://science-education.ru/ru/article/view?id=31744>

6. Мишкова, Т.А. Морфофункциональные особенности и адаптационные возможности современной студенческой молодежи в связи с оценкой физического развития: автореф. ...канд. биол. наук./Т.А. Мишкова.– Москва, 2010. – 24 С.

7. Ткачук, М. Г. Физическое развитие и соматотип спортсменов, занимающихся различными видами единоборств / М.Г. Ткачук, А.А. Соболев, Н.С. Горская //Итоговая научно-практическая конференция профессорско-преподавательского состава Национального государственного Университета физической культуры, спорта и здоровья им. П. Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург, за 2021 г., посвященная Дню российской науки (Санкт-Петербург, 18-29 апреля 2022 г.): в 2 ч. Часть 2. – Санкт-Петербург: НГУ им. П. Ф. Лесгафта, 2022. – С. 65-72.

8. Фазлеева, Е. В. Состояние здоровья студенческой молодежи: тенденции, проблемы, решения /Е.В. Фазлеева, А.С. Шалавина, Н.В. Васенков, О.П. Мартыанов, А.Н. Фазлеев //Мир науки. Педагогика и психология. – 2022. – №5.– Том 10. — URL: <https://mir-nauki.com>

9. Черясова, О. Ю. Физическая культура и спорт в жизни современного общества / О. Ю. Черясова, М. А. Онищук // Молодой ученый. — 2018. — № 48 (234). — С. 332-336. — URL: <https://moluch.ru/archive/234/54224/>

УДК 650.75

ОПЫТ ИСПОЛЬЗОВАНИЯ ТЕХНОЛОГИЙ ВИРТУАЛЬНОЙ РЕАЛЬНОСТИ В ПРОЦЕССЕ РЕАБИЛИТАЦИИ ДЕТЕЙ С ОГРАНИЧЕННЫМИ ВОЗМОЖНОСТЯМИ ЗДОРОВЬЯ

Придеева П.Е., студент,

Никулин Н.А., студент,

Научные руководители: Богомолова М.М., к.б.н., доцент,

Таможникова И.С., к.м.н., доцент,

Волгоградская государственная академия физической культуры,

Волгоград, Россия

Ежегодное увеличение численности детей с ограниченными возможностями здоровья обуславливает необходимость поиска новых методов и средств реабилитации, которые бы отличались высокой интерактивностью, специфичностью и привлекательностью по сравнению с традиционными подходами. Одним из новейших способов решения данной проблемы является применение элементов технологии виртуальной реальности (VR). В настоящее время VR-технологии широко распространены не только в развлекательной сфере, но и в образовании, туризме, спорте, армии, медицине [1]. Кроме того, VR рассматривается как перспективный метод реабилитации у детей с ограниченными возможностями здоровья (ОВЗ). Однако, несмотря на активное внедрение VR технологий в разные сферы современной жизни, существует крайне незначительное количество исследований, посвященных особенностям использования VR у детей разных возрастов, как с реабилитационной, так и с развлекательной целью. До сих пор не сформулированы методические и методологические рекомендации относительно применения VR технологий в комплексной реабилитации детей с ОВЗ.

Ключевые слова: дети с ОВЗ, VR-очки, комплексная реабилитация.

EXPERIENCE OF USING VIRTUAL REALITY TECHNOLOGIES IN THE REHABILITATION OF CHILDREN WITH DISABILITIES

Prideeva P.E., student;

Nikulin N.A., student;

Scientific supervisors: Bogomolova M.M., PhD, Associate professor

Tamozhnikova I.S., PhD, Associate professor

Volgograd State Academy of Physical Education;

Volgograd, Russia

The annual increase in the number of children with disabilities necessitates the search for new methods and means of rehabilitation that would be highly interactive, specific and attractive compared to traditional approaches. One of the newest ways to solve this problem is the use of elements of virtual reality (VR) technology. Currently, VR technologies are widely used not only in the entertainment sphere, but also in education, tourism, sports, the army, and medicine [1]. In addition, VR is considered as a promising method of rehabilitation for children with disabilities (HIA). However, despite the active introduction of VR technologies into various spheres of modern life, there is an extremely small number of studies devoted to the peculiarities of using VR in children of different ages, both for rehabilitation and entertainment purposes. Methodological and methodological recommendations regarding the use of VR technologies in the comprehensive rehabilitation of children with disabilities have not yet been formulated.

Keywords: children with disabilities, VR glasses, comprehensive rehabilitation.

Цель исследования: изучить особенности вегетативных реакций детей с ОВЗ, сформулировать методические рекомендации относительно использования VR технологий в комплексной реабилитации детей с ОВЗ.

Материалы и методы исследования: В исследовании приняли участие 38 детей 6-12 лет с патологией опорно-двигательного аппарата, задержкой речевого развития, нарушением слуха, интеллекта. Занятия проводились на базе научно-практического центра АФК для детей с ограниченными возможностями здоровья «Без границ» (г. Волгоград), в рамках реализации проекта «Цифровые технологии для детей с ОВЗ - «Мультипарад 2023». Основная идея проекта заключалась в применении цифровых технологий для обучения детей с ограниченными возможностями здоровья с целью их реабилитации и улучшения коммуникации. На первом этапе были отобраны игровые сюжеты из каталога виртуальных игр, которые использовались в составе авторских методик адаптивного физического воспитания с применением VR-технологий. На этом же этапе проведено обучение педагогов и тьюторов новым методикам адаптивного физического воспитания детей с ограниченными возможностями здоровья, основанным на цифровой визуализации с элементами геймификации с получением обратной биологической связи. На втором этапе разработанные методики были включены в занятия по адаптивной физической культуре, которые проводились на базе научно-практического центра адаптивной физической культуры «Без границ» в период с января по май 2023 г. На этом этапе 152 индивидуальных занятий адаптивного физического воспитания у детей с ограниченными возможностями здоровья по новым методикам. Работа была реализована по трем направлениям: способствовать формированию адекватных двигательных навыков и умений, укрепление связочно-мышечного аппарата, постановка правильной осанки, улучшение координации движений. Исходя из основного диагноза ребенка и его функциональных возможностей, педагогом-реабилитологом была подобрана подходящая программа восстановительных мероприятий. В ходе занятий дети, с ограниченными возможностями здоровья,

получили опыт работы с новыми методиками адаптивного физического воспитания, а специалисты проекта, смогли скорректировать работу программы под индивидуальные особенности детей, а также изучить особенности вегетативных и нейромоторных реакций детей с ОВЗ, сформулировать методические рекомендации относительно использования VR технологий в комплексной реабилитации детей с ОВЗ. Использование VR позволяет добиться эффекта частичного или полного погружения в трехмерную модель реальности, созданную с помощью компьютерных технологий. Таким образом, дети в ходе занятий адаптивной физической культурой с использованием элементов VR- технологий получили опыт взаимодействия с виртуальной средой, а кураторы исследования смогли изучить особенности их физиологических и поведенческие реакции. В начале исследования и после его окончания, а так же до и после каждого занятия кураторы проекта предлагали детям и их родителям ответить на вопросы анкеты, которая была разработана с целью фиксации субъективных ощущений от взаимодействия с виртуальной средой, а так же проинструктировали детей об особенностях взаимодействия с VR. Так как основной задачей исследования было сформировать представление об особенностях вегетативных реакций детей в процессе их взаимодействия с VR, до и после сеанса погружения в виртуальную реальность специалисты фиксировали следующие показатели вегетативного обеспечения: частота сердечных сокращений (ЧСС), системное артериальное давление (АД) и температура кожи в яремной ямке (ТК). В процессе реализации основной части занятия детям предлагали надеть шлем «Oculus Quest 2» на 2-5 минут и погрузиться в виртуальную реальность. Большинство участников исследования (80 %) положительно отнеслись к VR, 2 человека отказались от участия до его начала. В процессе взаимодействия детей с виртуальной средой кураторы внимательно наблюдали за состоянием детей. Таким образом, дети взаимодействовали не только с виртуальной средой, но и с кураторами исследования, выражая свои эмоции и ощущения. Кураторы исследования отмечают, что во время пребывания детей в виртуальном пространстве у них, как правило, повышалась двигательная и речевая активность. Никто из детей, задействованных в данном исследовании, не испытывал негативно окрашенных эмоций, страха, тревоги или раздражения. После окончания сеанса VR все участники исследования выразили желание повторить подобный опыт и с нетерпением ждали следующих занятий. Сравнивая показатели вегетативного обеспечения, которые фиксировали до и после сеанса погружения в виртуальную реальность, можно констатировать следующие результаты: прирост ЧСС у детей по сравнению с исходными данными составил 20%, АД изменялось разнонаправленно и тренд зафиксировать не удалось, а средние значения ТК в яремной ямке увеличились на 0,2°С. По результатам анализа анкеты, позволяющей сформировать представление о субъективных ощущениях детей, 100 % детей выразили желание повторить погружение в VR.

Исходя из наблюдений и опыта работы с детьми в процессе их погружения в VR, нам удалось сформулировать **методические рекомендации относительно использования VR технологий в комплексной реабилитации детей с ОВЗ:**

- перед началом занятия адаптивной физической культурой с элементами VR необходимо провести инструктаж для детей и их родителей;
- провести анкетирование, включающее самооценку субъективных ощущений перед началом и после окончания занятия с целью фиксации индивидуальных субъективных ощущений и коррекции программы на следующих занятиях;
- погружение в VR рекомендуется проводить в первой части занятия;
- не рекомендуется надевать шлем на детей более чем на 2 минуты в начале использования. Время использования VR может быть увеличено исходя из индивидуальных особенностей реакции детей, в процессе адаптации к VR;

- не рекомендуется начинать знакомство ребенка с VR с игры, лучше предоставить возможность осмотреться в виртуальном пространстве и на последующих занятиях решать вопрос относительно включения игровых элементов, исходя из индивидуальных особенностей ребенка;

- не настраивать на использовании VR, если ребенок после прохождения инструктажа не хочет принимать участие в занятии с использованием VR технологий;

- прекратить использование VR технологий, если ребенок в процессе погружения выражает негативные эмоции или хочет остановить процесс.

Вывод:

Результаты исследования позволяют охарактеризовать опыт взаимодействия детей, имеющих ограниченные возможности здоровья, с виртуальной средой как положительный и имеющий перспективы в качестве развивающей и обучающей платформы.

Библиографический список:

1. Богомолова М.М. Особенности взаимодействия детей, имеющих ограниченные возможности здоровья, с виртуальной реальностью / Богомолова М.М., Таможникова И.С., Рахлеева П.Е., Никулин Н.А. // Вопросы курортологии, физиотерапии и лечебной физической культуры, 2023. -Т. 100. - № 3-2. - С. 48-49.

Научное издание

Материалы III-й Международной научно-практической конференции

**«ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА И СПОРТ В XXI ВЕКЕ:
АКТУАЛЬНЫЕ ПРОБЛЕМЫ И ПУТИ РЕШЕНИЯ»**

(25-26 октября 2023 г.)

**Физическая культура и спорт в XXI веке: актуальные проблемы и пути
решения: сборник материалов III-й Международной научно-практической
конференции (25-26 октября 2023 года). - Часть 2 / под общей ред.
Горбачевой В.В., Борисенко Е.Г.**

ISBN 978-5-6049848-1-9



9 785604 984819